

GUIAS PARA LA DISCIPLINA POSITIVA

Del libro *Disciplina Positiva* por Jane Nelsen
www.positivediscipline.com

1.) Los niños de mala conducta son “niños desani-mados” que tienen ideas erróneas de cómo lograr su **meta principal para pertenecer**. Estas ideas los guían al mal comportamiento. No podemos ser efectivos a menos que enfrentemos las creencias erróneas en vez de solamente el mal comportamiento.

2.) Use la animación para ayudar a los niños a sentir “que pertenecen” de tal manera que la motivación al mal comportamiento sea eliminada. Celebre cada paso en dirección a una mejoría en vez de enfocarse en los errores.

3.) Una muy buena forma de ayudar a que los niños se sientan animados es “**pasar con ellos un tiempo especial.**” Muchos maestros han notado un cambio dramático en un “niño problema” después de pasar cinco minutos simplemente compartiendo acerca de lo que le gusta hacer para entretenerse.

4.) Cuando acueste a los niños, pídeles que **compartan con usted** el momento “más triste” y el momento “más feliz” del día. Después **usted comparte con ellos**. Se sorprenderá de lo que aprende.

5.) Tenga **reuniones familiares o en la sala de clases** para resolver los problemas con cooperación y respeto mutuo. Esta es la clave para crear una atmósfera de amor y respeto mientras ayuda a los niños a desarrollar la auto-disciplina, la responsabilidad, la cooperación y las destrezas de cómo resolver problemas.

6.) Dé a los niños **trabajos de importancia**. Por con-veniencia, muchos padres y maestros hacen cosas que los niños podrían hacer por sí mismos y ayudar a otros. **Los niños sienten que pertenecen cuando ellos saben que pueden hacer una contribución verdadera.**

7.) Decidan juntos qué trabajos se necesitan hacer. Escríbalos y póngalos en una caja y deje que cada niño saque unos pocos cada semana; de ésa forma nadie hace los mismos trabajos todo el tiempo. Los maestros pueden invitar a los niños a que les ayuden a establecer las reglas de la clase y hacer una lista en un cuadro titulado, “Nosotros decidimos:”. Los niños tienen propiedad, motivación y entusiasmo cuando son incluídos en las decisiones.

8.) Tome el tiempo para el entrenamiento. Asegúrese que los niños comprenden lo que significa para usted “limpiar la cocina.” Para ellos puede que signifique poner los platos en el lavaplatos. Los padres y maestros podrían preguntar, “¿Cuál es tu entendimiento de lo que se esperaba?”

9.) El castigo puede “trabajar” si usted está interesado solamente en parar el mal comportamiento por “el momento.” A veces debemos **tener cuidado de que trabaja** cuando los resultados de largo alcance son negativos—resentimiento, rebeldía, venganza o retraimiento.

10.) Enseñe y modele el respeto mutuo. Una forma es **siendo afectuoso y firme al mismo tiempo**—afectuoso para mostrar respeto por el niño y firme para mostrar respeto por usted mismo y “las necesidades de la situación.” Esto es difícil durante un conflicto, así que use lo siguiente cuando pueda.

11.) El elegir el momento oportuno mejorará su eficacia en diez veces. No “trabaja” para tratar un problema en el momento del conflicto—las emociones se cruzan en el camino. Enseñe a los niños acerca de los **períodos de tranquilizarse**. Usted o los niños pueden ir a cuartos separados y hacer algo que los haga sentirse mejor—y después discutir el problema con respeto mutuo.

12.) Deje de lado la idea

equivocada que dice que para hacer que los niños sean mejores, primero hay que hacerlos sentirse muy mal. ¿Crees que quieres hacer mejor las cosas cuando te sientes humillado? Esto indica una nueva mirada al “tiempo de tranquilizarse.” Dígale a los niños por adelantado que todos necesitamos un “tiempo para tranquilizarnos” a veces cuando nos estamos comportando mal, así cuando se les pida que vayan a su cuarto para que pasen un tiempo allí, ellos puedan hacer algo que los haga sentirse mejor. “Cuando estés listo, vuelve y discutiremos juntos las soluciones.”

13.) Use consecuencias lógicas

cuando sea apropiado. Siga las Tres R's de las Consecuencias Lógicas para estar seguro de que éstas son: (1) relacionado, (2) respetuoso, (3) razonable.

14.) Durante las reuniones

familiares o de la clase, **los niños pueden ayudar a decidir** las consecuencias lógicas por no mantener sus acuerdos. (Recuerde de no usar el castigo de palabras, el cual no trabaja para los “buenos” resultados de largo alcance.)

15.) Enseñe a los niños que los errores son oportunidades grandiosas para aprender.

16.) Una forma de enseñar a los niños que los errores son oportunidades grandiosas para aprender es modelando usted mismo al usar las “Tres R's de la Recuperación” después de haber cometido un error.

(1) Reconozca su error con buenos sentimientos;

(2) Reconcílese. Esté dispuesto a decir “lo siento, no me gustó la forma como traté ése asunto;”

(3) Resuelva. Enfóquese en las soluciones en vez de la culpa.

17.) Asegúrese de que se

comunica un mensaje de amor y respeto.

Empiece con “eres importante para mí. Estoy preocupado por ésta situación. ¿Trabajarías conmigo para encontrar una solución?”

18.) ¡Qué se divierta! Lleve la alegría a los hogares y salas de clases.