

TÍTULO: «DISCIPLINA POSITIVA EN EL IES CRUZ SANTA»

AUTORAS:

María Remedios Fuentes Morales

María de Fátima Ruiz González

María Gloria Torres González

Descubrimos la Disciplina Positiva el curso pasado, dentro de la formación específica para el profesorado PROMECO. Desde ese momento ha cambiado nuestra forma de trabajar.

LA DISCIPLINA POSITIVA NOS ENAMORÓ

Las tres tenemos un largo recorrido en la enseñanza y, a veces, somos algo escépticas sobre las nuevas «fórmulas mágicas» que nos cuentan algunas personas, fórmulas que siguen sin dar respuesta a las situaciones que vivimos cada día dentro de nuestras aulas y en nuestro centro. No obstante, después de recibir la formación, tuvimos curiosidad por saber más sobre esta nueva metodología educativa e investigar la posibilidad de llevar al aula todo aquello que habíamos aprendido.



Gloria, Fátima y Remedios.
Profesoras del IES Cruz Santa

El modelo educativo conocido como «Disciplina Positiva» está basado en la obra de Alfred Adler y Rudolf Dreikurs. Alfred Adler introduce por primera vez los talleres para padres y profesores ya desde 1920. Su acción es preventiva y divulgativa, formar y apoyar a los educadores para lograr me-

orar la sociedad a través de la educación de niños y jóvenes. Por primera vez presenta la educación como una acción colaborativa entre padres, profesores, psicopedagogos y demás profesionales de la educación. Defiende un trato respetuoso a niños y adolescentes, pero advierte del peligro de caer en la permisividad y ausencia de límites. Así, su lema es «Firm & Kind», que en nuestro idioma traducimos por «Firme y amable».

Las técnicas pedagógicas fueron inicialmente implementadas en Viena por el Dr. Adler y posteriormente fueron llevadas a Estados Unidos por el Dr. Dreikurs, su discípulo que tras la muerte de Adler asume el desarrollo y difusión de su legado y que acuña el término «Educación Democrática» que en su día supuso un cambio conceptual importante, ya que hasta entonces la educación se entendía como una imposición de autoridad del adulto sobre niños y jóvenes. El autoritarismo queda atrás y el respeto mutuo pasa a ser a la vez un medio y un objetivo educativo central.

Décadas después en 1980 estas teorías educativas encuentran un nuevo impulso gracias a la labor de Jane Nelsen y Lynn Lott que escriben un manual sobre educación para padres titulado «Positive Discipline» que hoy en día, tras 35 años ha logrado un importante grado de difusión en Estados Unidos, América Latina y Europa. En nuestro país la primera promoción de certificados como facilitadores de Disciplina Positiva tiene lugar en septiembre de 2013 en Madrid.



[\(https://disciplinapositivaespana.com/disciplina-positiva-origenes-y-actualidad/\)](https://disciplinapositivaespana.com/disciplina-positiva-origenes-y-actualidad/)

En el CEP Norte de Tenerife, podemos encontrar varios libros escritos por las psicólogas Jane Nelsen y Lynn Lott, que, desde 1980, se unieron y adaptaron todos los conocimientos de Adler y Dreikurs.

La primera actividad que realizamos surgió de manera inesperada. Dos de nosotras somos coordinadoras de nivel y realizamos reuniones sema-



ción.

La sesión que se realizó en el tercer trimestre tenía un objetivo claro: animar al profesorado, que en aquel momento (casi finalizando el curso), necesitaba un poco de aliento.

Empezamos llevando a cabo una de las dinámicas que nos habían enseñado:

El árbol: el objetivo de esta actividad era que el profesorado recordara por qué estábamos aquí y por qué nos habíamos dedicado a esta profesión, así



nales con parte del profesorado. Al escuchar las situaciones que algunos de ellos y ellas estaban viviendo en las aulas, les propusimos preparar un pequeño taller para una de las próximas reuniones con el fin de contarles lo que estábamos aprendiendo sobre trabajar en positivo, por si les podía servir de ayuda. Así pues, empezamos a preparar una pequeña presentación, con el fin de dar a conocer a nuestros compañeros/as lo poco que sabíamos sobre Disciplina Positiva.

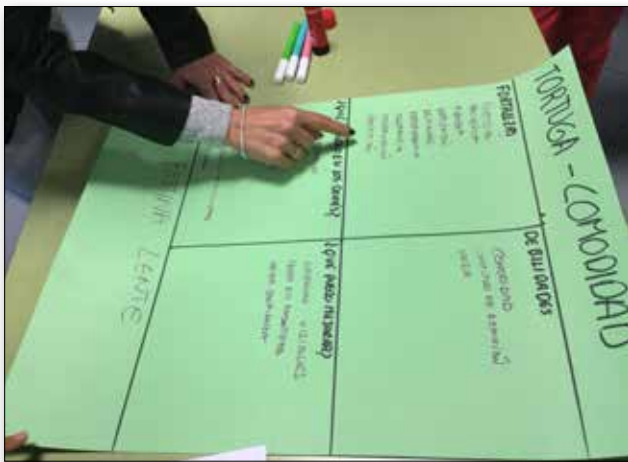
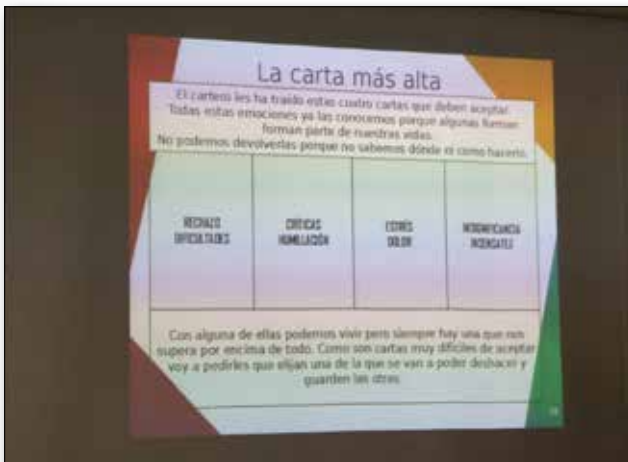
Todavía no sabemos muy bien cómo esta idea llegó a oídos de nuestra Directora, pero nos propuso dedicar una de las sesiones del Plan de Formación en el Centro a la Disciplina Positiva. Como somos unas atrevidas, de pronto nos encontramos delante de todos nuestros compañeros/as hablando de Disciplina Positiva, unas pocas semanas después de haber oído hablar sobre esta metodología educativa y, además, sin haber terminado la forma-



como las fortalezas y debilidades de cada uno/a de nosotros/as. Cada persona dibujó su árbol personal y, después de una breve puesta en común, cada uno puso su árbol en un panel que habíamos colgado en la pared. Fue muy gratificante porque, aunque habíamos pasado casi todo el curso juntos/as, nos habíamos olvidado de algo tan importante como el compartir y que todos teníamos un objetivo común.

También realizamos una actividad para el autoconocimiento, con el fin de saber un poco más sobre nosotros/as mismos/as y sobre cómo reaccionamos cuando cometemos un error. Esta dinámica se llama *La carta alta*.

Terminamos el taller con *El círculo del aliento*,



una actividad muy emotiva en la que nos dedicamos frases de aliento, lo que creaba momentos mágicos que nos hacían tanta falta a todas las personas.

Los días siguientes, el profesorado intentaba utilizar las actividades propuestas en el taller, lo que creaba algunas situaciones muy divertidas utilizando la metáfora del «Cerebro en la palma de la mano» o explicando su forma de actuar al justificar su reacción al ser «una tortuga, un camaleón, un águila o un león».

El profesorado quedó tan satisfecho, que nos comenzaron a relatar algunas de las situaciones que se ha-

bían detectado en determinados grupos. De esta preocupación surgieron dos talleres:



El primero de ellos fue con un grupo de 4º ESO, donde se detectaba poca cohesión grupal, conflictos con el profesorado y entre el alumnado, falta de empatía...

Para ellos/as se adaptó la actividad «Ponte en mis zapatos» creando unas huellas adaptadas a los conflictos detectados, con el fin de fomentar la empatía y el respeto a las demás personas. Se cerró el taller con la actividad «Cuidando mi luz» en la que cada persona expresaba un deseo para el grupo, fomentando así la cohesión grupal. Aunque los conflictos no desaparecieron totalmente, sí que mejoró notablemente la convivencia.

A la vista de los resultados, la tutora de 1º Bachillerato nos propuso realizar otro taller con este grupo, que estaba, en ese momento, totalmente desmotivado. Para ellos y ellas adaptamos la actividad de «El Árbol», con el fin de que recordaran porqué habían elegido hacer Bachillerato. También se dedicó una parte de la sesión a intentar entender dónde se encuentra la motivación (se encuentra dentro de cada uno/a de nosotros/as) y





que, cuando esta falta, hay que ser disciplinado. El taller se cerró con «El círculo del aliento», ya que creemos que una parte importante era animarse unos/as a otros/as.

Consideramos que, una parte importante de nuestro trabajo, es dar a conocer los principios básicos de la *Disciplina Positiva*, ya que pueden dar respuesta a las situaciones que se producen en el Centro, tanto dentro como fuera del aula. Creemos en ser amables pero firmes, en la importancia de la conexión y el sentido de pertenencia a algo grande como el IES Cruz Santa o a algo más pequeño, pero no menos importante, como nuestros grupos de clase. Hemos aprendido que debemos enfocarnos en las soluciones y ver los errores como oportunidades de aprendizaje, que no podemos corregir sin conectar, que debemos ponernos en los zapatos de la otra persona y que, tanto nuestros niños y niñas como nosotras mismas, necesitamos aliento para crecer.

En este curso escolar 2018/2019, hemos querido ir más allá y aplicamos la *Disciplina Positiva* en la vida del Centro. Hemos trabajado con los diferentes sectores de la Comunidad Educativa: profesorado, alumnado y familias.

Con el profesorado se realizó una segunda sesión dentro del Plan de Formación del Centro. En este taller se hizo especial hincapié en la importancia del trabajo en equipo con una actividad inicial basada en la leyenda del vuelo de los gansos que llamamos «*Volando en V*».

Para ello, preparamos el espacio colocando las sillas en forma de V de tal manera que, cuando entrara el profesorado, se sentara en formación de V (igual que los gansos). Al comienzo se les expli-

có el motivo de la disposición de las sillas al contarles la siguiente historia:

«La ciencia ha descubierto por qué los gansos vuelan juntos. Vuelan formando una «V», porque cada pájaro al batir sus alas, produce un movimiento en el aire que ayuda al ganso que va detrás de él. Volando en V, todo el grupo aumenta por lo menos en un 70% su poder de vuelo, comparado a que cada pájaro lo hiciera solo.

Debemos considerar que la unión hace la fuerza.

Cada vez que un ganso se sale de la formación y siente la resistencia del aire, se da cuenta de la dificultad de volar solo y de inmediato se reincorpora al grupo, para beneficiarse del poder del compañero que va adelante.

Cuando un líder de los gansos se cansa, se pasa a uno de los puestos de atrás y otro ganso toma su lugar.

Todos debemos estar dispuestos a asumir responsabilidades.

Los gansos que van detrás producen un sonido propio de ellos y lo hacen con frecuencia para estimular a los que van adelante para mantener la velocidad.

Una palabra de aliento incrementa las fuerzas.

Cuando un ganso enferma o cae herido, dos de sus compañeros se salen de la formación y lo siguen para ayudarlo y protegerlo, y se quedan con él hasta que esté nuevamente en condiciones de volar o hasta que muere».



SI FUERAMOS COMO LOS GANSOS, NOS MANTENDRÍAMOS UNO AL LADO DEL OTRO, AYUDANDONOS Y ACOMPAÑÁNDONOS.



(https://www.grijalvo.com/Jaime_S_Dromi/Vuelo_gansos.htm)

A continuación, le pedimos al profesorado que escribieran en unos post-it los inconvenientes y beneficios del trabajo en equipo.

Para finalizar con esta parte de la sesión, levantamos a nuestros compañeros/as para hacer una dinámica titulada «Cruzando el río», en la que se



tenían que llevar a cabo los principios del trabajo en equipo y que solo finalizaba cuando los distintos grupos que se habían formado se unían para trabajar juntos.

Con el alumnado hemos diseñado una serie de sesiones que se han integrado dentro del Plan de Acción Tutorial para toda la ESO sobre «Gestión de Conflictos», a partir del material que nos proporcionó la Orientadora de nuestro Centro.

También hemos desarrollado actividades específicas para el alumnado, tanto individuales como colectivas, en las que hemos intervenido como profesoras PROMECO actuando, en ocasiones,

como pareja pedagógica con el profesorado.

Entre ellas destacamos:

- «La casa de los sueños», cuyo objetivo es identificar los distintos roles del alumnado de un



grupo. En esta actividad se les planteaba que íbamos a construir una casa y que necesitábamos su ayuda, por lo que tenían que repartir los diferentes trabajos que había que realizar en dicha construcción. En la primera parte, cada alumno/a ubicaba a sus compañeros/as en las diferentes funciones y, a continuación, en pequeños grupos se debatía, llegando a un consenso en esta distribución para finalmente hacer una puesta en común.

- «En mi mano», cuyo objetivo es motivar al

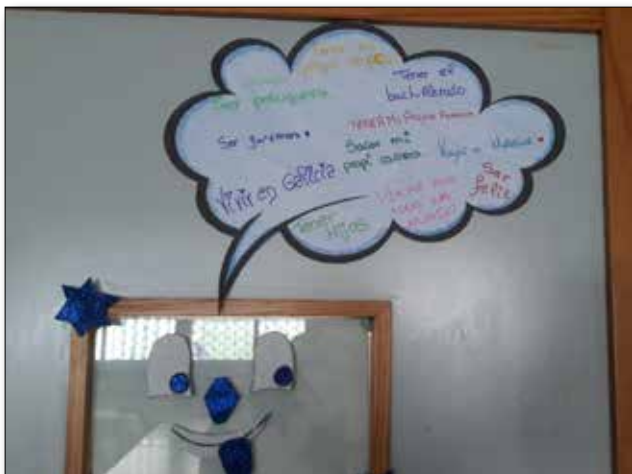


alumnado recordándoles sus sueños y que identificaran sus fortalezas y debilidades. En la primera parte de esta actividad, se les pedía que dibujaran su mano y que en cada dedo escribieran un sueño o un objetivo, en la palma sus fortalezas y en la muñeca todo aquello de lo que se querían desprender.

- «Sueño con...» es la continuación de la actividad anterior en la que los diferentes grupos

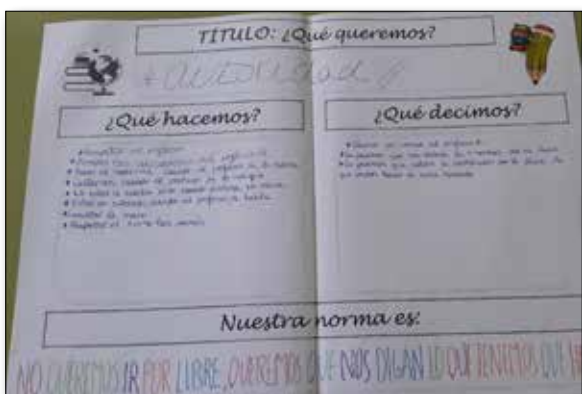


elaboraban una cartulina con los sueños de la clase.



- «El trimestre casi perfecto», cuyo objetivo es de consensuar normas de aula.

Este curso hemos empezado a trabajar con las fa-



milias elaborando algunas sesiones para las tutorías colectivas que se realizan en horario de tarde como:

- *Consejos para familias*: se entregan en la primera reunión con los tutores/as.
- *Aprendiendo a gestionar las emociones*: las actividades «El Cerebro en la palma de la mano», «Un minuto de Mindfulness» y «Educa bonito» se inician con la proyección de un video.
- «El hijo casi perfecto»: con el fin de que las familias recordasen cómo eran cuando tenían la edad que tienen ahora sus hijos/as, así como proponerles pautas de actuación ante situaciones conflictivas que se les puedan presentar.

El Centro sigue participando en el Programa de Parentalidad Positiva *Vivir la Adolescencia en Familia* y, durante este curso, le ha dado continuidad con el programa Feliz de Conocerme en los que se han integrado dinámicas de *Disciplina Positiva*.

Todas estas acciones, y algunas más, se han realizado durante los dos últimos cursos. Sabemos que los resultados no son inmediatos: requieren tiempo y paciencia.

Nosotras seguimos con «nuestro pico y nuestra pala», aprendiendo y desaprendiendo cada día porque, para poder avanzar, primero tenemos que dirigir el foco hacia nuestro interior para encontrar las cosas que debemos cambiar. Hemos aprendido a trabajar en equipo, «volando en V», asumiendo responsabilidades y dándonos aliento cada día.

HEMOS FORMADO UN BUEN EQUIPO

Todo esto no hubiera sido posible sin la colaboración y el continuo apoyo, y que siguen dando a días de hoy, de las personas que nos abrieron la puerta a la *Disciplina Positiva*: Verónica Formoso, Soraya Revuelta y Sara Santiago, que nos hicieron conscientes de que, si queríamos obtener resultados diferentes, no podíamos seguir haciendo las mismas cosas.

IES Cruz Santa

