



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Propuesta de intervención educativa basada en
disciplina positiva para educación infantil

Autora

Pilar Labadía Moreno

Directora

Angela Asensio Martínez

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

Curso 2020-2021

Índice

1.- Resumen	Pág.: 3
2.- Palabras clave	Pág.: 4
3.- Agradecimientos	Pág.: 5
4.- Introducción	Pág.: 6
5.- Marco teórico	Pág.: 7
5.1 Disciplina Positiva	Pág.: 8
5.2 Características de la Disciplina Positiva	Pág.: 9
5.3 Disciplina Positiva en el contexto educativo	Pág.: 10
5.4 Intervenciones basadas en disciplina positiva	Pág.: 15
5.5 Disciplina positiva en Educación Infantil	Pág.: 16
6.- Justificación	Pág.: 21
7.- Objetivos	Pág.: 22
8.- Propuesta de intervención	Pág.: 23
8.1 Contexto. Características del centro.	Pág.: 23
8.2 Destinatarios	Pág.: 23
8.3 Metodología	Pág.: 24
8.4 Temporalización	Pág.: 26
8.5 Actividades	Pág.: 28
8.6 Evaluación	Pág.: 56
9.- Discusión y conclusiones	Pág.: 60
10.- Referencias bibliográficas	Pág.: 63
11.- Anexo	Pág.: 65

Título del TFG

Propuesta de intervención educativa basada en disciplina positiva para educación infantil

Title

Proposal for educational intervention based on positive discipline for early childhood education.

- Elaborado por Pilar Labadía Moreno
- Dirigido por Angela Asensio Martínez
- Presentado para su defensa en la convocatoria de junio del año 2020
- Número de palabras (sin incluir anexos): 18086

1. RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado se plantea una propuesta de intervención educativa basada en la disciplina positiva para las aulas de educación infantil, por lo que tiene como objetivo lograr una buena convivencia y un bienestar positivo donde se tengan en cuenta las emociones y los sentimientos propios de cada niño y niña para que actúen y se comporten de la mejor forma posible y una mejora del clima del aula. He realizado por un lado actividades para formar a maestros y maestras de educación infantil para que puedan llevar a cabo esta disciplina en el aula como la forma más adecuada de encontrar equilibrio entre el cariño y seguridad y una serie de estrategias y habilidades para que trabajen con los alumnos y alumnas. El resultado que se quiere conseguir es fomentar una transformación personal de tal manera que las sigan aplicando a lo largo de su vida, para que puedan ser unos buenos ciudadanos. En conclusión, para que resulte eficaz esta metodología, es importante considerar a los alumnos y alumnas como el centro de su propia educación, ya que son los verdaderos protagonistas en el proceso educativo.

2. PALABRAS CLAVE

Disciplina positiva, convivencia, respeto, autoestima, clima, educación infantil.

ABSTRACT

This End of Degree Project is a proposal of educational intervention based on positive discipline for early childhood education classrooms, so it aims to achieve a good coexistence and positive well-being where the emotions and feelings of the child are taken into account. Each boy and girl to act and behave in the best possible way and an improvement of the classroom climate. On the one hand, I have carried out activities to train early childhood education teachers so that they can carry out this discipline in the classroom as the most appropriate way to find a balance between affection and security and a series of strategies and skills for them to work with the students. The desired result is to promote personal transformation in such a way that they continue to apply them throughout their lives, so that they can be good citizens. In conclusion, for this methodology to be effective, it is important to consider the students as the center of their own education, since they are the true protagonists in the educational process.

Key Words: Positive discipline, coexistence, respect, self-esteem, climate, early childhood education

3. AGRADECIMIENTOS

A mi hijo Jaime, por comenzar una nueva etapa de mi vida, en la que pondré en práctica esta disciplina.

A mi marido, Jesús, por su apoyo incondicional para que continúe estudiando y formándome para ser una buena docente.

A mi tutora, Angela, por su apoyo, orientación y sabios consejos tanto profesionales como personales.

A mi familia y amistades, que son pilares fundamentales, por quién soy a día de hoy.

4. INTRODUCCIÓN

La intención de este trabajo fin de grado es proponer la disciplina positiva como sugerencia para respetar la convivencia de las escuelas en el aula de educación infantil, para que puedan tomar esto como ejemplo y seguir mejorando sus relaciones interpersonales.

Según Alejandro Adler, erudito en filosofía y psicología positiva en la universidad de Pennsylvania, en su artículo sobre la educación positiva (1920): educando para el éxito académico; la educación implica el cambio y el crecimiento del individuo en una cierta dirección. En el cual, incluye que la disciplina positiva en el campo de la educación se ha estudiado durante años y tanto el aprendizaje como la enseñanza de las habilidades sobre el bienestar son favorables para el correcto desarrollo personal y emocional del individuo. Por eso, la educación positiva realiza una recapitulación sobre el bienestar y los aspectos positivos de las personas que hace que presente un interés más personal, realizando un progreso en las destrezas y el conocimiento para obtener un bienestar completo. Por lo tanto, es conveniente enseñarlas porque así se tiene un buen rendimiento y, en consecuencia, hace que los seres humanos disfruten mejor de la vida siendo mejores ciudadanos.

En el periodo de educación, y particularmente en Educación Infantil, se destaca que el progreso emocional es uno de los principales elementos que potencian el progreso global del niño. Razón por la cual, considero que es de gran importancia trabajar el desarrollo de fortalezas, virtudes y emociones positivas en el aula desde edades tempranas.

Tal y como podemos observar en la Orden de 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, la finalidad principal de esta etapa es contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños, para que lleguen a tener una imagen positiva de sí mismos y adquieran autonomía personal.

5. MARCO TEÓRICO

El trabajo actual se realiza en el marco de un enfoque positivo, porque se centra en el desarrollo de las capacidades y, por tanto, se orienta al empoderamiento, y apuesta porque cada niño y niña pueda desarrollar, entre otros la autodisciplina, la responsabilidad, la cooperación para resolver problemas. Con este enfoque positivo se entiende como fundador de fortalezas más que de debilidades, es decir, no se puede ayudar a los alumnos y alumnas mientras no se tenga fe en ellos. Y estos aspectos positivos son los que principalmente nos establecen como una existencia magnífica.

Retrocediendo en el tiempo, podemos encontrar la primera mención del término disciplina positiva en el libro de Abraham Maslow de 1954 "Motivación y personalidad". Es interesante destacar uno de los pasajes abiertos del libro, porque define a la perfección el principal impulso que condujo al surgimiento de esta nueva disciplina.

Como señala Maslow (1954), en la trayectoria histórica de la psicología se ha trabajado más en las características negativas de las personas como son, entre otras: las carencias, las enfermedades, los trastornos, etc.; que en las características positivas que son: las virtudes, los objetivos alcanzables, las metas en la vida, etc. Por esta razón esta rama se ha centrado más en rasgos negativos de la personalidad que los positivos. Así que el cambio a centrarse para mejorar el desarrollo personal es gracias a la disciplina positiva que tiene como meta compensar las cosas malas de la vida y busca la confección de características positivas.

Desde los comienzos de la psicología se ha pensado que el foco principal era tratar los aspectos positivos y como se puede acordar de la mejor manera posible, y no solo se ha insistido en cómo desarrollar la superación de problemas sino también prosperar en las fortalezas para conseguir un bienestar completo en la vida. La psicología positiva se propone como desafío en buscar los rasgos positivos para que nuestras vidas sean mejores y de esta manera estar más felices. La psicología positiva es una rama de la psicología que ha surgido recientemente. Su mayor difusión comenzó en 1998, cuando Martin E. P. Seligman realizó un discurso ante la Asociación Americana de Psicología. En él, explicó los pilares fundamentales en los que se basaba y el propósito de su

creación, que son: el desarrollo de la atención plena y la mejora del modelo descriptivo de la personalidad basado en las fortalezas personales.

Según Alejandro Adler (1920), esta rama de la psicología llegó a la conclusión que lo que hace posible que los seres humanos prosperen tanto en la sociedad como en sus reuniones sociales, es la investigación sobre las fortalezas y virtudes positivas.

Y uno de los objetivos de la psicología positiva es desarrollar la felicidad de cada uno, incluyendo que el individuo tenga situaciones que le provoquen un incremento de emociones positivas y menos acciones que experimenten emociones negativas.

5.1 Disciplina Positiva

El experto en disciplina positiva Alfred Adler en 1920 mencionó el origen del pensamiento, quien cree que todos los comportamientos humanos son el resultado de la mejora de las condiciones de vida. Pero también afirmó que todos debemos ser dignos y respetados desde la niñez, y enfatizó este aspecto. Adler dio a luz a la psicología individualista, cuyo punto de partida es que todos pueden mejorar, reducir sus propios problemas y la posibilidad de progresar en la vida, y llegar a ser casi perfectos para este proceso. Defiende que si la evolución humana realmente significa cooperación y contribución, todos los esfuerzos individuales y todas las acciones de las masas que no apuntan al bienestar fracasarán.

Según Adler (1930), para que los seres humanos entiendan, procesen y busquen una solución al problema, deben de expresar distintos sentimientos para alejarse de la mala conducta y encuentren la mejor forma de actuar para una buena resolución de este.

Años más tarde, Dreikurs (1950), un psiquiatra que fue discípulo de Adler se convirtió en el principal defensor de la psicología de Adler. Difundieron la enseñanza a padres y maestros de formas efectivas de responder a los comportamientos de los niños para mejorarlos a ellos y a las personas. Las necesidades de las relaciones sociales, las personas responden a situaciones específicas basadas de acuerdo con el medio ambiente y la experiencia personal.

Nelsen y Lott (1988) fueron los que realizaron un estudio metódico y experimental sobre los beneficios de este tipo de educación positiva. Como resultado, a través del uso

de manuales de actividades de ayuda con el fin de que los adultos comprenden los beneficios de este tipo de educación, verificando el comportamiento inapropiado de los niños; pero difundiendo unas actitudes positivas también se pueden utilizar como una forma de corregirlas.

Glenn, H. Stephen, (1999), en su libro *Desarrollar personas competentes*, explica que la disciplina positiva hace que resalte el equilibrio entre la amabilidad, la seguridad y el respeto que se debe tanto a las personas adultas como a los niños y niñas. Por eso, las personas adultas están comprometidas a originar las buenas actitudes en los niños y niñas y hacerles sentirse personas seguras de sí mismas, tratándoles con dignidad y respeto con la finalidad de que desarrollen su habilidad para tomar decisiones correctas se vuelve más efectiva, con esta disciplina, se debe de tratar al alumnado con dignidad y respeto, así se pueden reconocer como miembros activos y participativos del aula, de la familia, la comunidad y la sociedad.

5.2 Características de la Disciplina Positiva

Según Graham (2019), experto en la educación positiva, presenta las siguientes características: el dominio y la importancia, primero se tiene que crear una conexión con los niños y niñas para luego el adulto le ayude a corregir su conducta. Desarrollar la seguridad en los niños y niñas para que vayan progresando de forma autónoma en controlar sus propias conductas. Para ello, se tiene que enseñar con un lenguaje positivo, respetando y animando a los niños y niñas para que sean consecuentes en sus acciones y sean responsables a la hora de actuar. Para que esta disciplina positiva funciones, se tiene que implicar a los niños y niñas para que se ayuden entre ellos con la finalidad de que todo el grupo está integrado. Por parte de los docentes, tienen que emplear un lenguaje asertivo, en el que enseñe habilidades y unos valores sociales, como, por ejemplo: la paz, la honestidad, el respeto, la tolerancia, etc., para que las puedan desarrollar tanto dentro del aula como fuera de ella. Para que esta disciplina se integre de una forma positiva es hacer que los niños y niñas expresen sus sentimientos, los pongan en común, se conozcan mejor y de esta manera desarrollen sus capacidades para un uso productivo de su autonomía y al practicar esta disciplina, tiene su fruto a largo plazo.

5.3 Disciplina Positiva en el contexto educativo

La educación positiva se concentra en el bienestar de toda la comunidad educativa, tanto de los docentes como de los administradores educativos, pero donde se hace más hincapié que exista un ambiente de confianza donde los niños y niñas se sientan seguros para comunicarse, poner en acción las habilidades que han aprendido y así favorecer el crecimiento de los alumnos y alumnas y del centro educativo.

En el ámbito de la educación, esta disciplina se presenta como innovadora pues resalta las emociones positivas, las cualidades positivas del carácter, con el fin de que gracias a la motivación interna de los niños y niñas se establezca el aprendizaje, así aprenden habilidades para luego desarrollarla tanto en la propia aula como fuera de esta. (Nelsen, 2015). Este prototipo se basa en las características cotidianas y en las habilidades para el bienestar íntegro de la persona (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich y Linkins, 2009). En los centros escolares, la disciplina positiva prepara desde la etapa de educación infantil hasta los adolescentes el desarrollo de las habilidades para que tengan un futuro personal y sobre todo profesional lleno de éxito.

Aunque en la actualidad se da más valor al resultado que a las personas, es decir que las calificaciones numéricas, enseñar los mínimos exigidos del curriculum académico tienen más peso que lo que el alumnado siente o comprende lo que está recibiendo por parte del docente. De ahí que el bienestar de los niños y niñas no se tiene en cuenta a la hora de recibir las materias que se están enseñando y se debería tener más en cuenta cómo está el alumnado para que el aprendizaje tenga éxito.

Este método innovador tiene como características en que el alumnado potencie sus competencias para que pueda llevarlas a cabo en todos aspectos de su vida, y se supere tanto en su vida personal como en el futuro profesional.

Según Seligman (2002) expone que la psicología positiva es animar a tener más pensamientos positivos, a que el alumnado tenga un bienestar completo, para que se sienta cómodo con el grupo y sepa buscar la conexión de lo que ha aprendido para que siga consiguiendo metas positivas con el fin de llegar a tener una personalidad plena. Además, propone tres características imprescindibles de la psicología positiva que son:

las virtudes y fortalezas personales, las instituciones y emociones positivas para favorecer el crecimiento de los rasgos positivos.

Un año más tarde, los siguientes autores Nelsen, Glenn y Lott en su libro *Disciplina para Adolescentes*, destacan que los niños y niñas tienen que ser educados desde el respeto para que practiquen las habilidades necesarias para llevar una vida llena de felicidad. Las reglas que forman la disciplina positiva se fundamentan en el respeto por parte de toda la comunidad educativa, favorecer las actitudes y aptitudes positivas y encuentren una solución equitativa con la finalidad es la de ayudar y orientar al alumnado en su desarrollo integral para que sean felices,

La disciplina positiva incluye el proceso de reconocer y manejar las emociones, desarrollando y utilizando las habilidades adecuadas para resolver conflictos, es necesario comprender nuestros sentimientos y los sentimientos de los demás. Por tanto, esta forma de disciplina promueve la educación emocional de los niños como un aspecto básico de su desarrollo.

Por consiguiente, cuando se lleva a cabo en el aula, es importante explicar que hay diferentes tipos de emociones, y que algunas de ellas pueden llegar a entorpecer el aprendizaje, en cambio existen otras que favorecen el aprendizaje para que desarrollen sus habilidades para pensar en afrontar los inconvenientes que les pueden surgir. Por lo tanto, es importante saber e identificar las emociones para aprender a gestionarlas de una forma positiva y de esta manera se creará un ambiente positivo en el aula para facilitar el aprendizaje.

Ibarrola (2013), expone y realiza la diferenciación de emociones positivas y negativas. Las emociones negativas son las siguientes: el miedo, es un sentimiento que aporta inseguridad al niño o niña. En educación tiene conexión con las diferencias que se pueden encontrar en el ámbito escolar llevando situaciones de desconexión. La tristeza, está vinculada con la pérdida de un ser querido, con el fracaso, por lo que hace que los niños y niñas estén desmotivados y no quieran aprender nuevos conocimientos. El enfado y la ira tienen conexión con el sentimiento de frustración por la dificultad de las actividades, lo que conlleva a que el niño o niña tenga comportamientos agresivos. Y el asco, es una emoción en el ser humano responde con rechazo, por lo que le lleva a que tenga acciones que falten el respeto, no se comprometa para realizar las actividades.

Las emociones positivas son: la sorpresa, esta emoción hace que el niño este siempre en estado de alerta y por lo tanto llegue a ser una persona insegura de sí misma. Y la alegría, en la que el niño y niña hace que estén motivados, muestran interés y tengan actitudes positivas con el resto de los compañeros y compañeras.

La disciplina positiva se consigue a través de un ambiente íntimo para establecer una relación emocional que genere confianza y respeto mutuo, porque cuando un niño o niña se siente seguro y respetado en el aula, le será más fácil desarrollar su personalidad social y habilidades.

Para que la relación entre los docentes con los alumnos y alumnas sea positiva, tiene que existir un equilibrio entre cariño y firmeza, utilizando un lenguaje asertivo permitiendo que la comunicación sea lo más clara y respetuosa posible para generar un buen ambiente emocional. Por todo esto, los niños y niñas se tienen que sentir seguros, para desenvolverse de la forma más natural posible y puedan expresar sus sentimientos siendo respetados y puedan sentirse seguros de sí mismos y mismas para realizar acciones y que sean consecuentes con las mismas. Timoneda (2014), expone que para que esto tenga sentido en el aula, añade que tiene que existir un ambiente seguro, y para ello, el momento de la asamblea es una buena oportunidad donde los alumnos y alumnas puedan expresar sus sentimientos, emociones, etc., compartan anécdotas, historias y se expresen de forma libre y autónoma. Por parte de los maestros y maestras tienen que manejar un lenguaje positivo y asertivo con el fin de prescindir que las emociones negativas invadan el ambiente cuando se establezcan algunas normas de comportamiento. A continuación, los docentes deben educar a los niños y niñas distintas formas para que busquen soluciones a las situaciones que se produzcan en el aula, tanto dentro como fuera.

Además, para lograr una disciplina positiva adecuada en el aula, hay que crear un ambiente de curiosidad, confianza por lo que les sucede con el fin de que no lleguen a suposiciones erróneas a través de sus pensamientos. La metodología de esta disciplina favorece el descubrimiento de las emociones, de compartir los pensamientos de los niños y niñas en temas muy cercanos a ellos independientemente de cómo les afecte emocionalmente,

Otra forma que los docentes tienen que dirigirse a los alumnos y alumnas es a la información que se les transmite desde el corazón y no desde la cabeza, puesto que están más dispuestos a aprender a aquella información que reciben desde el cariño y con un buen trato, aunque también tienen que equilibrar la parte de comunicar las normas, reglas, etc., con la parte amable, así los límites son más efectivos. Por lo tanto, los educadores deben tener la oportunidad de disponer de las habilidades necesarias para enseñar a los niños y niñas un lenguaje inclusivo, positivo y asertivo.

Castellanos (2017) propone una serie de pasos a seguir para lograr un lenguaje positivo:

- Paso 1: Tomar conciencia del lenguaje.

Ser conscientes del propio lenguaje y de las propias palabras, así como de las de los demás y conocer los motivos y las consecuencias de su uso.

- Paso 2: Regular el lenguaje.

Se trata de aprender a escoger las palabras y gestos más adecuados para dirigirse a los demás, es decir, encontrar el equilibrio comunicativo mediante un lenguaje que fomente el respeto.

- Paso 3: Alcanzar la autonomía del propio lenguaje.

Consiste en intentar que las palabras de otras personas no nos afecten y al mismo tiempo, obtener autoconfianza y responsabilidad en las propias palabras.

- Paso 4: Construir las habilidades del lenguaje.

Aprender a escuchar, a empatizar, a comunicar y a compartir para lograr un lenguaje que facilite las relaciones interpersonales.

- Paso 5: Hacer uso de las competencias del propio lenguaje para la vida y el bienestar.

Para promover el progreso del bienestar personal y social, se realiza a través del aprendizaje de nuevos conocimientos, actitudes y aptitudes.

Hoy en día la educación requiere un cambio de pensamiento, es decir, que se desarrollen una serie de valores con el fin de que la actitud en la vida de las personas mejore. Para ello, el principal cambio que se debe realizar es el uso del lenguaje, ya que las palabras son parte esencial para que los seres humanos puedan gestionar sus emociones y puedan tomar decisiones de la mejor manera posible. De ahí, que los niños, desde edades tempranas sean capaces de aprender más sobre sus emociones, sentimientos para que su aprendizaje sea más efectivo, y se desarrolle tanto en el centro educativo como en lo social.

La disciplina positiva, según Jane Nelsen (2003), se debería de trabajar en educación, puesto que se trabajan las habilidades de vida en los niños y niñas, fomenta las relaciones basadas en respeto tanto entre sus iguales como con los adultos. Así la convivencia escolar, se puede llevar a cabo en otros ámbitos de su vida, como en la familia, para lograr estrategias para originar una convivencia desde el respeto, sana, positiva y agradable.

Añadir, que con la práctica de esta disciplina positiva los niños y niñas logran una mejora en el desarrollo de la autonomía, son más conscientes de su autocontrol y autoestima, por lo que les permite ser más críticos y no reclaman tanto la atención del adulto.

Por eso, si desde edades tan tempranas, se les enseña la importancia de que tienen que tratar a las personas con dignidad y respeto ya sean sus iguales o de diferentes edades incluso a los adultos. Por eso se trabaja el pensamiento reflexivo, la responsabilidad, la cooperación y a desarrollar un sentido de comunidad, para que sean todos iguales, todos tratados de la misma forma, para crear esa unión de grupo, y por lo tanto los niños y niñas se ven importantes puesto que pertenecen a un grupo, y eso hace que su autoestima sea positiva, con la finalidad de que se sienten parte del mismo y aportan sus ideas, ayudando a los compañeros y compañeras, progresando en su autonomía por resolver las dificultades que se van encontrando, aunque pidan ayuda al adulto en momentos puntuales.

5.4 Intervenciones basadas en disciplina positiva

En Philadelphia, en 2002 se llevó a cabo un proyecto realizado por el Departamento de Educación de Estados Unidos junto con la colaboración del Departamento de Psicología del Swarthome College y el Centro de Psicología Positiva de la Universidad de Pennsylvania, donde se realizaron actividades positivas, en donde los alumnos y alumnas de primaria trabajaron sus fortalezas, aprendieron optimismo y asumido comportamientos cívicos empleando una fortaleza característica, lo realizaron durante tres años, y tuvo efectos positivos en el área de Lenguaje: comunicación y representación, en sus habilidades sociales y una implicación más activa en las actividades escolares.

En Australia, en 2009, McGrath y Noble realizaron un programa destinado para el alumnado de educación infantil hasta los primeros años de la educación secundaria, denominado “¡Recupérate!” donde se fomentaba el bienestar y la resiliencia del alumnado de educación infantil. Los resultados que se obtuvieron con este programa tuvieron que modificar el curriculum académico, añadiendo materiales necesarios para que se desarrolle los valores positivos como son la resiliencia, el bienestar y desarrollar siempre pensamientos positivos.

En Reino Unido, Proctor y Fox Eades en 2009, también se realizaron un estudio durante cuatro años en donde los docentes aumentaron su bienestar y confianza, para transmitirlo al alumnado, con el objetivo de potenciar las fortalezas personales, los valores positivos y el manejo de las emociones positivas y negativas. Los resultados obtenidos fueron que los alumnos y alumnas mejoraron sus conductas y un aumento del bienestar y la confianza con el maestro o maestra. Esta investigación se llevó a cabo con alumnos y alumnas de educación secundaria.

En España, constituye la existencia de experiencias en diversas Comunidades Autónomas, y en Aragón, el Equipo SATI realizó un seguimiento más continuo de la aplicación en centros educativos, puesto que el profesorado se formó durante dos cursos sobre Educación Positiva a través del Centro de Profesores y de Recursos “Juan de Lanuza”, de Zaragoza, y formalizó una labor de asesoramiento con los centros que utilizan “AULAS FELICES”. Después de recibir la formación. Este programa se extendió a muchos centros educativos de la comunidad autónoma de Aragón, donde

tuvo una buena y positiva acogida por parte de toda la comunidad educativa; el cual fue presentado en eventos internacionales sobre Psicología Positiva y en el I Congreso Nacional sobre Psicología Positiva, en Madrid, donde se incluyó como manual de referencia de formación para universitarios, másteres, tanto para universidades españolas como extranjeras.

En la actualidad, esta nueva tendencia constituye un amplio movimiento a escala global, liderado por reconocidos investigadores de todo el mundo, y se caracteriza por métodos científicos que están promoviendo la investigación y aplicación en las siguientes áreas importantes: salud y bienestar, psicoterapia, educación, promoción de organizaciones e instituciones sociales activas, etc.

Algunas áreas específicas donde esta nueva tendencia se dedica a la investigación son: emociones positivas, optimismo, felicidad y bienestar, humor, movilidad, resiliencia y crecimiento sobre enfermedades mentales. En la educación infantil, primaria y secundaria, esta disciplina positiva se está volviendo cada vez más habitual entre los estudiantes. Sin embargo, en educación infantil se observaron algunas carencias cuando se trabajaban las siguientes competencias: competencia social y ciudadana, competencia de autonomía e iniciativa personal y la competencia para aprender a aprender. Por eso, gracias al desarrollo de este programa, se ha podido trabajar mejor y con una conexión coherente al completo desarrollo de estas competencias.

5.5 Disciplina Positiva en educación infantil

En España, la promotora de la disciplina positiva en edades tempranas es Moya (2016), donde señala que los niños y niñas tienen que crecer en ambientes seguros, cercanos y estableciendo los modelos que esta disciplina propone para que la educación sea a través del respeto, tolerancia y cercanía por todos agentes de la educación.

Según Moya (2016) reunir los aspectos disciplinarios en el aula es un cambio profundo y difícil porque se debe cambiar las rutinas y hábitos constituidos a lo largo de los años. Sin embargo, este cambio merece la pena, porque este esfuerzo le lleva a descubrir una forma de comportamiento más consciente, le hizo sentir más cómodo y mejoró sustancialmente su relación con los alumnos:

Como equipo llegamos a la conclusión de que encauzar nuestra práctica para mejorar la relación con los niños es posible, siempre, nunca es tarde (...). Atrás quedaron las sinapsis neuronales que invitaban a usar el control y la modificación inmediata de conductas. Atrás quedaron los premios y las recompensas que cercenan la iniciativa personal y hacen a los niños dependientes del adulto y a la larga, en adultos manipulables. Atrás quedaron las etiquetas, la crítica no respetuosa, y cualquier herramienta educativa que huelga a amenaza, humillación o instale en el corazón del niño la vergüenza. Eso, todo, no nos sirve (Moya, 2016).

Esta autora, explica que la disciplina positiva es una herramienta muy poderosa para el desarrollo de la personalidad y el autocrecimiento para que se conozcan mejor los niños y niñas y pueden conocer a sus compañeros y compañeras en las diferentes situaciones de la vida cotidiana.

El propósito de la disciplina positiva es facilitar que los niños obtengan la felicidad al incorporar el aprendizaje de ciertas habilidades socioemocionales en sus métodos educativos.

En educación, se sigue enfatizando que estas habilidades se evalúan igual que la formación académica, pero son más importantes que las calificaciones, porque según los estudios referenciados en el documental Dentro del cuerpo humano de la plataforma de Netflix, en el capítulo 1: reacción, explica como aprendemos, y como funciona nuestro sistema nervioso. Que este no solo procesa las emociones, también decide como reaccionamos ante ellas. De ahí, que las emociones van de la mano del sistema nervioso, por tanto, cuando aprendes algo y esta experiencia va asociada a una emoción fuerte, se genera un recuerdo, el cual, lo guardas toda la vida.

Según Timoneda (2014), en su libro Educar con todas las letras, para que sea posible establecer un lenguaje positivo en el aula, es importante considerar una sucesión de aspectos y que estén involucrados diferentes métodos relacionados con la disciplina positiva.

Antes de comenzar con la metodología de la disciplina positiva, se tiene que tener presente el momento evolutivo en el que se encuentra el niño o la niña, puesto que en

primer lugar, se tiene la consideración de que el alumnado toma una postura desafiante en el momento en el que se evade y no presta atención y es por eso que la mayoría de veces actúan haciendo lo contrario que se les dice, con una actitud de enfado y esto conlleva a que se castigue y no utilizando un lenguaje positivo. Estas situaciones en los centros educativos se dan con frecuencia en la actualidad cuando se les dice a los alumnos y alumnas que se porten bien y estén callados mientras se les explica los nuevos conocimientos que tienen que aprender. ¿Por qué ocurre esto? Pues porque en principio va en contra del momento evolutivo en el que se encuentra el niño o la niña, y que cuando son pequeños o pequeñas deben de tener los recursos necesarios para que experimenten, exploren, manipulen, jueguen y se diviertan en el mundo que les rodea.

Los niños y niñas del segundo ciclo de educación infantil ya no se limitan a la percepción y movimiento de su proceso de adaptación. Durante este período aprenden a controlar sus emociones, es decir, a pasar de la expresión emocional descontrolada a la expresión y control de sus emociones.

Pueden evadirse de forma mental de la realidad, predecir sucesos a través de la imaginación y recordar experiencias previas a través de la memoria. Esto les amplía enormemente las posibilidades de hacer frente a las necesidades de la vida y también juega un papel fundamental en la transferencia de imitación de un período a otro actuando como un elemento progreso de la atención, la memoria, el lenguaje, la imaginación y el desarrollo de la personalidad.

Los niños y las niñas son personas sociales, por lo que necesitan la presencia de otros individuos para renovar sus posibilidades como seres humanos. La identidad, el aprendizaje social, la adquisición del lenguaje y las actividades a través de la imitación y el refuerzo juegan un papel muy importante en la socialización, especialmente a través del juego, Timoneda (2014)

En cuanto al lenguaje, aumenta con el inicio del desarrollo de las ideas y generalmente de todas las actividades del individuo. Es donde se refleja el nivel cultural, el equilibrio psicológico que se encuentra cada niño o niña. Primero, los niños y niñas dominan el lenguaje del entorno familiar y luego dominan el del entorno que les rodea. Los juegos son muy importantes porque hacen que estén más atentos, mejoran su memoria activa, su imaginación y su desarrollo de la personalidad.

En segundo lugar, es más fácil implementar la educación positiva a través de un lenguaje positivo que transmitiendo un lenguaje violento, es decir, para que un niño aprenda, se le debe de educar con aspectos positivos, por ejemplo, enseñando lo que puede hacer, haciendo hincapié en lo positivo, para que tenga un comportamiento adecuado, que al realizar las cosas que puede hacer, por ejemplo, cuando comienzan a escribir su nombre, se sienta motivado y quiera seguir aprendiendo.

En tercer lugar, es importante que el maestro o maestra utilice el lenguaje como una conexión positiva con el niño o niña, como una herramienta que facilite una comunicación segura y un ambiente de aula cálido, cercano, ya que esto facilitará la construcción de su autoestima y la de un espacio seguro para el niño para iniciar su proceso de enseñanza-aprendizaje (Timoneda 2014). Para conseguirlo, es importante que el maestro y maestra se dirija al niño o a la niña siempre mostrando actitud de respeto, confianza y proporcione una estructura del sentimiento de pertenencia e importancia en el grupo, para ello es trascendental evitar las etiquetas, independientemente que sean negativas o positivas, y motivar al niño a ser protagonista de las vivencias que se viven dentro del aula como fuera así como enseñarles a que los conflictos y los errores los vean como oportunidades de aprendizaje, puesto que le pueden ocurrir en diferentes contextos y sepan solucionarlo de la mejor manera posible.

Por ello, los docentes deben reflexionar sobre el cambio de paradigma que se vive actualmente en la educación para evitar el uso de castigos y recompensas. En cambio, deben enfocarse en trabajar con los niños para encontrar soluciones a los problemas, es decir, en lugar de imponer consecuencias, se debe de ayudar a los estudiantes a recapacitar en las consecuencias.

Se les debe alentar a considerar las consecuencias de sus acciones y cómo afectan a los demás, y enseñarles diversas habilidades para resolver los conflictos de manera respetuosa.

Para Ibarrola (2013), el funcionamiento del cerebro humano es una diversa conexión cuando piensa, siente y actúa, de manera que las emociones y la conciencia tienen una relación directa, es decir, existe un importante paralelismo entre el triunfo académico y el ambiente emocional del aula. Cuando el niño o niña recibe información, este genera una interpretación, que causa una emoción que hace que el niño o niña actúe de una

forma u otra, es decir, las emociones son un importante condicionante en el proceso de enseñanza-aprendizaje y por ello es fundamental trabajarlas en el aula.

En el marco de las herramientas socioemocionales hay que utilizar el lenguaje positivo como recurso principal para que el ser humano desarrolle y progrese en el proceso de socialización y en las relaciones interpersonales con el resto de los seres humanos.

Para que se lleve a cabo la disciplina positiva en el ambiente educativo, es importante recapacitar sobre como el lenguaje es muy importante en educación, ya que las palabras que se transmite, cada persona las percibe y las interpreta de forma diferente y es por ello por lo que determinan las actitudes personales.

Los docentes de educación, pero sobre todo los de educación infantil son modelos para los niños y niñas, con sus acciones, comportamientos, formas de expresión, etc., por lo que hacen que los niños y niñas se comuniquen y actúen siendo responsables de sus actos, asumiendo las consecuencias que puede haber.

La disciplina positiva en el aula hace que las relaciones que se mantienen entre el alumnado como con el maestro o maestra sean afectivas y se establecen mediante la creación de un clima cercano que desarrolle la confianza y el respeto mutuo, porque cuando un niño o niña se siente seguro y respetado con sus iguales, es más fácil que desarrolle sus capacidades individuales y de socialización y se implique de manera espontanea en las actividades individuales y de grupo, promoviendo el desarrollo del sentimiento de importancia y de pertenencia que es imprescindible para llevar a cabo este método de psicología positiva.

Otro aspecto relacionado con la parte emocional es que los adultos se tienen que dirigir a los niño y niñas desde el corazón y no desde la cabeza, ya que prestan más atención a la información que perciben desde el respeto y el cariño, lo que significa una vez más que los maestros y maestras deben buscar un equilibrio tanto de la parte amable como de la parte firme a la hora de expresar cómo nos sentimos ante los distintas acciones de los niños y niñas, de esta manera la determinación de límites será más efectiva y productiva.

6. JUSTIFICACIÓN

El propósito de este trabajo de fin de grado es elaborar una propuesta de intervención basada en la disciplina positiva en el aula de educación infantil. He elegido este tema, porque este modelo educativo está dedicado a la educación integral de los niños y niñas, ayuda a cada alumno a obtener lo mejor de sí mismo.

En primer lugar, porque considero que la disciplina positiva tiene una vinculación importante con el ámbito educativo, y que desafortunadamente se olvida en la mayoría de los momentos, pues se priorizan los aprendizajes cognitivos en vez de tener más en cuenta las emociones y las relaciones personales. Y, en segundo lugar, porque en educación infantil, creo que las emociones son el principal eje para que los niños y niñas aprendan, desarrollen y pongan en práctica sus habilidades sociales y para la vida, como son la preocupación por las demás personas, la resolución de problemas, progresar en su autonomía a través del descubrimiento de uno/a mismo o misma, es decir, el ser resilientes, personas seguras de sí mismas que tienen buenas habilidades sociales gracias a las relaciones positivas con sus educadores, de esta manera toleran mejor la frustración porque han aprendido que sus errores no son fracasos, sino oportunidades de un aprendizaje óptimo.

Por tanto, esto significa que los niños y niñas de hoy serán futuros adultos creativos y críticos que no solo aceptan todo lo que la sociedad les brinda, sino que también tienen la capacidad de pensar por sí mismos, defender sus ideas y tomar decisiones. Para que tengan las herramientas pertinentes y la capacidad de resolver conflictos de manera constructiva y pacifista, enseñándoles habilidades que les sirvan para toda la vida, que aprendan de sus errores de no tratarlos como fracasos y tener una buena autoestima para responder de la mejor manera.

En definitiva, la finalidad de este trabajo es la de proponer las herramientas educativas de disciplina positiva como una metodología innovadora para mejorar la convivencia en el aula, la búsqueda de la mejor solución a los conflictos e intereses dispares que se produzcan en la misma. Se trata de una metodología nacida en Estados Unidos (Sligman, 1998) y que en las últimas décadas se ha ido implementando en diferentes países del norte de Europa cuyos centros educativos aseguran tener muy buenos resultados.

Además, en bases a mi propia experiencia, en un centro de educación infantil, me surgió la necesidad de investigar más sobre esta técnica ya que desconocía esta metodología, un grado de desconocimiento por parte de muchos centros educativos y muchos docentes pero que al mismo tiempo se está introduciendo paulatinamente en nuestras aulas y está brindando resultados positivos a la hora de resolver los conflictos a partir de un clima de aula fundado en el respeto, la libertad, la confianza y la comunicación con el otro. (Nelsen, 2015).

7. OBJETIVOS

Objetivo General de la intervención.

- Mejorar el clima en el aula de educación infantil a través de la disciplina positiva.

Objetivos Específicos de la intervención:

Objetivos para los maestros y maestras:

- Proporcionar recursos y actividades a los maestros y maestras de educación infantil para el correcto desarrollo de la disciplina positiva.
- Aprender las técnicas sobre disciplina positiva para llevarlas a cabo en el aula.
- Crear un clima de trabajo positivo.
- Fomentar relaciones basadas en el respeto mutuo dentro del entorno escolar.

Objetivos para los niños y niñas

- Desarrollar la creatividad.
- Valorar las cosas positivas que experimentamos.
- Respetar a sus iguales y a los adultos.
- Ser conscientes de los sentimientos de sus iguales.

8. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

8.1 Contexto

La propuesta de intervención educativa sobre la disciplina positiva está diseñada para llevarla a cabo con el alumnado de educación infantil en cualquier centro educativo.

8.2 Destinatarios

Los principales destinatarios de la intervención son los maestros y maestras de educación infantil:

Según J. Jiménez, en su libro “el profesorado” (2004), además de considerarse una profesión, ser maestro o maestra se considera una vocación. De cada maestro y maestra depende cuánto avanza y cuándo aprende cada niño en todos los aspectos de su desarrollo físico, intelectual y socio emocional.

Los niños y niñas en estas edades tan tempranas tienen un modelo de referencia, que los más importantes son sus progenitores, pero el/la educador/a también es un modelo muy característico, junto con otros adultos relevantes contribuyen a formar una imagen de sí mismos y mimas positiva, que, en buena medida va a marcar en su progreso. De tal forma se puede añadir que los/las docentes de educación infantil ejercen un papel didáctico, de animación, de moderador, de apoyo y siendo el guía en las actividades para que los niños y niñas sean los propios protagonistas de su aprendizaje.

Como defiende Morales (1998) el maestro o maestra de educación infantil debe tener una variedad de roles, algunos ejemplos son el de ordenar el espacio, las herramientas, las actividades, el crear al fin y al cabo un espacio adecuado para que incite al aprendizaje, adaptándose a los ritmos de los niños y niñas.

El maestro o maestra de infantil habrá de crear un ambiente agradable, afectivo, saludable y de bienestar, donde los niños y niñas descubran los incentivos necesarios para su aprendizaje y con la finalidad que se sienta cómodo, seguro, motivado y con la actitud de seguir profundizando en su desarrollo del lenguaje, social, emocional, cognitivo, físico y motor.

Otro papel del o de la docente es el de ser una persona que les ayuden en su desarrollo, motivando el aprendizaje, para que los niños y niñas sigan formándose tanto forma individual como social, por lo que ofrecerá al niño o niña diferentes situaciones de aprendizaje que sean motivadoras siendo el juego como el pilar fundamental del método enseñanza-aprendizaje. También hará de guía al niño o niña para que investigue y averigüe sobre los conocimientos transmitidos, sin decirle la solución, para que lo sepa realizar por si solo y ayude al desarrollo de su autonomía y seguridad en sí mismo/a.

Además, los destinatarios secundarios de la intervención son los niños y niñas del segundo ciclo de educación infantil:

El lenguaje en estas edades poco a poco va aumentando su vocabulario, mejora la pronunciación y construye frases más complejas. Es capaz de reflexionar sobre sus actos ya que sigue siendo un poco egocéntrico. (Delval, 1994)

Respecto al crecimiento y motricidad, va mejorando su tono y control muscular, ya tiene un buen dominio de brazos, piernas y manos, aunque algunas veces tenga inestabilidad por lo que es debido al crecimiento.

Respecto a la socialización y autonomía, ya comen solos, van al baño, recogen sus juegos, etc. Les gusta imitar a los adultos más cercanos, ya que todavía los necesita para sentirse seguro. De forma paulatina describe sus sentimientos. Pide ayuda al adulto cuando la necesita.

Esta etapa es muy importante, porque es la construcción de la personalidad del niño o niña. Según Wallon (1958), esta etapa el niño y niña necesita diferenciarse de los demás mediante su oposición, por lo que pasa a una fase donde se refuerza su autonomía, donde quiere hacerlo todo por sí mismo o misma.

La percepción que tienen los niños y niñas de su propio cuerpo tiene una función muy importante en este periodo, por lo que los niños y niñas se definen por cómo es cada uno o una, o por lo que sabe hacer o por lo que le gustaría saber hacer.

8.3 Metodología.

La metodología de trabajo será activa y participativa, proporcionando a los maestros y maestras las herramientas para descubrir sus propios recursos ante diferentes

situaciones. Donde se va a utilizar el role-playing para una mejor comprensión sobre cómo aplicar esta disciplina en diferentes situaciones que se pueden encontrar en el aula.

En el proceso de aprendizaje, el papel del docente es acompañar y orientar. En las actividades de pensamiento, guiará el diálogo socrático para fomentar el razonamiento y redirigir los comportamientos negativos de los niños a comportamientos positivos cuando sea necesario. El modo de funcionamiento del grupo se basará en la tutoría y planificación reflejada en la reunión semanal del curso.

La disciplina positiva tiene como objetivo lograr una educación que promueva e implemente los pensamientos y las promesas internas de las personas. Uno de los deseos más comunes de todos los padres y maestros es hacer felices a sus hijos y alumnos, lo que simboliza que tengan una vida completa y sana y los recursos y estrategias de vida necesarios. Para ello, los padres y profesores deben preguntarse primero: qué los hace felices y cuál es la forma de encontrar la felicidad.

Los niños y niñas tienden a contribuir a una predisposición de ayudar, colaborar y contribuir a cabo a través de una tendencia prosocial nacida, y los adultos son inconscientemente erosivos, este deseo durante la función de los padres o los maestros debería poder ayudarlos a construir sobre su conocimiento y las habilidades contribuyen mejor a la sociedad, cuando las personas se unen a trabajar en soluciones que respetan a todos aquellos que se crean en el mundo.

El lenguaje positivo se enmarca en las habilidades socioemocionales, porque este es un recurso fundamental y esencial que posee el ser humano para progresar en el proceso de socialización y de relación con las demás personas. Para que la disciplina positiva se instaure en el aula, es imprescindible recapacitar sobre el dominio que tiene el lenguaje en la formación, puesto que existen palabras que establecen lo que se piensa y las actitudes de los seres humanos.

Los maestros y maestras son un ejemplo para los niños y niñas, por lo que tienen que escoger muy cuidadosamente las palabras porque a través de estas los niños y niñas determinan sus deseos, creencias, ideas, etc., por lo que tienen que ser cautos y responsables a la hora de hablar y actuar en el aula.

8.4 Temporalización

En primer lugar, se formará a los maestros y maestras de educación infantil en el primer trimestre, puesto que desde el curso anterior se ve la necesidad de trabajar desde la disciplina positiva, y por ellos los maestros y maestras de educación infantil realizarán su formación en la hora exclusiva que se dedica a la formación.

Tabla 1. Cronograma de actividades para los/las docentes.

Actividades	Octubre				Noviembre			
	1	2	3	4	1	2	3	4
1	x							
2		x						
3			x					
4				x				
5					x			
6						x		
7							x	
8								x

Tal y como se expone en la tabla 1, las actividades son para que los maestros y maestras las realicen y comprendan mejor como es la metodología de la disciplina positiva. Con estas actividades se pretende que el profesorado se forme en esta disciplina y la pueda llevar a cabo en el aula.

Estas actividades están diseñadas para que, en el primer trimestre del curso, el profesorado se forme sobre esta disciplina, amplíe conocimientos y habilidades para que

sea un experto en esta metodología y le ayuden a poner en practica lo aprendido en el grupo de aula de educación infantil. Se formarán en la hora que tienen dedicada dentro del centro para su formación.

Se realizarán las actividades con los niños y niñas de educación infantil se llevará a cabo en el segundo trimestre del curso escolar, puesto que en el primer trimestre se formará al profesorado para que lleve a cabo la educación positiva en el aula, y exista una buena convivencia durante todo el curso. El curso será realizado desde la Asociación de Disciplina Positiva a través de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía, no supondrá ningún coste, puesto que se ganó un proyecto sobre inclusión el curso anterior y el dinero se decidió invertirlo en la formación del profesorado sobre esta metodología. Por lo que a través de la asociación vendrá una persona experta en esta disciplina para que les enseñe y les forme sobre la disciplina positiva con la intención de poder llevarla a cabo y trabajarla dentro del aula.

Sin embargo, esta intervención se puede adaptar a cualquier docente para que pueda adecuarla a sus propias necesidades escolares. Las actividades se pueden alternar, se puede empezar por la actividad que elija el docente mejor en su caso, para que pueda continuar con el proceso de enseñanza de la disciplina positiva.

Tabla 2. Cronograma de actividades para los niños y niñas de la etapa de educación infantil.

	Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio
	Semana				Semana				Semana				Semana				Semana
Actividad	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3*	4	1	2	3	4	1
1	x																
2		x															
3			x														
4				x													

5	x
6	x
7	x
8	x
9	x
10	x
11	x
12	x
13	x
14	x
15	x
16	x

*En esta semana no se realizará ninguna actividad, puesto que es la semana de vacaciones de semana santa.

Como se expone en la tabla 2, son las actividades que realiza el maestro o maestra en el aula, para trabajar la disciplina positiva, y que los niños colaboren para que esta disciplina sea desarrollada de la mejor forma posible.

8.5 Actividades

A continuación, expongo actividades para que los maestros y maestras aprendan a utilizar la metodología de esta disciplina para que se transforme el comportamiento de los alumnos y alumnas, siendo más positivo, enseñándoles a solucionar los conflictos de otra forma diferente, sin enfados, peleas, etc., y que sea una oportunidad para desarrollar las características y destrezas para sus alumnos y alumnas las pongan en práctica tanto dentro del aula como fuera, haciéndose mejores personas, que piensen por sí mismos/as,

que sean más autónomos en sus acciones, y que no dependan siempre de la mirada del adulto. Dichas actividades están basadas en el libro *Disciplina Positiva en el salón de clase: desarrollar el respeto mutuo, la cooperación y responsabilidad en su salón de clases* de Jane Nelsen, Lynn Lott y Stephen Glenn (2003).

Para comenzar las actividades, lo primero que se tiene que realizar, es que el docente, es el establecimiento de las rutinas, en la que se siguen los siguientes pasos:

1.- Centrar la atención en un asunto. Por ejemplo, se realizará una tabla con las actividades, se trabajará una semana, y se decide si esta funciona bien, en el caso de que no sea factible, se buscará una mejor solución.

2.- Solucionar los asuntos cuando estén calmados, y no en el momento que ocurre. Por ejemplo, si alguna rutina no funciona correctamente, el docente lo anotará, y cuando se esté en la asamblea, es el lugar donde se están calmados, se expone, y entre todos se busca una alternativa.

3.- Utilizar dibujos, carteles, etc., para que los alumnos recuerden el orden en cómo se realizarán las cosas. Por lo que es la rutina quien mande y no el maestro o maestra.

4.-Realizar ensayos para que los niños y niñas practiquen y sean pacientes en las actividades.

5.-Una vez que se instaura la rutina, hay que preguntar: ¿Puedes mirar el cartel de la rutina y decir qué sigue? De esta manera facilita a los niños y niñas que no cometan errores y luego que vuelvan al cartel, para que vean como realmente es la rutina.

Establecer las rutinas produce muchos beneficios a largo plazo, haciendo que el ambiente sea seguro, tranquilo y de confianza, también ayudan a que los niños y niñas desarrollen sus habilidades sociales, aprenden a ser responsables de su propio comportamiento, se sienten miembros de un grupo y por ello aprenden a cooperar en el aula. (Nelsen 2003).

Actividad 1

Antes de comenzar la actividad 1, se realizaría una sesión introductoria, en la que se les contará que la base de la disciplina positiva no tiene relación con el castigo y el buen comportamiento, sino la enseñanza de los valores sociales. (Nelsen, Lott y Glenn 2003).

Se realizará el visionado del siguiente enlace:

<https://aprendemosjuntos.elpais.com/especial/el-castigo-no-es-educativo-es-inseguridad-adulta-marisa-moya/>

Tras ver la explicación de Marisa Moya (2019), se comentará si se conocía sobre esta metodología y se comenzará con las actividades.

Título: Consultas vs. Expresar.

Objetivo: enseñara a los maestros y maestras como cambiar el comportamiento de sus alumnos y alumnas y exista un clima de confianza y positivo.

Recursos materiales: las frases que expresan o que son órdenes.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo:

1.-Pedir a un voluntario que represente el papel de un alumno o alumna, y el resto representan a los maestros y maestras.

2.-Se divide a los maestros y maestras en dos filas, en una fila tendrán frases que expresen u ordenan y en la otra tendrán las consultas.

3.-Dile “al alumno” que se pasee por la fila de los maestros y maestras que contengan las frases de expresar. El “alumno” se va colocando de frente a cada maestro o maestra y escucha lo que le dicen sin responder.

Las frases que corresponden a expresar son:

A.-No olvides llevar tu abrigo al recreo, hace frío.

B.- ¡Si no acabas los ejercicios, te quedas en el recreo a terminarlos!

C.- ¿Por qué no puedes sentarte en silencio como Lara?

D.-No llores, que no pasa nada.

E.- ¡Gomet rojo por mal comportamiento!

4.-Después de haber escuchado estos enunciados, se le pide al “alumno” que comparta que piensa y que siente.

5.- A continuación, el alumno se paseará por la fila de maestros o maestras que tienen los enunciados de consultas.

Las frases que corresponden a consultas son:

A.- ¿Qué necesitas si hace frío para salir al recreo?

B.- ¿Cuál es tu plan para acabar el ejercicio antes de que suene el timbre?

C.- ¿Quién sabe cómo nos tenemos que sentar para estar atentos?

D.- ¿Cómo puedes comunicarte para que te entienda mejor?

E.- ¿Cómo es el acuerdo para respetar a los demás y tener una recompensa positiva?

6.- Después de escuchar estas frases, el alumno comparte lo que piensa y lo que siente.

De esta manera los maestros o maestras que escuchan se darán cuenta que estas frases son mucho más eficientes para desarrollar que exista un buen comportamiento y buenas habilidades entre los alumnos y alumnas.

Actividad 2

Título: De los errores se aprende.

Objetivo: ayudar a los maestros y maestras a darse cuenta de sus propios errores.

Enseñar a los alumnos y alumnas conceptos positivos de los errores.

Recursos materiales: folios y bolígrafos.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo:

1.-Pensar en los mensajes acerca de los errores que recibías en tu infancia. Escríbelos.

Por ejemplo: eres tonto o tonta, no sabes hacer nada. No te equivoques.

2.-Basándote en estos mensajes, ¿qué decisiones tomaste acerca de ti mismo o misma de lo que debes hacer al cometer un error? Como, por ejemplo: no se hacer nada porque no valgo, si me equivoco se me ríen.

3.- Explica que todas las decisiones son “ideas absurdas” acerca de los errores. Hay que hablar con los alumnos y alumnas acerca de que las personas nos equivocamos, que hay que admitirlo y solucionar el problema.

Esta actividad, permite que los maestros y maestras sean conscientes de los errores, que no lo vean como un fracaso, para poder transmitir esto a sus alumnos y alumnas, porque el fracaso no es algo negativo, sino todo lo contrario, es una buena oportunidad de aprendizaje. Así, se pueden enseñar mejor, si lo han interiorizado antes, es decir, que los maestros y maestras lo trabajen y lo pongan en practica para asentarlos de manera profunda con el fin de que lo lleven a cabo con los alumnos y alumnas y transmitir que los fracasos tienen valor positivo y ayudan al aprendizaje.

Actividad 3

Título: confianza

Objetivo: tener la seguridad en uno o una mismo o misma con el fin de tener en cuenta los sentimientos de los compañeros y compañeras. Construir de forma positiva a sus iguales.

Recursos materiales: tarjetas, bolígrafos.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: los maestros y maestras realizan un role playing, donde se pondrán en la piel de los alumnos. Primero se entrega una tarjeta a cada uno/a. Se dan ejemplos de situaciones sobre la confianza. Por ejemplo:

- Te has enfadado y no has podido evitar gritarle.
- Alguien te ha dicho algo malo.
- Alguien se ha reído de ti.

Pide que escriban en las tarjetas palabras positivas que te gustaría escuchar para que tengan confianza en uno mismo o una misma. Como, por ejemplo: sé que lo puedes realizar. No te rindas, lo vas a lograr.

Mientras las escriben, cada uno o una se llevará una tarjeta con las palabras positivas para fortalecer la confianza en uno mismo o una misma.

Se colocan en una bolsa. Y al finalizar la clase, pide a cada uno o una que coja una tarjeta y se la lleve a casa.

Con esta actividad, los maestros y maestras se ponen en la piel del alumnado, para que cuando les toque alguna situación parecida, la puedan afrontar de la mejor manera posible.

Actividad 4

Título: el iceberg

Objetivo: ayudar a los maestros y maestras a identificar los efectos a largo plazo del castigo.

Ayudar a los maestros y maestras a sustituir su lenguaje negativo por un lenguaje que sea alentador y positivo.

Recursos materiales: carteles con las metas y con las habilidades, notas adhesivas, bolígrafos, pizarra, tiza, papel continuo.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: los maestros y maestras vuelven a trabajar en role playing, para identificar mejor como se sienten los alumnos y alumnas en las diferentes situaciones expuestas en el cuadro. Se dibuja un iceberg en la pizarra o en papel continuo. Se divide a los maestros y maestras en cuatro grupos. Cada uno trabajara con una meta equivocada. (Ver cuadro en el anexo 1)

Cada grupo trabaja con una meta equivocada, se les entrega notas autoadhesivas y tienen que escribir comportamientos que les hagan experimentar los sentimientos de la segunda columna de la meta que representan. Estas las pegaran en la punta del iceberg.

Por turnos, de un grupo elige a un adulto para que haga de niño o niña y el resto de los maestros, entonces el que hace de niño o niña sostendrá el cartel con su meta equivocada. Los maestros responderán con acciones a los comportamientos de las notas con acciones exageradas de la tercera columna del cuadro de metas equivocadas.

Cuando se acabe la representación, el que hace de alumno comparte lo que está sintiendo. Generalmente la respuesta de los alumnos es: me sentí enfadado y me rebelé. También se les preguntará a los maestros lo que están sintiendo; y muchos aceptan que lo que hacen no era correcto, o simplemente no saben qué otra cosa puede hacer.

A continuación, muestra al alumno la lista de características y habilidades para la vida (ver anexo 2) y se le preguntará si ha aprendido algo de la lista, su respuesta, generalmente es negativa.

Luego se le entregará a cada maestro una frase de ánimo, y el que hace de alumno se detendrá en frente de cada uno y escuchará la frase que tenga. Cuando finalice, se le pregunta al alumno que estaba pensando o sintiendo al oír esas frases y que, si ha aprendido algo de la lista de características y habilidades para la vida, y generalmente la respuesta es: la mayoría de ellos. Los maestros también comparten lo que estaban pensando o sintiendo al decir estos enunciados.

Los demás grupos que representan las otras tres metas equivocadas repiten el proceso.

Con esta actividad se pretende que los maestros y maestras tengan la actitud positiva cuando se les presente en el aula alguna vivencia similar, y con un lenguaje asertivo y positivo ayuden al alumnado a educarlo en la metodología positiva.

Actividad 5

Título: artistas

Objetivo: ayudar a los maestros y maestras a tomar conciencia de sus particularidades y las de los demás.

Recursos materiales: masking tape, papeles en forma de camiseta. Instrucciones de la actividad.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo:

- 1.- Escribir el nombre en la parte de arriba de la camiseta.
- 2.- En el centro de la camiseta, escribe la palabra que te describa.
- 3.-Por toda la camiseta, escribe palabras que describan algunas de tus características e intereses especiales.
- 4.-En la parte inferior de la camiseta, escribe una cosa probablemente la mayoría no conozca de ti.
 - Se da unos minutos para hacer tu camiseta.
 - Se pegan su camiseta a la ropa.
 - Se forma grupos de 4 personas para que compartan su camiseta.

Pide que caminen y busquen a otra persona que tenga sus mismas características e intereses. Después que busquen a otra persona que no tenga sus mismas características e intereses.

Al finalizar se preguntará:

- ¿Qué habéis aprendido?
- ¿Cuántos de vosotros habéis encontrado a alguien con algún interés del que quisiera saber más?
- ¿Cuántos de vosotros encontraron a alguien con los intereses similares?
- ¿Cuántos de vosotros habéis descubierto que tiene algún talento que puede ayudar a los demás?
- ¿Cuántos de vosotros habéis encontrado que otros tienen unas fortalezas que os pueden ayudar?

Esta actividad pretende conseguir que haya conexión entre el grupo, para que la metodología positiva pueda ser viable en un entorno mas acogedor, puesto que cada uno o una del grupo, es importante para el mismo, con sus virtudes, talento, etc., con el fin de que en el grupo exista conexión, cooperación, colaboración para que se lleve cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Actividad 6

Título: la escucha

Objetivo: enseñar las habilidades para comunicarse de forma eficiente.

Recursos materiales: cartel, rotuladores.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: de nuevo los maestros y maestras tienen que ponerse en el papel de los alumnos y alumnas. Se divide al grupo por parejas. Eligen un tema: la comida favorita, lo que me gusta de la escuela, etc. Y pide que hablen todos a la vez. Después de unos minutos, haz una señal, y pregunta quien se ha sentido escuchado.

Luego pide como solucionar el que hablen todos a la vez. Se anotan las ideas en un cartel que tenga de título: Habilidades de escucha. Por ejemplo, puede haber:

- Contacto visual.
- No interrumpir.
- Asentir con la cabeza de vez en cuando para indicar que estoy escuchando.
- Interesarme y ser curioso acerca de lo que la otra persona dice.
- Poner la atención en la persona que habla.

Es importante, que se realice un cartel propio.

Con esta actividad se pretende que los maestros y maestras adquieran unas buenas habilidades de escucha, puesto que, al ser unos modelos a seguir por parte del alumnado, tienen que dar ejemplo con la metodología que se está practicando, así tanto los o las docentes como los alumnos o alumnas se involucran de forma positiva en la realización de las actividades, respetando el turno de palabra, escuchando a sus compañeros y compañeras, etc.

Actividad 7

Título: el termómetro

Objetivo: mejorar las habilidades de comunicación

Recursos materiales: los termómetros con las cuerdas, las frases.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: el grupo se divide por parejas, y cada uno de ellos o ellas, hace un rol, uno o una realizará de alumno o alumna y el otro de maestro o maestra. se les entrega un termómetro con dos cuerdas (anexo 3) una azul y una roja, representando el frío y el calor.

El maestro tiene que empezar con palabras negativas, desalentadoras, por lo que el alumno cogiendo la cuerda azul se tiene que ir alejándose, y cuando utilice palabras de ánimo, de confianza, tiene que coger la cuerda roja e ir acercándose hacia la parte más cálida del termómetro.

Se puede empezar por estas frases denominadas obstáculos (en realidad, no se les habla así a los niños y niñas, pero son un ejemplo para ayudar a agilizar el proceso de aprendizaje.

- Es tu culpa.
- ¿Cuántas veces te lo tengo que decir?
- Me da igual como te sientes.
- ¿Quién ha hecho esto?
- Deja de llorar y de ser un bebé.

Con estas frases, el alumno o alumna se habrá alejado sosteniendo la cuerda azul del termómetro. Por lo que las siguientes oraciones están destinadas a mejorar la comunicación, aunque puede llevar un tiempo el que el alumno o alumna tenga confianza.

- Porque estas enfadado ahora. Lo entiendo. Es muy molesto.
- En el recreo te he visto ausente, ¿qué te pasa hoy?
- Si necesitas ayuda, avísame. Podría tener algunas ideas.
- ¿puedes pensar en algunas formas para evitar este problema en el futuro?
- Gracias por tomarte el tiempo necesario para hablar conmigo de esto que es muy importante.

Al finalizar, pide al alumno o alumna que comparta como se ha sentido y lo que ha aprendido. Compartir como se puede interrumpir la comunicación en el aula y qué se puede hacer para mejorarla.

Esta actividad pretende que se fortalezca más la conexión con los alumnos y alumnas, empleando un lenguaje asertivo, positivo donde el maestro o maestra ayude al alumnado a confiar en sí mismo, a que desarrolle sus fortalezas, a que crea en sí mismo para que su bienestar interior sea completo y pueda seguir desarrollando sus habilidades para consolidar su personalidad.

Actividad 8

Título: yo

Objetivo: identificar los sentimientos y compartirlos abiertamente con los demás. Propiciar una mejor comunicación en general.

Recursos materiales: folios con las frases escritas, bolígrafos.

Recursos humanos: los maestros y maestras.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: un elemento de comunicación es cuando se empieza por “yo”. Pide a los maestros y maestras que escriban en los espacios de las siguientes frases:

Yo me sentí feliz cuando _____ y quisiera _____

Yo me sentí enfadado cuando _____ y quisiera _____

Los sentimientos pueden ser expresados en una sola palabra. Así que se elabora una lista de sentimientos. Una vez que aprenden la habilidad de los enunciados anteriores, para trabajarlo en el aula, a modo de ejemplo: cuando un niño este culpando, podrías preguntarle: ¿Quisiera volver a intentar utilizando el enunciado “yo”? con el fin de que el alumno

Observaciones: para realizarlo con los niños y niñas de educación infantil hacer referencia al cartel de las caras de sentimientos para practicar (Anexo 4).

Con esta actividad, se pretende que exista un ambiente respetuoso, donde la puesta en común de los pensamientos, historias, son escuchados, respetados por el grupo, para que

no tenga miedo de compartir lo que siente, piensa, etc., porque se sentirá respetado por el grupo, sin nadie que le juzgue.

A continuación, expongo las actividades que se llevarán a cabo a partir del segundo trimestre en el aula, para que los maestros y maestras las pongan en práctica lo aprendido con el alumnado de educación infantil.

Actividad 1

Título: ¿se puede mejorar el espacio?

Objetivo: cooperar a la mejora de la belleza de tu entorno.

Recursos materiales: los objetos del aula.

Recursos humanos: los niños y niñas y la maestra o maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: puesto que se pasa muchas horas en el aula, para empezar esta propuesta, preguntaremos a los alumnos y alumnas qué cosas les gustan del aula y cuáles no. Se realizará un listado y se seleccionarán las que más les gusten y se llevarán a cabo, por ejemplo, si les gustan los helados, sino le gusta recoger los juguetes, etc. Es importante tener en cuenta la edad del alumnado, puesto que se le tendrá que ayudar a expresar las preferencias con los niños y niñas de primero de educación infantil, mientras con el alumnado de los cursos posteriores el maestro y maestra su intervención es mínima, ya que tienen un lenguaje más amplio. Resumiendo, que en esta actividad cambiará la dinámica según en que curso se encuentre.

Tiempo: se puede dedicar un tiempo a lo largo del curso, por ejemplo, se puede aprovechar las fechas como carnaval, primavera, etc., para poner en orden el aula.

Observaciones: se puede proponer a los alumnos y alumnas que lo deseen, realizarlo con su habitación de casa, para ello, tienen que hacer una foto antes y después, que nos mostrarán en clase.

Actividad 2

Título: La mesa arcoíris.

Objetivo: ser capaz de perdonar y de pedir perdón.

Recursos materiales: mesa decorada con los colores del arcoíris.

Recursos humanos: los propios niños y niñas para solucionar el problema, en ocasiones pueden pedir ayuda a un mediador o mediadora que puede ser el maestro o maestra u otro compañero o compañera.

Recursos espaciales: la propia aula. Si en esta funciona, se podría extrapolar al recreo, para que lo usasen todos y todas los niños y niñas del centro.

Desarrollo: los niños y niñas que tengan un conflicto pueden sentarse en la mesa y hablar sobre ello, algunos recursos que pueden utilizar es la ruleta de las opciones o las tres erres para solucionar el problema.

Tiempo: entre 5 y 10 minutos aproximadamente.

En las que se pueden trabajar estas dos actividades para la resolución de problemas:

. - Las tres erres.

Objetivo: practicar sus habilidades para resolver los problemas. A partir de aquí, cada vez que tengan un problema, su trabajo será encontrar soluciones que no existan castigos. Que tienen que aprender las tres erres:

Relaciona: la solución debe estar relacionada con el comportamiento. Por ejemplo, un alumno no ha realizado la tarea, por lo que el castigo de irse al rincón no es la solución con el comportamiento, sería que se pusiera al día con sus tareas o no obtener puntos por esa tarea.

Respetuosa: mantener una actitud de respeto hacia la solución tanto los niños y niñas como los maestros y maestras.

Razonable: la solución debe ser razonable.

Útil: la solución debe ayudar al alumno o alumna a mejorar, que aprenda de sus errores.

. - La ruleta de las opciones

Objetivo: ser capaz de resolver sus problemas.

Recursos materiales: la ruleta de las opciones.

Recursos humanos: los propios niños y niñas para solucionar el problema, en ocasiones pueden pedir ayuda a un mediador o mediadora que puede ser el maestro o maestra u otro compañero o compañera.

Recursos espaciales: el aula.

Con esta ruleta (anexo 4), los alumnos y alumnas pueden recordar estas habilidades para resolver problemas, con el fin de que ellos y ellas resuelvan de la mejor manera posible con los conflictos que se encuentren.

Los niños y niñas podrán girar la ruleta, y si ven que cae en una solución y les gusta, o pueden seguir girando la ruleta hasta que se detenga en la solución que más les guste.

Tiempo: entre 5 y 10 minutos aproximadamente.

Actividad 3

Título: emociones positivas

Objetivo: ser conscientes de nuestras emociones positivas.

Recursos materiales: libreta, boli.

Recursos humanos: todos los niños y niñas del aula, con la maestra y el maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: durante la asamblea o después del recreo, a modo de relajación, cada niño y niña deberá decir una cosa positiva que les haya pasado. Por ejemplo: “he compartido el juguete con Pedro. He jugado a los aros en el recreo con Carmen y he estado muy contenta”. La maestra o el maestro lo anotará en un diario.

La práctica habitual de este ejercicio hace mejorar la capacidad de recordar emociones positivas, identificarlas y aumentar nuestra consciencia acerca de los positivo que hay en la vida.

Tiempo: se realizará dos veces por semana, entre 10 y 20 minutos, para que los niños y niñas compartan sus emociones.

Actividad 4

Título: mi esfuerzo

Objetivo: superar los problemas que se presentan con actitud positiva y mostrando esfuerzo.

Recursos materiales: pizarra y tizas.

Recursos humanos: todos los niños y niñas del aula, con la maestra y el maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: durante la asamblea, se comenta algunas acciones, a modo de ejemplo, pueden servir:

- El realizar ejercicio de forma diaria, hace que se tenga buena forma física.
- Una buena alimentación, hace que nuestro cuerpo este sano por dentro.
- Dormir las horas suficientes, es bueno para nuestro cuerpo, ya que tiene consecuencias reparadoras.
- Tratar bien a los compañeros o compañeras favorece el tener mejores amigos.

Se leerán de forma individual, y dejamos que los niños y niñas piensen, mediten o reflexionen, incluso aporten los propios niños y niñas, para que lleguen a la conclusión de que todos queremos mejorar, para ello hay que poner esfuerzo, así cuando en la vida diaria de los niños y niñas les surja acciones donde haya que esforzarse, se volverá a los ejemplos para que comprendan la moraleja.

Tiempo: lo que dure la asamblea, unos 15-20 minutos.

Actividad 5

Título: ser agradecido

Objetivo: ser consciente de las emociones que nos producen sentir gratitud.

Recursos materiales: cofre o baúl con las tarjetas de palabras de las emociones

Recursos humanos: los niños, niñas y la maestra o maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: Para realizar esta actividad es importante tener una caja o baúl donde están escritas en trozos de papel palabras sobre las emociones, como por ejemplo algunas de ellas: alegre, enfadado, tranquila, amoroso, etc., de tal manera que los niños y niñas progresen y aumente su expresión oral sobre estos aspectos. Cada vez que se presente la ocasión nos acercaremos a “la caja o baúl de las palabras sobre emociones”, para señalar y encontrar el sentimiento o la emoción que en ese momento siente, encontrando la más conveniente según la función en la que esta involucrada.

De tal forma, se aumenta el vocabulario de los niños y niña de educación infantil y a la vez se adaptan con las nuevas palabras que de normal quedan ocultas por otras a las que no se le encuentra sentido y significado más extenso. Todo esto es muy importante, porque permite el saber expresarse conociendo nuestras emociones y sentimientos con la misma exactitud que se pide en otros factores de sus vidas.

La siguiente fase reside en poder reconocer y expresar la correspondencia por la consecuencia obtenida, seguida de que se comparte con el resto de los compañeros y compañeras para que cada uno o una exprese las emociones que ha sentido tras la situación que ha vivido. Por lo tanto, la finalidad es la de participar y exponer las emociones sentidas y actuaciones ante el sentimiento de agradecimiento, ayudándose de las palabras que contiene la caja o baúl sobre las emociones, y buscando la palabra que concuerda mejor a las emociones experimentadas.

Se puede planificar una experiencia positiva para todo el grupo:

- Según el tema que se trabaje, se recibe una carta, un mensaje, un objeto representativo...
- Si coincide con fechas señaladas como Navidad, carnaval, puede visitarnos un personaje relacionado con las mismas.
- Incluso como recompensa, por haber tenido un buen día de trabajo, se puede aumentar el tiempo en el recreo...

Tiempo: 15-20 minutos.

En esta actividad, se puede realizar un mural en el aula, para que los niños y niñas lo tengan presente durante todo el tiempo, para que cuando alguien quiera realizar un agradecimiento y lo comparta con sus compañeros o compañeras. Los alumnos y alumnas educación infantil también pueden realizar esta actividad, cuando tengan una cierta soltura de la lectoescritura y con ayuda de los maestros y maestras. Esta labor puede valer como aliciente para utilizar la escritura de modo significativo, como instrumento de comunicación con una motivación individual y una finalidad general.

Actividad 6

Título: esperanza

Objetivo: pensar en positivo para superar las dificultades.

Recursos materiales: los cuentos.

Recursos humanos: los niños y niñas, el maestro y la maestra

Recursos espaciales: el aula

Desarrollo: se puede contar cualquier cuento infantil en los que los protagonistas se encuentren con alguna dificultad, como por ejemplo: Nuna sabe leer la mente, el club de los valientes, grandes amigos, un poco de mal humor, no me han invitado al cumpleaños, Arce y Sauce juntas, mamá ya viene. Contaremos el cuento a los alumnos y alumnas, y en el momento en el que aparezca la situación, detendremos la lectura y les pediremos que se imaginen lo que puede pasar a continuación. De esta manera los niños

y niñas piensan e intervienen de forma oral en los recursos que tienen los protagonistas para superar las adversidades.

Cuando se finalice el cuento se realizará un debate sobre las siguientes cuestiones:

- ¿Cómo consiguieron los protagonistas superar las adversidades?
- ¿Me he visto alguna vez en una situación parecida? ¿Qué hice para superarla?
- ¿Qué tenemos que hacer para superar las dificultades en nuestra vida? (Por ejemplo: pedir ayuda, no tener miedo, sentirse seguro, etc.)

Tiempo: 30-60 minutos.

Actividad 7

Título: cosas buenas

Objetivo: ser consciente de las cosas buenas que nos pasan en el día.

Recursos humanos: los niños y niñas, la maestra o el maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: Para los alumnos y alumnas de educación infantil se dispondrá un momento al final de la semana para que mediten en silencio, sobre qué cosas buenas les ha pasado ese día o en la semana (si lo recuerdan). A continuación, podrán compartirla con el resto de los compañeros y compañeras.

Esta actividad, es importante ayudar a los alumno y alumnas a que sean conscientes de los buenos momentos que pasan al día, de esta manera, crece el sentimiento de felicidad y de forma progresiva se va teniendo una visión más optimista.

Tiempo: 30 a 40 minutos.

Observaciones: Seligman (2002: 299-302) añade que estas dos actividades están cohesionadas con las actividades anteriores, que permitirían poder realizar en casa y para afianzar el objetivo perseguido. Las dos las pueden realizar los padres y madres

con sus hijo e hijas pequeños/as antes de la hora de acostarse y descansar, puesto que desarrollan a que duerman mejor y a que tengan el pensamiento positivo más presente.

“Los buenos instantes”: preguntamos al niño o niña qué es lo que más le ha encantado de lo que ha hecho hoy, de tal manera que lo explique y viva otra vez las emociones que ha sentido.

“El mundo de las fantasías” se pide al niño o niña que suponga algo que le haga muy feliz, que lo comparta y a continuación que le ponga nombre, por ejemplo, si le gusta jugar con títeres, describe el momento en el que él o ella esta jugando con los títeres y les llamará marionetas. A continuación, se le propondrá al niño o niña que cuando se vaya a dormir tiene que pensar en tres cosas: que no se olvide de lo que ha explicado, que repita el nombre elegido a la vivencia mientras se duerme y que intente soñar con ello.

Actividad 8

Título: caras

Objetivo: reírse y hacer reír a los demás.

Recursos materiales: disfraces y complementos.

Recursos humanos: los niños y niñas de clase.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: en primer lugar, nos sentamos en forma de círculo, y se pide a los niños y niñas que pongan caras divertidas, alegres, etc. Se realiza por turnos, y cada uno o una va poniendo un gesto gracioso con la cara que puede ayudarse del resto del cuerpo. Después es el siguiente juego: se divide la clase en dos grupos, se colocan en filas una en frente de la otra. De forma aleatoria, un grupo debe hacer reír al otro, haciendo gestos graciosos que se inventen, con la condición de que no tienen que hablar. Mientras el otro grupo tiene que controlarse a no reír: los alumno o alumnas que se rían pierden y se van a la fila de los que hacen reír, hasta que se haya hecho reír a todos. Pueden acceder al rincón de los disfraces para ayudar a hacer reír a los compañeros y compañeras.

Tiempo: 15 a 20 minutos

Actividad 9

Título: cuentos divertidos

Objetivo: valorar acciones divertidas y reírse de ellas.

Recursos materiales: los cuentos.

Recursos humanos: la maestra o maestro, los niños y niñas de clase.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: se elige algún cuento que sea de risa, lo leemos a los alumnos y alumnas, como, por ejemplo: El traje nuevo del emperador, el topo que quería saber quién se había hecho aquello en su cabeza, las princesas también se tiran pedos, el pedo más grande del mundo, una cena monstruosa, etc.

Tiempo: 15 minutos.

Actividad 10

Título: sol y nubes

Objetivo: evaluar la importancia de los pensamientos positivos para afrontar la realidad con optimismo.

Recursos materiales: tabla

Recursos humanos: los niños y niñas y la maestra o maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: Enseñar la lección a los alumno y alumnas a ser más optimistas es una forma de ayudarlos a afrontar mejor la vida y la realidad. En momentos de desánimo y frustración, es importante reconocer y valorar sus esfuerzos, animarlos a ser perseverantes en sus esfuerzos y esforzarse por superar las dificultades que encuentran. Lo más importante es insistir en la importancia de mantener una actitud positiva. Buscando el lado bueno de las cosas nos ayudan a tener esperanza para el futuro y nos

hacen darnos cuenta de que el futuro depende más de nosotros mismos, de nuestra visión de las cosas, no de la suerte.

Se comentará con los niños y niñas de clase que, durante el día y en diferentes situaciones, los pensamientos que nos transmite una voz interior que sólo se puede oír de forma individual.

En algunas ocasiones nos dirá: “va a ir todo fenomenal” “estoy alegre”, “me he divertido mucho aprendiendo en el cole”, “lo voy a intentar otra vez para que me salga bien”, etc. En estas situaciones es como si nos iluminase el sol, puesto que lo invade de alegría y satisfacción. En cambio, hay otras situaciones en las que la voz interior dice: “hoy no me sale”, “es muy difícil, no puedo hacerlo”, “se enfadarán mis amigos y amigas” “no me quiere nadie” ... Por lo que en estas situaciones es como si el día estuviese nublado, que nos hacen estar inseguros, vivirlo con angustia y con miedo. Para comenzar esta semejanza, se ofrece una serie de actuaciones que nos pueden llevar a pensamientos positivos, que son los que asemejará con el sol y los pensamientos negativos, los registraremos con las nubes, y rellenaremos la siguiente tabla:

Tabla 3. Registro de la actividad sol y nubes.

Pensamiento	Tipo de pensamiento (escribir si es positivo o negativo)	Sol/nube (Dibujar el símbolo correspondiente)
No me va a salir.		
¡Qué bonito me ha quedado!		
Nadie quiere jugar conmigo.		
Por mi culpa.		
Lo voy a intentar otra vez, a ver si me sale.		
Lo he pasado estupendamente genial.		

Tal y como se expone en la tabla 3, donde se realizará el registro de forma individual para que conste la cantidad de pensamientos tanto positivos como negativos que se ha tenido durante la semana. Al finalizar se expondrá y progresivamente se les enseña a los niños y niñas el que tengan más pensamientos positivos que negativos.

Tiempo: 40 y 60 minutos.

Observaciones: se debe pretender que los alumnos y alumnas presten atención y examinen de forma correcta sus pensamientos diarios, sobre todo la parte positiva, y a la vez, se tiene que querer que registren el lado negativo de los mismos sin que les afecte demasiado.

Actividad 11

Título: deseos

Objetivo: entender la importancia de ponerse metas para alcanzar lo que se propone cada uno o una.

Recursos materiales: cartulinas, folios, rotuladores, lápices, gomas de borrar, flores, gomet, etc.

Recursos humanos: los niños y niñas de clase.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: Es importante animar a los niños y niñas a ponerse metas, que tienen que superar diferentes obstáculos que se encuentren. Hay que enseñarles que hay que ver las cosas desde la perspectiva del éxito, para que sigan teniendo esa motivación hasta conseguir su fin.

Se les mostrará a los niños y niñas una imagen (anexo 5) y se comentará con los alumnos y alumnas sobre los deseos, cuales tenemos. Respecto a la imagen, podemos plantear las siguientes preguntas:

- ¿Qué animal aparece en la viñeta? ¿Sabes qué les gusta comer a estos animales?
- ¿Qué está viendo?

- ¿Con qué actitud lo mira? ¿Está asustado? ¿Tiene ganas de acercarse? ¿Por qué?
- ¿Con qué gesto nos muestra su actitud?
- ¿Por qué querría acercarse?
- ¿Qué hará con la miel? ¿Por qué?
- Luego, ¿cómo se sentirá? ¿Por qué?
- Si no tuviera ganas de comerse la miel, ¿haría algo? ¿Qué es lo que lo lleva a moverse, entonces?

A continuación, esta actividad constaría de 4 partes:

- Yo deseo...
- Deseo para mi familia ...
- Deseo para mis amigos y amigas ...
- Deseo para la naturaleza el mundo (humanidad)...

Se agrupará a los niños y niñas en equipos de cuatro personas, y cada uno realizará una parte de la actividad, compartiendo los deseos con imágenes, cuentos, canciones, etc., a continuación, se expondrá con el resto de clase, explicando los deseos expresados y las dificultades que podemos encontrar para conseguirlos. Se preparará cuatro cartulinas grandes, en las que cada uno llevará como título los cuatro expuestos anteriormente, y se pegará las aportaciones de los equipos: dibujos, cuentos, canciones, etc. Los alumnos y alumnas pueden colorear, embellecer con flores, gomet de diferentes formas y colores, etc. Una vez acabadas, se expondrá en el “Nuestro espacio de los deseos”.

Tiempo: dos horas divididas en dos días. Primero trabajar el concepto de meta, deseo; y la segunda se realizarán los murales que se colocarán en el rincón.

Actividad 12

Título: ¿qué es la felicidad?

Objetivo: meditar sobre la felicidad y su importancia que tiene en nuestras vidas.

Recursos materiales: cartel, pinturas de colores, rotuladores, etc.

Recursos humanos: los niños y niñas del aula.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: se puede comenzar el día con nuestros alumnos y alumnas con esta cuestión: “¿Qué significa la felicidad?”, o “¿En qué consiste estar felices?”, o bien “¿Qué cosas o actos os hacen felices?”

El maestro o maestra intenta no restringiendo con sus ideas, con la finalidad de conseguir las opiniones de los niños y niñas en estado puro. Se les dará un tiempo para reflexionar, donde puedan dibujar las cosas que les hacen felices y luego realizar una puesta en común anotándolo en la pizarra. A partir de aquí surgen distintas posibilidades:

1) Iniciar un debate en torno a estas cuestiones:

- ¿Hay cosas que nos hacen más felices que otras?
- ¿Qué pasa cuando uno no es feliz? ¿Cómo se siente?
- ¿Qué puedo hacer para ayudar a otros a ser felices?
- ¿Hay que tener muchas cosas para ser feliz (juguetes, dinero...)?

2) Se realizará de forma conjunta un lema sobre la felicidad, y lo realizaremos en un cartel, donde se hará entre todos y todas y se colocará en un sitio visible en el aula.

3) Hay que señalar la importancia de la felicidad a partir de pequeños detalles, con el fin de enseñar a nuestros alumno y alumnas a valorar lo bueno de la vida, así se crea el hábito de buscar la felicidad en el presente y no en futuro.

Tiempo: 40-60 minutos.

Actividad 13

Título: mi héroe

Objetivo: observar diferentes modelos de personas cuyos valores vitales puedan servir de ejemplo a imitar.

Recursos materiales: Cuentos, leyendas, relatos mitológicos, películas...

Recursos humanos: los niños y niñas y la maestra o el maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: en los cuentos, leyendas, relatos tradicionales, mitológicos, etc., existen héroes o heroínas que representan unos ideales que guían su conducta y dan sentido a su vida. Por esta razón, puede ser el comienzo de poder desglosar estos cuentos, como, por ejemplo: el poder de Jaime, cuentos para niños que se atreven a ser diferentes, la leyenda de San Jorge y el dragón, los superhéroes no llevan chupete, y aprender profundamente las intenciones por los que cada personaje lucha.

Se preguntará a los alumnos y alumnas qué es un héroe o una heroína y se les pide que pongan ejemplos, pensando en cuentos conocidos, tradiciones orales, películas o series de televisión, etc.

El maestro o maestra con las ideas de los alumnos o alumnas lo anotará en la pizarra el personaje y el motivo que defiende, como, por ejemplo: la justicia, el que reine el bien, la nobleza, el luchar por el mal, etc. Después, se hablará sobre estas dos preguntas:

- ¿A qué héroe me gustaría parecerme y por qué?
- ¿Qué conductas de esos personajes nos parecen dignas de imitar y cuáles no?

Tiempo: 60 minutos.

Actividad 14

Título: mascotas

Objetivo: desarrollar conductas amables hacia los animales.

Recursos materiales: revistas, periódicos, ordenador, folios, etc.

Recursos humanos: los niños y niñas.

Recursos espaciales: para la realización de la búsqueda es el hogar, y luego la exposición es en el aula.

Desarrollo: el maestro o maestra les explicará a los niños y niñas que a lo largo de la historia el ser humano ha estado en contacto con los animales. En el aula se puede realizar un rincón de la naturaleza y poner un acuario pequeño, una caja con gusanos de seda, etc. Para que durante los días los niños y niñas serán los encargados de realizar los cuidados de los animales, que tengan comida, limpiar si está muy sucio, etc. Para ello se realizará por turnos. La maestra o el maestro pedirá a los niños y niñas que busquen en periódicos, revistas, internet, etc., acerca de los cuidados sobre los animales que tengamos en clase. Si tienen mascota, se les puede pedir a la familia que si la pueden traer para para conocer mejor sus cuidados.

Tiempo: una semana de plazo para que busquen noticias sobre el tema.

Actividad 15

Título: me duele...

Objetivo: expresar los sentimientos y emociones.

Recursos materiales: cartel con la poesía.

Recursos humanos: los niños y niñas, y la maestra o maestro.

Recursos espaciales: el aula.

Desarrollo: los alumnos y alumnas tiene que ser capaces de identificar los propios sentimientos y expresarlos a los demás, así el resto de clase nos conoce mejor y puedan actuar con nosotros de la mejor forma posible. Se toma conciencia de la importancia de comunicar las emociones mediante el lenguaje verbal y no verbal.

Esta actividad se divide en dos sesiones:

Primera sesión: se lee la poesía del dolor, (anexo 6).

Se lee varias veces, incluso se puede realizar con gestos las diferentes emociones expresados.

Segunda sesión: se comentará en que situaciones nos enfadamos, nos ponemos tristes, etc. Se colocará el cartel de la poesía en un lugar visible, que así ayuda a recordar lo importante que es expresar nuestros sentimientos y emociones. Así vamos ayudando a los niños y niñas a que se expresen ante los demás.

Tiempo: 30 minutos cada sesión.

Actividad 16

Título: yo sé.

Objetivo: ser conscientes de los sentimientos de los demás.

Recursos materiales: papel continuo, rotuladores, cartulinas de color verde y naranja.

Recursos humanos: los niños y niñas del aula y la maestra o maestro

Recursos espaciales: el aula

Desarrollo: en educación infantil, uno de los fines educativos es que los niños y niñas se conozcan así mismos y a los demás, sean autónomos y autónomas, descubran sentimientos, respeten, etc.

Para esta actividad, el/la docente, prepara en papel continuo la foto de cada uno y una de los niños y niñas y el nombre de cada uno y una. Comentará que cada uno somos diferente, y que aprendemos de diferente forma, unos lo hacen antes que otros, pero lo importante es que cada día aprendemos algo nuevo y hay que ser conscientes de ello y de que tenemos que aprender mucho más. Se intentará que cada niño y niña termine la siguiente frase: Yo se...: ponerme la bata solo, compartir juguetes, hacer reír, dibujar bien, etc.

Cada una de las respuestas la maestra o maestro las anotará en un círculo verde, y se la entregará a su correspondiente niño o niña. Para que luego ellos peguen los círculos verdes alrededor de su foto.

En la segunda parte de esta actividad, hay otro papel continuo las fotos de los niños y niñas y les invitaremos a terminar la siguiente frase: yo puedo...: compartir juguetes, ayudar a los demás, recordar las normas del aula, cada respuesta la maestra o maestro la

anotará en un círculo naranja, y las pegaremos alrededor de la foto. Lo esencial de esta actividad es que los niños y niñas reconozcan lo que ellos aben, siente, sean conscientes de la situación de los demás e intenten actuar teniendo en cuenta los sentimientos de los compañeros y compañeras.

Para finalizar esta actividad, se comentará el mural, colocándolo en un lugar visible y accesible para todos y todas y de esta manera tienen un punto de referencia a la hora de actuar en la vida diaria.

Tiempo: para cada una de las sesiones una hora, aproximadamente.

Observaciones: no hay que dar importancia a la cantidad de círculos verdes o naranjas que tenga cada niño o niña, sino a lo que está escrito. Por lo que hay que hacer hincapié en la idea que tenemos que estar atentos a nuestros sentimientos, y al de los demás, para actuar de la forma más adecuada tanto para nosotros y nosotras mismas, como para los demás.

8.6 Evaluación

La evaluación es un proceso que implica la recopilación de la información para poder interpretarla en función con determinadas demandas de modelos o esquemas, para hacer posible la expresión de una reflexión de valor que permita acomodar la acción o la toma de decisiones.

Al tratarse de un colegio ubicado en la Comunidad Autónoma de Aragón nos basaremos en la evaluación que viene recogida en la Orden del 14 de octubre de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, sobre la evaluación en Educación infantil en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. Donde la evaluación se propone como una herramienta que esta al servicio del proceso de enseñanza y aprendizaje, de forma que se integra en el día a día en el aula y en el centro.

El propósito de esta intervención es permitir que los niños y niñas aprendan diferentes herramientas y obtengan una serie de estrategias para ayudarles a prevenir los conflictos y resolverlos de forma respetuosa, lo que dará lugar a que las relaciones en el aula se basen desde la amistad, la empatía y el respeto mutuo, con el fin de observar y

comprobar si se ha logrado el objetivo, se evaluara cada etapa del proceso, porque una evaluación es donde se refleja todo el proceso de cambio y aprendizaje en su evaluación. No debe estar limitado solo para examinar los resultados, sino que se debe de verificar el planning de las actividades y metas, que sean consistentes con sus deseos y necesidades.

De modo que se debe valorar las actividades que se realizan en el aula, el material empleado, el ambiente, la participación e interés de los niños y niñas. Y para que esto llegue a que el proceso sea positivo, es necesario realizar una evaluación inicial, formativa y final, todo esto a través de la observación directa y sistemática. La observación es una de las habilidades de evaluación más empleados para almacenar los datos ya que al realizar una observación sistemática y apuntando la información que se va recolectando, es posible conseguir una especificas conclusiones sobre las fortalezas y debilidades de los alumnos y alumnas, que es necesariamente la intención que se tiene es evaluar con esta propuesta de innovación con la finalidad de efectuar la metodología de disciplina positiva como el adecuado estilo educativo en el aula, así facilita una mejor solución de los conflictos basados en la autorregulación y el respeto de los alumnos y alumnas

La evaluación inicial: sirve para saber qué conocimiento tienen los niños y niñas, las relaciones con los demás compañeros y compañeras, como les afectan la solución de problemas.

La evaluación formativa: donde toma revelación la observación continua del proceso de enseñanza y aprendizaje en la clase mientras se orienta a los niños y niñas, es decir, son las situaciones en que el maestro o maestra observa a los alumnos y alumnas como aprende, se esfuerza, se comunica, se va desarrollando de forma autónoma en sus acciones, hechos, etc. Esta parte es muy significativa para la mejora de la autonomía y autorregulación del niño y niña.

La evaluación final: donde el maestro y maestra sabe si el niño o niña ha aprendido los nuevos conocimientos, teniendo en cuenta los objetivos propuestos. Por lo tanto, es la comprobación se ha llegado a cumplir los objetivos planteados a largo plazo y las actividades diseñadas han sido las correctas para cubrir las necesidades del aula y estas han resultado satisfactorias.

En la disciplina positiva, para valorar los objetivos que se proponen con esta metodología, se realizará una evaluación más cualitativa que cuantitativa y todo esto se realizará una vez finalizada todas las actividades propuestas a lo largo de la semana, con la finalidad de corroborar si los objetivos desarrollados se han superado o no.

Además, esta última parte de la evaluación tiene como meta la evaluación del proyecto en sí, pensando en donde se puede mejorar para el siguiente curso escolar.

Las rúbricas es un método de evaluación que incluye varios parámetros de evaluación, permite a docentes y estudiantes asociar una serie de criterios de evaluación con los objetivos propuestos, niveles de logro y descripciones para establecer una clasificación de diferente calidad de contenido y desarrollado para alcanzar los objetivos marcados para cada actividad.

Se trata de una herramienta muy útil por su flexibilidad, es decir, se puede ajustar y modificar a medida que avanza la propuesta para encontrar el valor justo de valoración más adecuado considerado por el equipo docente.

Para ello se presenta en la tabla una rubrica a partir de que el maestro o maestra irá observando a los niños y niñas en las actividades y anotará el grado de adquisición de los objetivos marcados anteriormente, diferenciado en regular, adecuado, bien y excelente. Donde se llevará para todas las evaluaciones de las actividades.

Tabla 4. Criterios de evaluación para el alumnado de educación infantil.

Criterios de evaluación	Regular	Adecuado	Bien	Excelente
Conocer el concepto de gratitud.				
Identificar y emplear las fórmulas aprendidas para la resolución de conflictos en su vida diaria.				
Conocer las características personales de los compañeros y compañeras para facilitar la integración				

Demostrar que son perseverantes en las actividades.

Identificar las emociones y sentimientos en uno o una mismo o misma

Identificar las emociones y sentimientos en los compañeros y compañeras para ser resilientes cuando se enfrenten a un problema.

Mostrar esfuerzo en las actividades propuestas como en la vida diaria.

Conocer el concepto de respeto, y llevarlo a la práctica en las situaciones de la vida diaria.

Con esta tabla 4, se pretende que el maestro o maestra de educación infantil, pueda evaluar a los niños y niñas del aula sobre como ponen en acción las habilidades y herramientas aprendidas sobre la disciplina positiva, teniendo muy presente las emociones, puesto que es el factor principal de esta metodología.

Por otro lado, también es preciso evaluar al docente por medio de una autoevaluación y reflexión de la actividad realizadas por el maestro o maestra durante toda la propuesta. Zabala (2002) añade que la meditación sobre las diversas actividades debe realizarse a través de las relaciones entre maestro/a-alumno/a y entre los iguales.

Para ello es importante reflexionar sobre la intervención educativa antes de la actividad y la intervención educativa posterior al proceso de interacción en el aula, es decir, para evaluar plenamente la práctica educativa, se deben considerar al mismo tiempo los resultados obtenidos como el proceso de plan educativo activo.

Tabla 5. Autoevaluación para los maestros y maestras de educación infantil.

Rubricas de autoevaluación	Si	No
----------------------------	----	----

¿Has aprendido sobre la metodología de la Disciplina Positiva?

¿Crees que es necesario que se siga impartiendo en los cursos siguientes?

Las situaciones que se han puesto como ejemplo, te sirven para poder ponerlas en práctica.

¿Te gustaría poder formarte más sobre esta disciplina?

¿Has comprendido que la mayoría de los casos el castigo no funciona?

¿Crees que se puede compaginar esta disciplina con otras metodologías, como, por ejemplo, el tiempo fuera, o la acumulación de premios?

Observaciones:

Tal y como expone la tabla 5, es una autoevaluación del curso de formación que han recibido los/las docentes para que sigan interesándose sobre esta metodología o que ocurra lo contrario, que no la vean factible para esta etapa. Aportando sus sugerencias tanto positivas como negativas sobre su formación y aprendizaje. Esta tabla se utilizará al final de la realización de las actividades realizadas por los maestros y maestras para poder evaluar todas actividades que han realizado para su formación.

Es muy importante que los maestros y maestras estén motivados para poder desarrollar esta metodología innovadora en el aula, puesto que hay que tener paciencia ya que a largo plazo es cuando se observan los resultados en los niños y niñas.

9. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La educación tradicional ha estado centrada en transmitir los conocimientos necesarios para que los niños y niñas tengan un éxito profesional y académico. El crecimiento de cada alumno y alumna se mide con el desarrollo de este paradigma limitado del éxito. Por lo que tras varios años de investigación en educación se han demostrado que existen otras herramientas principales que se deben enseñar para que el bienestar de cada

alumno y alumna tenga, por un lado, valor intrínseco (el ser humano desea la felicidad de forma innata), y por otro tiene un valor instrumental (la felicidad fabrica beneficios como una buena salud, éxito profesional y personal). La educación positiva muestra los instrumentos y el conocimiento que el individuo necesita para tener una vida exitosa plena, de esta manera pueda florecer como ser humano (Nelsen 2003).

Es por ello, que el presente trabajo final de grado se ha centrado en desarrollar una intervención educativa basada en la disciplina positiva para el alumnado de educación infantil, con el objetivo de implementar esta metodología como mejora en educación, donde los niños y niñas se sientan también involucrados para que lleguen a ser mejores personas y puedan cambiar la sociedad.

Los beneficios que se pueden obtener con esta nueva propuesta serían conseguir que el clima del aula sea positivo, aporta los mecanismos necesarios para mejorar las relaciones interpersonales y favorecer un ambiente que fomente los valores como respeto, cooperación, etc. Otro beneficio sería que los niños y niñas empiecen a ser personas abiertas al dialogo, para que comiencen a pensar por sí mismos, a actuar y siendo responsables de sus acciones y asumiendo las consecuencias sin tener miedo al fracaso, de esta manera aprenden a tomar decisiones eficaces con conocimientos más sanos para sí mismos y teniendo en cuenta a la otra persona (Moya 2016).

Aunque la disciplina positiva es una metodología donde existe el equilibrio entre la bondad y el carácter, ya que la bondad sirve para manifestar respeto por los niños y niñas y el carácter es importante para exponer respeto de forma individual y de acuerdo con la necesidad de la situación. Así que ambos términos muestran diferentes oportunidades para que los niños y niñas fortalezcan sus percepciones significativas, como la capacidad de comprender sus propias emociones y utilizar esa comprensión para desarrollar la autodisciplina y el autocontrol. Así los/las docentes tendrían que implicar a los niños y niñas en el establecimiento de límites, con un vocabulario suave y firme a la vez (Nelsen 2003).

Respecto a extrapolar la disciplina positiva a otros ámbitos como es el hogar, también influiría de forma positiva, en las relaciones con los progenitores, puesto que estos quieren lo mejor para sus hijos e hijas, y por lo tanto se tendrían mas en cuenta los

sentimientos individuales como los de los demás miembros de la familia, para que se tenga una vida feliz llena de bienestar (Nelsen 2003).

La disciplina positiva apuesta por una solución alternativa y real al conflicto, en la que no hay lugar para la violencia porque el respeto y la dignidad de las personas se encuentra por encima de cualquier conflicto. Es por ello que es importante transmitir esta metodología en el aula, para que los niños y niñas desde edades tempranas, la trabajen, de esta manera se fortalece el respeto, el ser una persona resiliente, que de forma progresiva va adquiriendo mayor autonomía en sus acciones, que tan importante es el compañero o compañera como uno mismo, que hay que saber actuar teniendo en cuenta las emociones, sentimientos de la otra persona, para crear un ambiente cálido, de confianza, seguridad y armonioso, para facilitar a los niños y niñas el trabajo y estén más contentos, para que pongan en práctica las habilidades y puedan llevar esta actitud positiva fuera del centro.

Así, este trabajo tiene la intención de educar a los docentes que están notando el cambio en el ámbito educativo, e señalar aquellas situaciones problemáticas dentro del aula y poseer las habilidades y herramientas imprescindibles para buscar la mejor solución, así es como se debe de actuar como ejemplo para los alumnos y alumnas para que el ambiente sea mas beneficioso y rico para todos y todas, esto es gracias al modelo que está basado en la seguridad, amabilidad, firmeza por parte tanto de los maestros y maestras como de los niños y niñas, así se va olvidando de la enseñanza tradicional. De esta manera en el proceso de enseñanza-aprendizaje se resalta la figura del niño o niña como el verdadero protagonista de su aprendizaje tanto de forma individual como de grupo, colaborando, cooperando y aportando ideas para obtener un aprendizaje de éxito.

Este método basado en disciplina positiva tiene la seguridad de que los niños y niñas pueden llegar a ser en un futuro cercano personas que hagan posible un cambio en la sociedad actual, es, por esto que la escuela se debe dejar atrás que el éxito escolar se atribuye exclusivamente al éxito académico, sino que las relaciones socioemocionales son muy importantes con la finalidad de forman parte de este éxito académico y social. De esta forma, se conseguirá vivir en una sociedad de éxito establecida en una convivencia real, solidaria en donde las relaciones interpersonales se basen en el respeto, la empatía y la cooperación, que tengan una visión de grupo, para que la sociedad progrese de forma positiva y vaya a mejor.

Las limitaciones que pueden existir a la hora de implementar el trabajo desarrollado, sería el tiempo, primero por la formación de profesorado se realizaría durante más tiempo, para que estén muy bien formados en esta disciplina y a continuación llevar esta disciplina a la práctica no sólo un curso, sino en los próximos cursos, puesto que el desarrollo personal positivo beneficia a la personalidad del niño o niña, y es necesario para confirmar el progreso de la implementación de esta metodología sobre disciplina positiva mayor tiempo. Por eso se debería de continuar en toda la etapa educativa para poder observar la evolución en los niños y niñas y en los/las docentes.

Para concluir, los educadores y educadoras pueden conseguir mejorar el mundo enseñando que las relaciones estén fundamentadas en el respeto mutuo y en el amor (Marisa Moya, 2019).

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AA.W. (2002). La psicología en la escuela infantil. Editorial Anaya. Madrid.
- Adler, A. (2017) Papeles del Psicólogo. Vol. 38(1), pp. 50-57.
- Castellanos, L. (2017). Educar en lenguaje positivo. Barcelona: Paidós.
- Delval, J. (1994). El desarrollo humano. Ed. Siglo XXI. Madrid.
- Gallego Ortega, J.L. (1994). Educación infantil. Editorial Aljibe. Málaga.
- Greco, C., Morelato, G., & Mirta, I. (2007). Emociones Positivas: Una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil. *Psicodebate*, (7), 81-94.
- Jiménez, J. (2004) El profesorado. Ed. CISS-praxis. Barcelona.
- Morales, P. (1998) La relación profesor alumno en el aula. Ed. PPC. Madrid.
- Nelsen, J. (2007). Cómo educar con firmeza y cariño. Barcelona: Medici
- Nelsen, J. Erwin, C y Duffy, R. (2014). Disciplina positiva para preescolares. Barcelona: Medici.

Nelsen, J., Lott, L. Y Glenn, S. (2008). *Disciplina positiva de la A la Z: 1001 soluciones para los problemas cotidianos en la educación de los hijos*. Barcelona: Medici.

ORDEN de 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. Boletín Oficial de Aragón (Número 43, 14/04/2008, Disposición 1085, página: 4945)

Peterson, C. (2013). *La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones*. *Terapia Psicológica* Vol. 31, Nº 1, 11-19.

Romera, M. (2019). *La escuela que quiero*. Barcelona, España: Planeta.

Romera, M. (2017). *La familia, la primera escuela de las emociones*. Barcelona, España: Planeta.

Seligman, M.E.P., Ernst, R.M., Gillham, J., Reivich, K., y Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35, 293–311.

Siegel, J.D. y Bryson, P. T. (2015). *Disciplina sin lágrimas*. Barcelona: B.S.A.

Webgrafía

Aprendemos juntos.el pais. Consultado el 12 de junio de 2021. Recuperado de <https://aprendemosjuntos.elpais.com/especial/el-castigo-no-es-educativo-es-inseguridad-adulta-marisa-moya/>

Monografías. Consultado el 12 de junio de 2021. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos25/rol-docente/rol-docente.shtml>

11. ANEXOS

Anexo 1

Cuadro de las metas equivocadas.

La meta del niño es:	El adulto se siente:	Si tiende a reaccionar mal:	Y si la respuesta del niño es:	La creencia detrás del comportamiento del niño es:	Mensajes ocultos:	Respuestas alentadoras:
Atención excesiva (mantener a los otros ocupados u obtener un servicio especial)	Fastidiado Irritado Preocupado Culpable	Recordando. Convenciendo. Haciendo cosas que el niño puede hacer por sí mismo	Deteniéndose temporalmente, para luego continua con el mismo u otro comportamiento perturbador	Solo importo cuando me dan un servicio especial. Solo soy importante cuando te mantengo ocupado conmigo	Fíjate en mí. Involúcrame de forma útil.	Redireccionar, involucrando al niño en una tarea útil para que obtenga atención (ejemplo: te quiero, pero pasare tiempo contigo más tarde). Confía en que el niño o niña pueda lidiar con sus sentimientos. Ayuda al niño o niña a crear cuadros de rutinas. Involucra al niño o niña para la solución de problemas.
Poder mal dirigido (mandar)	Retado amenazado	Peleando Rindiéndose. Pensando: no te puedes salir con la tuya o te obligaré. Queriendo tener la razón.	Intensificando su comportamiento. Obedeciendo, pero desafiando. Sintiendo que ha ganado cuando el adulto esta molesto, aun cuando debe obedecer. Teniendo el poder de forma pasiva (dice que si, pero no lo cumple)	Solo pertenezco cuando mando, cuando tengo el control demuestro que nadie puede mandarme. No puedes obligarme	Déjame ayudar. Dame opciones.	Redireccionar a un poder positivo pidiendo ayuda. Ofrece opciones limitadas. No peeles ni cedas. Aléjate del conflicto. Sé firme y amable. No hables: actúa. Decide lo que harás. Deja que las rutinas sean quien manden. Retírate y cálmate. Desarrolla el respeto mutuo. Establece algunos límites razonables. Utiliza seguimiento amable y firme.
Venganza (desquitarse)	Lastimado Decepcionado Incrédulo Enojado	Lastimado Avergonzado Pensando: ¿cómo pudiste haber hecho eso?	Contraatacando. Intensificando Incrementando el mismo comportamiento o escogiendo otra arma.	No creo que pertenezca, por el daño que hago a otros al sentirme herido. No le puedo agradar a nadie, nadie me quiere.	Estoy dolido. Reconozco mis sentimientos.	Reconoce los sentimientos heridos. Evita sentirte herido. Evita castigos. Construye la confianza. Escucha reflexivamente. Comparte tus sentimientos. Haz las paces. Muestra que te importa. Alienta las fortalezas.
Ineptitud asumida (rendirse y que lo dejen en paz)	Desesperado. Sin esperanza Inútil.	Dándose por vencido. Haciendo cosas que el niño o niña puede hacer por sí mismo. Ayudando de más.	Retrayéndose aún más. Volviéndose pasivo. No mostrando mejoría.	No puedo pertenecer porque no soy perfecto, por eso convenceré a los demás de que no esperen nada de mí. Soy incapaz e incompetente. No	No te rindas conmigo. Muéstrame paso a paso.	Desglosa la tarea en pasos pequeños. No critiques. Alienta cualquier intento positivo. Ten confianza en las habilidades del niño o niña. Concéntrate en los recursos. No te compadezcas. No te rindas. Establece oportunidades para que tenga éxito. Enseña habilidades: muestra como hacerlo,

Insuficiente

No responde.

tiene sentido intentarlo porque
no lo hare.

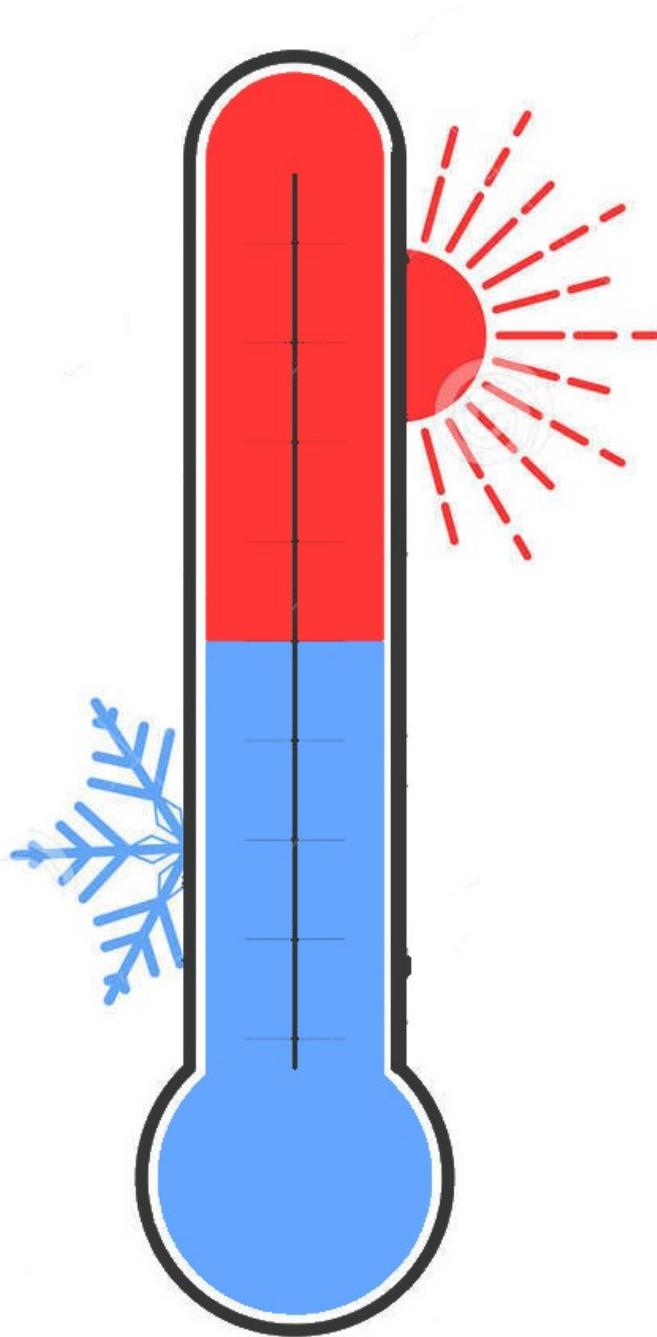
pero no lo hagas por él o ella. Disfruta de la compañía del
niño o niña. Básate en sus intereses.

Anexo 2

Características y habilidades para la vida:

- Sana autoestima
- Responsabilidad
- Autodisciplina
- Compasión
- Respeto por sí mismo y los demás
- Habilidades para solucionar problemas
- Sentido del humor
- Resiliencia
- Asume responsabilidades
- Cree en sus capacidades personales
- Cooperación
- Amabilidad
- Empatía
- De naturaleza afectuosa
- Honestidad
- Abiertos a aprender siempre
- Automotivación
- Felicidad
- Conciencia social

Anexo 3



Anexo 4:

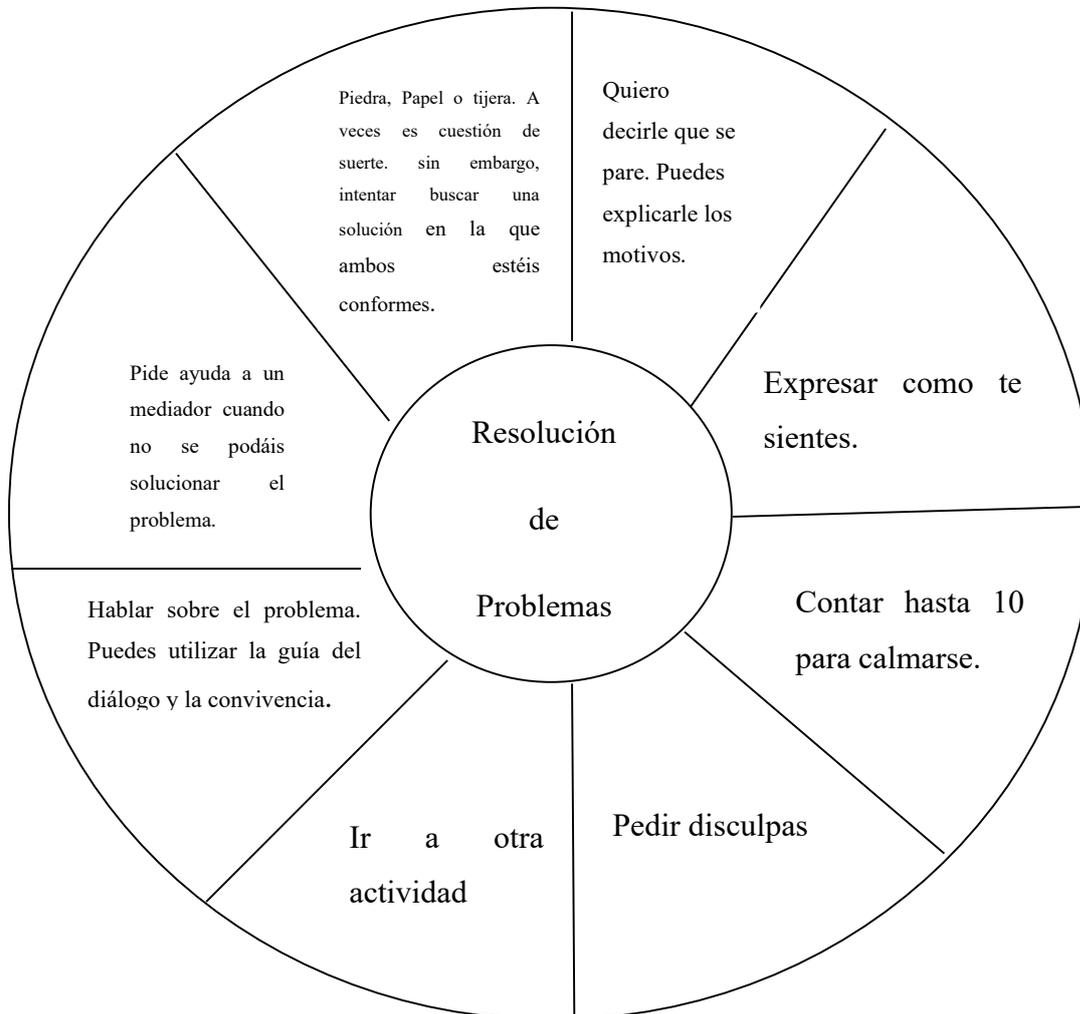
disciplina positiva Sentimientos



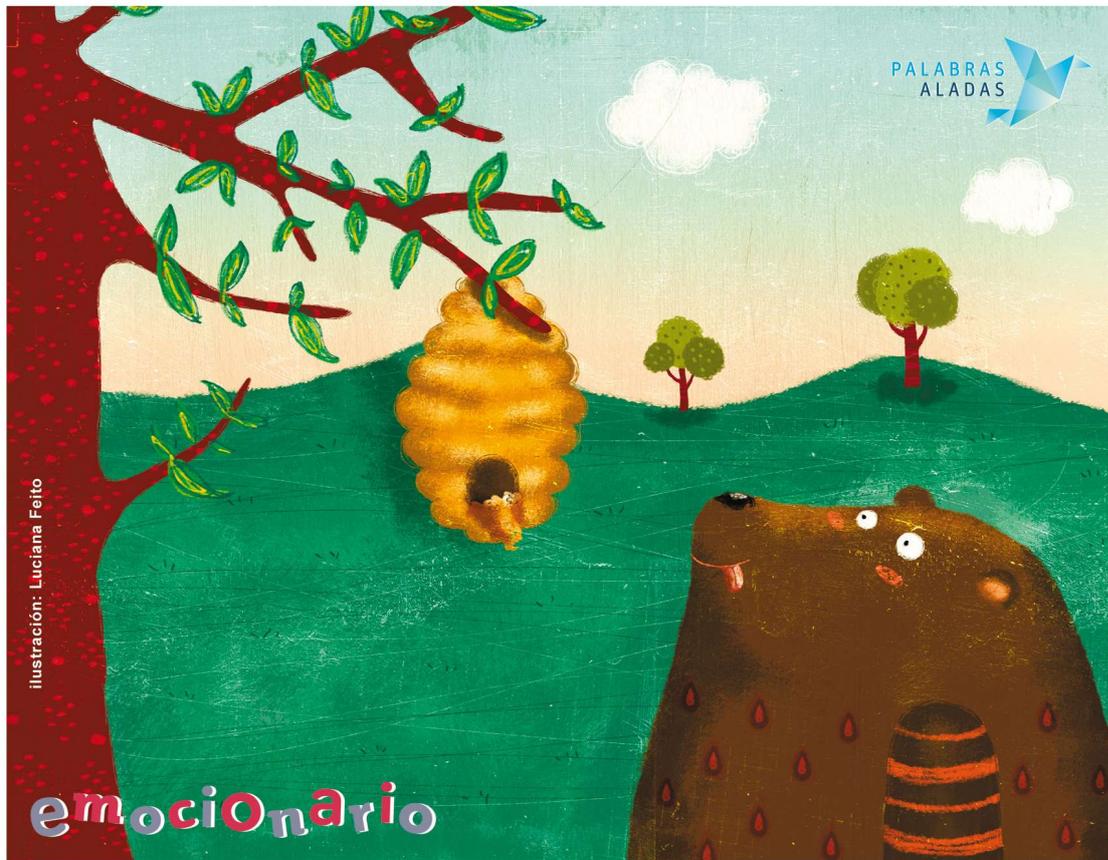
ilustraciones de Paula Gray
www.positivediscipline.com

Anexo 5

Ruleta de las opciones



Anexo 6



Anexo 7

Me duele

A veces tengo miedo,

a veces estoy triste.

Me piden que esté contento,

pero a veces es difícil.

Otras veces me enfado

y se me arruga la cara.

No creo que sea tan malo

expresar lo que me pasa.

A. Moreno