

# GUIAS PARA LA DISCIPLINA POSITIVA

Del libro *Disciplina Positiva* por Jane Nelsen  
[www.positivediscipline.com](http://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) Reconcíliase. 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.