



---

**Universidad de Valladolid**

Máster en Psicopedagogía

TRABAJO DE FIN DE MÁSTER

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EN DISCIPLINA  
POSITIVA PARA FAMILIAS Y PROFESIONALES DE LA  
EDUCACIÓN.**

Presentado por

África García Arias.

Directora

Henar Rodríguez Navarro.

Valladolid, 2020.



# ÍNDICE

---

<b>RESUMEN</b> .....	5
<b>ABSTRACT</b> .....	5
<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	6
<b>2. JUSTIFICACIÓN</b> .....	7
<b>3. OBJETIVOS</b> .....	11
<b>3.1. OBJETIVO GENERAL</b> .....	11
<b>3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> .....	11
<b>4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b> .....	11
<b>4.1. Características de los niños</b> .....	12
<b>4.2. ¿Qué es la Disciplina Positiva?</b> .....	15
<b>4.3. Los orígenes de la <i>Disciplina Positiva</i></b> .....	19
<b>4.4. Beneficios de la Disciplina Positiva</b> .....	24
<b>5. DISEÑO</b> .....	28
<b>6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA FAMILIAS Y PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN</b> .....	30
<b>6.1. ¿A quién va dirigido los talleres de Disciplina Positiva?</b> .....	30
<b>6.2. Contextualización</b> .....	31
<b>6.3. Objetivos y contenidos de los talleres</b> .....	32
<b>6.4. Secuenciación y temporalización</b> .....	33
<b>6.5. Metodología</b> .....	34

<b>6.6. Materiales.....</b>	<b>35</b>
<b>6.7. Estructura de las actividades que se realizan en el taller de iniciación a la Disciplina Positiva. ....</b>	<b>35</b>
<b>6.8. Realización de las actividades con su objetivos y temporalización.....</b>	<b>36</b>
<b>6.8.1. Actividades. ....</b>	<b>36</b>
<b>7. EVALUACIÓN.....</b>	<b>45</b>
<b>8. CONCLUSIÓN.....</b>	<b>49</b>
<b>8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....</b>	<b>52</b>
<b>9. ANEXOS.....</b>	<b>55</b>

## **RESUMEN**

Este trabajo surge de la necesidad de investigar sobre los efectos positivos que nos aporta la Disciplina Positiva para poder educar a los hijos/as de la manera más competente posible en el camino de la transición y del cambio, educando por ello, a niños y niñas en el mantenimiento de una mayor gestión de sus emociones, dando, por esta razón, a lograr así, una transformación personal.

A partir de un breve estudio en *Disciplina Positiva*, propongo una propuesta de intervención, llevada a cabo con familias y profesionales de la educación. El objetivo es acercar a familias y profesores a encontrar soluciones adecuadas, olvidándose por completo del modo tradicional arraigado hasta ahora, el de usar el castigo físico o recompensas.

Palabras clave: Disciplina Positiva, padres, educación, manejo de emociones, convivencia, resolución de conflictos.

## **ABSTRACT**

This work arises from the need to investigate the positive effects that Positive Discipline brings us in order to educate our children in the most competent possible way on the path of transition and change, educating therefore, children in the maintenance of a greater management of their emotions, giving rise, for this reason, to achieve thus a personal transformation.

Based on a brief study in Positive Discipline, I propose an intervention proposal, conducted with families and professionals in education. The aim is to bring families and teachers closer to find suitable solutions, by forgetting completely the traditional way rooted until now, of using physical punishment or rewards.

Key words: Positive Discipline, parents, education managing emotions, coexistence, conflict resolution.

## 1. INTRODUCCIÓN

La manera en la que educamos a los niños y niñas resulta en cierto modo compleja. Cuando educamos, creemos que lo estamos haciendo de la forma más práctica y correcta y muchas veces no llegamos a darnos cuenta de que lo que estamos haciendo es todo lo contrario, volviendo así, a la educación que nos han dado nuestros padres o la que creemos que es la más adecuada según nuestro criterio y experiencia. Educar, en cierta forma tiene puntos positivos. Disfrutas aprendiendo de los niños y niñas y también ellos/as aprenden de ti, de tu forma de ver el mundo, de tus actitudes en el proceso de la vida y de tus experiencias. En contra posición, resulta en ciertos momentos algo frustrante y, por ello, en algunas ocasiones resulta un camino difícil por lo que supone un desafío importante de superar.

Está claro, que lo que pretenden las familias y los educadores es educar de la manera más satisfactoria posible para que los niños y las niñas vivan felices y puedan vivir la vida correctamente y de una forma plena, pero en ocasiones se dejan guiar por sus propias experiencias, del ambiente social que les rodea o confiando en sus instintos que a veces no se llevan por sendas más adecuadas, incluso, a veces son negativas o violentas.

Algunos autores defienden la disciplina positiva como: “Modelo educativo para entender el comportamiento de los niños y la forma de abordar su actitud para guiarles de forma positiva, afectiva, firme y respetuosa tanto para el niño como para el adulto”. (Carranza, 2016, 3). Otros autores plantean que:

“La disciplina positiva es no-violenta y es respetuosa del niño como aprendiz. Es una aproximación a la enseñanza para ayudarlos a tener éxito, les da información, y los apoya en su crecimiento”. (Save the Children, 2008, 5).

Mediante este trabajo, voy a describir y a desarrollar en qué consiste la “*Disciplina Positiva*” y cómo puede ayudar a familias y profesionales de la educación. Quiero reflejar en estas líneas, que los modelos tradicionales hasta ahora arraigados en nuestra sociedad con la utilización de métodos poco efectivos y coercitivos como el castigo físico o las recompensas pasen a formar parte del pasado, dando cavidad por ello, a una educación respetuosa basada en la comunicación y el entendimiento entre padres e hijos. Este trabajo, por consiguiente, estará organizado en dos bloques principales. El primero de carácter más teórico, en el que se expondrá los orígenes y los beneficios que se pueden obtener tras realizar prácticas basadas en la *Disciplina Positiva*. Y el segundo bloque, de

carácter más práctico, compuesto por una propuesta de intervención con unas bases psicopedagógicas de las que saldrán las técnicas o mecanismos en *Disciplina Positiva* para familias y profesionales de la educación.

## 2. JUSTIFICACIÓN

Empezando con la justificación, me gustaría añadir, primeramente, que este presente Trabajo de Fin de Máster nace de la idea de investigar y desarrollar sobre la *Disciplina Positiva*, es decir, educar desde una forma práctica y efectiva, donde no se tenga que añadir o atribuir premios ni castigos. Siguiendo a Marián Cobelas (2019), a pesar del largo camino y los numerosos estudios científicos que avalan los resultados y beneficios que se obtienen tras educar a los niños y adolescentes a través de las herramientas de *Disciplina Positiva*, esta metodología se instaura en España hace escasos años, concretamente hace alrededor de 5 años. Por esta razón, en los últimos tiempos, se puede llegar a pensar que esta metodología educativa puede llevarse a cabo en un momento puntual, como algo pasajero, que no llegará a instaurarse de manera sólida. Pero la realidad es que cada vez son más las personas que apuestan por una educación eficaz y de calidad. Por ello, esta forma de educar ha generado mucha inquietud en nuestra sociedad por establecer otros modelos distintos a la llamada educación tradicional por lo que sus efectos se ven claramente apoyados, fortalecidos y afianzados.

Con respecto al título propuesto tras un largo debate conmigo misma, pensé si quería incluir la palabra “disciplina” en mi título, ya que en ocasiones y en cierta manera puedo llegar a entender que el término puede provocar cierta equivocación o controversia al pensar la palabra “disciplina” como una connotación negativa. Como señala Siegel y Payne en su libro “Disciplina sin lágrimas” (Siegel y Payne, 2015), al llegar a la conclusión sobre “qué término usar para esta práctica de poner ciertos límites mientras estamos emocionalmente enlazados con los hijos, este enfoque focaliza en enseñar y trabajar con ellos para ayudarles a adquirir las destrezas que les permitan tomar buenas decisiones”. (Siegel y Payne, 2015,9).

Pues bien, también, me gustaría añadir como bien nos señala Marián Cobelas (2019) que, si bien es verdad, quizás no sea un nombre muy “sugerente, atrayente o transparente” a la hora de que las personas entiendan qué hay detrás de esta metodología, esto quiero

añadir, que se debe únicamente a que se trata de una traducción literal de su título en inglés “Positive Discipline”. Sin embargo, su nombre en español a veces hace que la palabra “Disciplina”, como he dicho anteriormente, pueda acarrear una connotación un tanto negativa al asociarse “disciplina” a algo negativo y tangible o cuando hablamos de “Positiva” nuestro marco de pensamiento nos lleva en ocasiones a pensar que tiene que ver con el refuerzo positivo asociado a premios, cuando nada más lejos de la realidad y puesto que uno de los grandes pilares de esta metodología es el poder educar sin castigos y también sin premios. Siguiendo con Marián Cobelas (2019) por fin decidí que quería seguir en la línea de reivindicar la palabra “disciplina” junto con su significado original. Quiero apoyar a los grandes profesionales de esta metodología a reformular por completo toda la discusión y diferenciar “disciplina” de “castigo”, es decir, educar con límites y con amor.

En esencia, quiero que los padres, madres y profesionales de la educación comiencen a considerar la disciplina como una de las aportaciones más afectuosas y educativas que podemos brindar a los niños.

Empiezo replanteando lo que significa realmente la disciplina, reivindicándola como un término que no tiene que ver con el castigo o el control, sino con la enseñanza y la adquisición de destrezas, y se hace desde una postura de amor, respeto y conexión emocional. Marián Cobelas, en su blog “La Revolución de las Mariposas, 2019.

El método de *Disciplina Positiva* es un método que no tiene espacio los castigos físicos, ni gritos, por consiguiente, todo tipo de educación coercitiva que pueda acarrear un mayor malestar en el niño. Por el contrario, la disciplina positiva lleva a una mejora de las relaciones de igual a igual, en el que la familia y los hijos se ponen a la par, acompañando al niño en su proceso de aprendizaje mutuo basado en una relación eficaz, respetuosa y amable de la que se nutren ambas partes. (Aldort, 2009).

Por todas estas razones, y tal y como se cuestiona Nelsen (2007): “¿De dónde hemos sacado la loca idea de que para que un niño se porte bien primero tenemos que hacerle sentir mal?” (Nelsen, 2007, 143). Los niños y niñas necesitan ser comprendidos y escuchados ya que tienen la difícil tarea de adaptarse a una sociedad desconocida para ellos. Por consiguiente, si se educa con cariño, respeto y no mediante castigos aprenderán a desenvolverse en la vida con una mayor eficacia.



Para entender de una manera más sencilla y fácil lo que nos aporta esta metodología, Marián Cóbelas, (2019), nos explica muy bien una de las grandes diferencias de la Disciplina Positiva en relación con otros métodos educativos y lo que es para ella desde luego la más importante aportación:

Esta no es otra cosa que la gran oportunidad que nos brinda de entender qué hay más allá de la conducta o el comportamiento humano, especialmente el de los niños. Para ello, la forma más habitual que los autores de esta metodología usan para explicar este concepto es la metáfora del iceberg (Rodríguez, Jiménez y Sánchez, 2018). que consiste en lo siguiente. Todos sabemos que lo que las personas vemos a simple vista en un iceberg es la punta de hielo que sobresale del agua (al igual que ocurre con el comportamiento de los niños, lo que vemos a simple vista es únicamente su conducta o comportamiento). No obstante, debajo de ese pico de hielo saliente se esconde la raíz del problema, un bloque de hielo de mayor magnitud que, aunque no esté saliendo a flote en ese momento, es el causante de lo que sí podemos observar. Del mismo modo que ocurre con un iceberg, las conductas de los niños son provocadas por una necesidad o creencia que a simple vista muchas veces no se ve, pero que es muy necesario descubrir y atender, puesto que si solo nos quedamos con la superficie e intentamos abordar el comportamiento, simplemente estaremos poniendo un parche (como ocurre cuando usamos castigos o premios como herramienta educativa) lo cual funciona a corto plazo, pero sin duda no es para nada efectivo a largo plazo y, además, puede provocar que esa necesidad o creencia del niño que no está siendo atendida se enquisten y el comportamiento se magnifique.

Pues bien, tras explicar en qué consiste la *Disciplina Positiva*, y, por ende, en qué se diferencia principalmente de los métodos educativos tradicionales y cuáles son las principales características y criterios de esta, podemos concluir y dejar claro según Marián Cóbelas (2019) que la Disciplina Positiva NO es en ningún caso:

Una moda que se ha instaurado de modo pasajero y que ha sido inventada y establecida en un corto período de tiempo.

Un tipo de educación que nace sobre las bases de una educación permisiva en la que se desarrolla interviniendo lo menos posible en la educación de los hijos. Es decir, que solo

se centra exclusivamente en satisfacer las necesidades de los niños, así como sus intereses, evitando de esta forma a poder establecer ciertos límites.

Una metodología en la que el término “disciplina” se le pueda llegar a atribuir connotaciones negativas, basada en una educación en el que impera el autoritarismo adquirido por los padres y que solo se centra en poner límites desmedidos y acciones punitivas, evitando por ello, la comunicación y el diálogo con los hijos.

Ésta forma de educar requiere compromiso, trabajo y constancia. Los resultados tendrán su fruto a largo plazo por lo que los comportamientos de los niños y de las niñas, calificados para los adultos como “malos” no se suprimen de un día para otro.

También me gustaría decir, que este modelo educativo al igual que otras metodologías que se instauran en nuestro país no lleva, por ende, a la solución de todos los problemas que se puedan generar, pero lo que sí me gustaría decir que es una forma de educar a los niños y niñas y es más, llega más allá de no solo meramente educar sino poder comunicarte, relacionarte de manera positiva con tu pareja, con tu familias, tus hijos, familia, etc., de una forma en la que se respeta y se fomenta las relaciones entre las personas, en que los errores y las equivocaciones son un pilar importante en el desarrollo del aprendizaje, evolucionado como personas y asumiendo que cada uno somos responsables de nuestros actos y en la que nuestro ejemplo, ayuda a los niños a comportarse desde la motivación y no solo a través de evitar castigos o conseguir premios.

La *Disciplina Positiva* nace para familias que están comprometidas con la educación de sus hijos que a pesar de que toman conciencia de lo difícil y lo complejo que es educar, están motivados a acompañar de la manera más favorable en el desarrollo socioemocional de sus hijos y están dispuestos a aprender juntos a lo largo de la vida.

### 3. OBJETIVOS

He realizado un análisis teórico del constructo *Disciplina Positiva* y una propuesta de intervención práctica derivada de dicho estudio previo.

Así pues, los objetivos que se persiguen en este trabajo de Fin de Máster son los siguientes:

#### 3.1. OBJETIVO GENERAL.

El principal objetivo de mi trabajo de Fin de Máster es investigar, desarrollar e intervenir a través de un programa basado en la *Disciplina Positiva*. De este modo, aportamos orientaciones generales a las familias y profesionales de la educación sobre las necesidades y dificultades que se esconden detrás del comportamiento de un niño/a y de un adulto para así poder brindar y adquirir las herramientas necesarias que permitan mejorar el desarrollo de los mismos.

#### 3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Indagar sobre el constructo de la *Disciplina Positiva* y el origen de ésta.
- Insertar la *Disciplina Positiva* en el ámbito escolar y familiar.
- Elaborar y desarrollar una propuesta orientativa de intervención en *Disciplina Positiva* para familias y profesionales de la educación.

### 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Todos los niños y niñas son personas únicas y diferentes. Aunque todos se desarrollan por igual atendiendo a su edad cronológica, así como a sus necesidades específicas de amor, desarrollo de habilidades y aceptación. Por ello, se necesita darles una educación de calidad tratando de poner límites, pero a la vez con amabilidad para que los niños y las niñas se desarrollen y crezcan felices y encuentren su camino en la sociedad después de haber adquirido las herramientas necesarias y las directrices adecuadas para ello. Los puntos de la educación positiva son los siguientes:

1. Los adultos son los responsables de dar una educación a los hijos.
2. Los niños y las niñas necesitan siempre ser atendidos.
  1. Los niños necesitan sentirse apreciados.
  2. Cada niño es único y diferente.
  3. La etapa de desarrollo es diferente por eso, según su edad tienen necesidades diferentes.
  4. Educar a un niño en un ambiente óptimo.
  5. Hay que ser responsables con la educación de los niños y prepararlos para la vida.
  6. Hacer partícipe al niño de todas las actividades que desarrollamos los adultos.
  7. Enseñar a los niños a solucionar sus problemas de vida de manera positiva.
  8. Es necesario decir qué expectativas queremos construir en los niños, (Murow y Verduzco, 2001, 4).

#### **4.1. Características de los niños.**

Para poder educar de la forma más adecuada, así como poder trabajar de forma equilibrada y útil sobre la base de la *Disciplina Positiva*, es fundamental tener ciertos conocimientos acerca de las características de los niños y de las niñas

Hay que tener claro que los niños y las niñas pasan en sus vidas por diferentes etapas del desarrollo a las que tenemos que atender y prestar especial atención. Todas las etapas del desarrollo son necesarias y fundamentales, cada etapa es única y tiene sus características, por ello, todos los niños tienen que pasar por ella para llegar a la cumbre de la madurez.

Los niños y las niñas tienen la necesidad de estar atendidos y en constante interacción con los adultos para de esta forma cubrir y solventar sus necesidades más primarias. Desde el mismo momento que se nace, los niños y las niñas necesitan de los adultos para sobrevivir. Dependen de su familia para satisfacer las necesidades básicas de la vida antes de que sean autosuficientes.

Los niños y las niñas necesitan poder estar en persistente movimiento e interacción con el medio que les rodea. Desde las primeras etapas de la vida, a los niños y las niñas les gusta explorar, conocer el entorno que les rodea, moverse.

Su desarrollo del lenguaje no se adquiere de forma íntegra en los primeros años de vida, por lo que no tienen un lenguaje amplio y desarrollado. La mayoría de las

emociones tanto positivas como negativas o necesidades que les acontece son comunicadas a través del lenguaje no verbal. Es el deber de los adultos tratar de prestar atención y paliar esas emociones con paciencia, así como enseñarles las herramientas necesarias para expresarse de acuerdo con su edad y habilidades.

Son irracionales y precipitados por naturaleza. A medida que se va avanzando hacia la edad adulta, van aprendiendo a controlar sus impulsos y aprenden a decir qué es lo que quieren o necesitan.

- Es necesario que adquieran todas las habilidades necesarias para la vida para que crezcan como personas competentes en la sociedad. Algunas habilidades son adquiridas a través de la maduración del sistema nervioso central, la edad y la estimulación. Otras, son aprendidas a través de la interacción con los adultos. Por ello, los adultos tienen la tarea y asumen la responsabilidad de prepararlos para la vida. Es decir, enseñarle las habilidades necesarias para ello (saludar, pedir disculpas, sentarse en una silla, ...)
- Su pensamiento es ilimitado, determinado y concreto, por lo que las explicaciones e indicaciones que le desarrollemos tienen que ser concisas, entendibles y visuales. Es necesario, por ello, darle explicaciones que le sean conocidas, que estén ligadas a sus vidas y que puedan ver y tocar.
- El ego en estas edades adquiere un mayor protagonismo. Los niños y las niñas en estas edades sienten que son el centro de atención y no son capaces de ponerse en el lugar del otro y asumir el punto de vista de los demás. Es decir, en un primer momento juegan solos porque no son capaces de compartir sus juguetes, la figura del otro les incomoda y les molesta. A medida que se van desarrollando y con ayuda de los padres y educadores aprenden a compartir y a querer adquirir relaciones con los demás, es decir, se fomenta en ellos la empatía, el respeto y la consideración por los demás.
- Equivocación entre la realidad y la fantasía hasta el final de la etapa infantil. Les cuesta distinguir entre la ficción y la realidad. Para ellos la fantasía y los personajes de ficción que aparecen en los cuentos o medios de comunicación son

reales, por ello, se sienten identificados y los lleva a imitar ciertas conductas. Por eso es mejor, como he dicho anteriormente, centrarnos en darles ejemplos simples y crear un ambiente de seguridad.

- El tiempo es el último concepto que se adquiere en estas edades, por lo que es completamente diferente al de los adultos. El concepto de tiempo es el último concepto que se adquiere en la etapa infantil porque es algo abstracto, es decir, es algo que no se puede ver ni tocar. Por eso, en una primera instancia, tenemos que usar distintas estrategias efectivas para que ellos comprendan ciertas situaciones. Por ejemplo, para explicarles cuánto queda para ir a jugar al parque, le podemos decir que antes tenemos que comer y dormir la siesta. A medida que van creciendo, van comprendiendo cada vez mejor el concepto de tiempo y se va acercando a la realidad.
- La imitación y el juego en esta etapa es necesaria y fundamental. A través del juego y la imitación, los niños y las niñas van aprendiendo a comunicarse, relacionarse y a adquirir conocimientos y actitudes necesarios para la vida. Por ello, el juego es su principal motor de aprendizaje.
- Las emociones no están definidas y establecidas por lo que su estado de ánimo es frecuentemente variable y cambiante, es decir, pueden pasar de manera inmediata de emociones agradables a desagradables. En estas edades, todavía no pueden controlar sus emociones ni sus sentimientos, pasan del llanto a la risa en cuestión de segundos. A medida que el tiempo pasa y se van desarrollando como persona, empiezan a gestionar y tener control sobre ellas, (Muro y Verduzco, 2001, 22 y 21).

Con respecto a este último punto, me gustaría profundizar un poco más sobre la gestión emocional tan importante en la vida de los seres humanos, ya que es un aspecto para saber tremendamente básico para educar con *Disciplina Positiva*. Antes de nada, me gustaría señalar: ¿Qué es la inteligencia emocional? A grandes rasgos se puede decir que es “la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las demás personas y la

capacidad para regularlas”. “La autorregulación emocional consiste en un equilibrio entre la impulsividad y la represión”, (Bisquerra, 2012, 8).

En este sentido, la conciencia y la regulación emocional son dos aspectos fundamentales para crecer como personas, ya que la persona que ha sabido interiorizar y conocer ambos conceptos, les capacita para llevar a cabo una vida más plena y saber por ello, afrontar problemas que se generan en la vida.

Es razón de ello, darle a los niños y niñas una educación emocional adecuada para que crezcan como personas competentes y felices. La educación emocional es una mezcla de enfoques y estrategias educativas que permiten desarrollar en los niños y niñas una serie de habilidades que contribuyen a que sepamos convivir en armonía con uno mismo, con los demás, y con el entorno que nos rodea. Es decir, la educación emocional es de gran valor porque “facilita y acompaña el aprendizaje en relación con el bienestar físico, emocional y mental, la autoestima, el anclaje en un espacio de confianza y libertad creativa, un sentido de responsabilidad hacia el individuo; integra la noción de inteligencias múltiples, educación activa, disciplina positiva, tolerancia, cooperación” ..., (Barquet, 2019,40).

Los padres tienen la necesidad y la obligación de dar una educación emocional adecuada a sus hijos ya que es muy importante que los niños y las niñas necesiten expresar sus emociones de forma adecuada. Es por ello, que la educación emocional esté tan relacionada con la *Disciplina Positiva* ya que, trabajando sobre estos dos pilares fundamentales, los niños y las niñas crecerán más felices, con un mayor bienestar emocional, así como capacitarles en el desarrollo de seres responsables y con el mantenimiento de una mayor autonomía, (Barquet, 2019).

#### **4.2. ¿Qué es la Disciplina Positiva?**

Para partir desde una primera base, me gustaría redactar en primer lugar, cómo funciona el cerebro del niño para así poder explicar de una manera más perceptible y comprensible el porqué del fomento y aplicación de la *Disciplina Positiva* en la educación de los niños y niñas. Pues bien, nuestro cerebro es múltiple y complejo en el que hay diferentes partes, cada una con diferentes misiones y tareas. El objetivo para avanzar y desarrollar una educación emocional altamente equilibrada es ayudar a todas estas partes a trabajar conjuntamente, es decir, a integrarlas en relación para que puedan trabajar todas juntas como un todo. Los

genes, son un pilar altamente predominante para el desarrollo de nuestra personalidad. Pero, además, de nuestros genes hay otro factor de gran dominio para el desarrollo de nuestra forma de ser, ese factor son los padres. Los padres ejercen un rol prioritario a la hora de proporcionar las bases necesarias para generar un cerebro equilibrado e integrado. Por ejemplo, los padres que ofrecen la posibilidad de diálogo e interacción de las experiencias con sus hijos tienden a disponer de un mayor repertorio de recursos para la resolución de problemas. Los padres que ponen el foco de atención e interactúan con sus hijos sobre los sentimientos de éstos, educan a hijos con una fuerte inteligencia emocional desarrollando de la misma manera, la empatía hacia las demás personas. Los padres que protegen de manera abrumada a sus hijos o hijos que no reciben atención y comprensión por parte de sus progenitores, tienden a verse cohibidos, y por ello, tienden a no poder superar la timidez. Por todo esto, vemos que los padres pueden moldear a su manera el crecimiento continuo del cerebro de su hijo según las diferentes maneras y según la educación que les aporten. Cuando un niño o niña tiene todas sus partes del cerebro bien integradas, posee de una favorable salud mental y bienestar emocional. Hay que atender por ello, al desarrollo y a la gestión emocional de los niños y niñas, es importante atender de manera directa a sus emociones, (Siegel y Payne, 2012).

Educar es un proceso que tiene por objetivo preparar a los niños y niñas para adquirir las habilidades necesarias que le permitan enseñarle a vivir y a convivir. La educación implica a aprender a ser personas viviendo y conviviendo con los demás seres humanos que tenemos a nuestro alrededor. No hay una forma válida y apropiada para ser educados de la manera más idónea, como tampoco hay una única forma de sociedad a la que pongamos de forma directa toda nuestra atención.

Sin embargo, muchas sociedades y la mayoría de las familias y educadores asocian el castigo físico y corruptivo como la única forma de poder educar a sus hijos o a sus alumnos para que de esta manera se atribuyan así reacciones y consecuencias prácticas e inmediatas en la acción negativa de sus hijos, pero esto no quiere decir que el castigo físico se vea como una vía de instrumento educativo. Porque estas acciones no educan, no crean a personas competentes y capaces de vivir en armonía en sociedad, sino que confunden de manera negativa a ambos casos. Veamos pues, algunos de los efectos negativo y contra productivos que tiene el castigo físico sobre los niños y niñas, estos son:



- Cuando utilizamos el castigo físico en un niño o a una niña, éste se bloquea de forma inmediata, impidiendo de esta forma la capacidad de plantear situaciones y resolver problemas de forma autónoma.
- El castigo provoca que los niños y niñas se inhiban por completo, dejando a un lado el desarrollo de su creatividad, aspecto muy importante para esas edades, así como la inteligencia y sus sentidos, ya que cuando un niño tiene miedo a ser castigado no se promueve en él, el desarrollo de iniciar cosas nuevas.
- La autonomía del niño o la niña se ve duramente mermada, es decir, no le permite desarrollar y crear sus propios valores, así como la incapacitación de la adquisición de normas.
- Los niños y niñas no generan sus propias iniciativas, ni interiorizan la responsabilidad que los padres quieren inculcarle, solo reaccionan y atienden de manera directa a la sanción en sí, y a las consecuencias del castigo.
- Al ser usado el castigo físico como algo normal de su día a día y como forma de educación, los niños y niñas asumen e integran las actitudes violentas como normales en su vida diaria.
- Los valores tan importantes como la paz, el respeto, la empatía hacia los demás, la tolerancia y la cooperación, se ven obstaculizados y por consiguiente inexistentes en sus vidas.
- El castigo físico siempre va de la mano del castigo emocional. La afectividad es un pilar fundamental en el crecimiento y desarrollo de un niño por lo que los “cachetes” se ponen de esta forma en tela de juicio.

Está claro, con todo lo abordado hasta ahora, que quiero defender de una manera directa la Disciplina Positiva en el que las normas son necesarias y fundamentales para el mantenimiento de una eficaz educación, pero en contraposición con el castigo físico.

Pues bien, como he dicho, las normas son fundamentales y necesarias para la crianza de los niños y niñas, ya que permiten crear límites y desarrollar la coherencia y estabilidad de la sociedad en la que vivimos. El objetivo de la Disciplina Positiva es que los niños y niñas las hagan suyas mediante un proceso crítico.

El castigo físico es contraproducente a la autonomía, a la autoestima, a la resolución de problemas, a la empatía. En definitiva, a las habilidades necesarias para la vida, ya que

mediante el castigo obliga a los niños y niñas a la sumisión, a la obediencia estricta y obliga por ello, a la dependencia total, (Save the Children, 2005).

Por ello, la Disciplina Positiva es “un modelo educativo para entender el comportamiento de los niños y niñas y la forma de abordar su actitud para guiarles en su camino siempre de forma positiva, afectiva, pero firme y respetuosa tanto para el niño como para el adulto”, (Disciplina Positiva España, 2015).

Esta metodología educativa tiene como base la comunicación, así como el amor y el entendimiento en las relaciones interpersonales, favoreciendo también, la empatía que genera disfrutar de las relaciones familiares y proporciona herramientas a las familias para que puedan entender el comportamiento y la actitud de sus hijos y reconducirlo con respeto, sin luchas de poder y siempre positiva. Este tipo de disciplina, (Durant, 2008) “se caracteriza principalmente por el NO uso de la violencia, la obtención de soluciones basadas en la comunicación y el dialogo respetuoso; favoreciendo así la autonomía de los niños y niñas a la hora de solucionar problemas”, (Rojas, Sanabria y Suárez, 2016, 26).

La *Disciplina Positiva*, propone educar a los niños y niñas de forma democrática, educando a los niños y niñas desde el respeto mutuo y la colaboración, permitiendo entre ellos la comunicación que les permitan a las familias y profesionales de la educación a entender la conducta inapropiada de los niños y niñas, es decir, una educación que no incluya el control excesivo ni la permisividad, llevando por ello, hacia el camino de enseñar a los hijos competencias necesarias y básicas para la vida. (Disciplina positiva España, 2015).

La *Disciplina Positiva* es “aquella disciplina que se basa en la comunicación y entendimiento, la cual busca proporcionar a los padres o profesionales de la educación herramientas para entender el comportamiento de los niños de diversas edades y a su vez corregir de forma afectuosa”, (Nelsen, 2007, 8).

Por ende, la Disciplina Positiva está basada en elementos y formas básicas, según lo que sostiene Adler, Dreikurs, Lott y Nelsen, (Carranza, 2016) Entre estos tenemos:

- Igualdad social: Todas las personas tenemos derecho y somos dignos a merecer el buen trato.
- Necesitamos el sentido de la comunidad.
- Los niños se comportan en base a un único objetivo: sentirse importantes y tener conexión con las personas que tiene a su alrededor.

- Detrás de cada conducta hay siempre un mensaje.
  - Tratar de educar desde el cariño, pero siempre estableciendo límites y normas.
  - Basada en el respeto mutuo.
  - No se necesita usar ni premios ni castigos.
  - Fomento de las habilidades sociales necesarias e importantes para nuestras vidas.
  - Basada en la solución de conflictos y problemas.
  - Tener el valor de entender que no somos perfectos y sentirnos bien ante ello.
- (Carranza, 2016).

En definitiva, la *Disciplina Positiva* trata de que los niños y niñas consigan una estructura adecuada y eficaz adoptada por unos límites, asumiendo las responsabilidades necesarias que acarrea una mala conducta, pero ni si quiera cuando nosotros los adultos imponemos esos límites, no debemos dejar de divertirnos y pasar ratos agradables con nuestros hijos. Cuanto mejor se lo pasen con la propia familia, cuanto más disfruten de sus relaciones familiares, más querrán y necesitarán experiencias sanas y positivas en el futuro, (Siegel y Payne, 2012).

“Cuando educamos a través de la Disciplina Positiva, abrimos nuestra mente a nuevas y beneficiosas formas de crianza para nuestros hijos. Rompemos con las creencias de que educar en el autoritarismo es lo mejor, damos al niño libertad de expresión. Le permitimos crecer en un hogar donde existe el diálogo abierto y el respeto, donde no tiene cabida el castigo físico”, (Ruiz, 2016).

### **4.3. Los orígenes de la *Disciplina Positiva*.**

La *Disciplina Positiva* surgió como un método educativo alternativo a la educación tradicional instaurada hasta el momento, dando la oportunidad a familias y profesionales de la educación a utilizar otra forma de educar como alternativa a la disciplina punitiva o permisiva.

Cuando se hablaba del término de Disciplina, se atribuía a un concepto ligado a autoridad, poder y mando en el que las leyes se imponían estrictamente sin capacidad u oportunidad de diálogo. Pero este término en la actualidad y gracias a los estudios avalados, va mucho

más allá, reivindicando por completo este término, asociándolo como un proceso esencial para la transformación del niño como persona, Nelsen, (2002) en Feléz, (2015, 29).

“La palabra “Disciplina” procede directamente del latín *disciplina*, que se utilizaba en el Siglo XI con referencia a enseñar, aprender y dar instrucciones. Así pues, desde sus inicios, “disciplina” ha estado relacionado con la enseñanza”, (Siegel y Payne, 2015, 8).

La raíz de <<disciplina>> deriva de la palabra *discipulus*, que significa <<alumno>>, <<pupilo>> y <<educando>>. “Un discípulo, aquel que recibe disciplina, no es un prisionero ni un destinatario de castigo, sino alguien que aprende a través de la instrucción. El castigo acaso interrumpa una conducta a corto plazo, pero la enseñanza ofrece capacidades para toda la vida”. (Siegel y Payne, 2015, 9).

Es una metodología que tiene sus orígenes en los años 20 basado en las ideas de Alfred Adler<sup>1</sup>, psiquiatra infantil, junto con el psiquiatra y educador Rudolph Dreikurs<sup>2</sup>. Pero es a partir de los años 80, de la mano de dos terapeutas americanas, Jane Nelsen y Lynn Lott, cuando se sistematizó, experimentó y se comprobó hasta el momento actual, el beneficio de esta manera de educar. (Disciplina positiva España, 2015).

Siguiendo con Marián Cobelas (2019) en su blog “La Revolución de las Mariposas” nos señala que la Disciplina Positiva nace alrededor de unos 30 años. Uno de los autores principales en desarrollar y llevar a cabo esta metodología educativa es Alfred Adler (1870-1937), cuyos estudios se remontan a la Psicología Individual y que más tarde continuó desarrollando esta metodología el psiquiatra y educador norteamericano R. Dreikurs allá por los años 20. Continuando con el paso de los años, allá por los años 80, tal y como se conoce hoy este término, se difunde de la mano de 2 investigadoras y terapeutas americanas, la Dra. Jane Nelse y Lynn Lott, donde desarrollaron y fundaron la “Positive Discipline Association” y quienes diseñaron dos programas a través de una serie de herramientas educativas. Estos dos programas iban dirigidos, por un lado, al desarrollo íntegro de las familias, y, por otro lado, programas que iban dirigidos directamente para trabajar de manera directa en las aulas, denominados “Positive Discipline”. Este método

---

<sup>1</sup> Alfred Adler (1870-1937). Médico y terapeuta austriaco, famoso por fundar la escuela de pensamiento conocida como psicología individual. Bajo el concepto de sentimiento de comunidad donde la persona se sienta aceptada y apreciada al sentirse igual a los demás.

<sup>2</sup> Rudolf Dreikurs (1897-1972). Psiquiatra vienés, era el director de uno de los centros de terapia familiar en Viena que utilizaba los métodos de Adler con familias y escuelas. Dreikurs fue una de las primeras personas en reconocer los beneficios de las terapias grupales. Incasable promotor de las relaciones basadas en el respeto mutuo tanto en el hogar como en la escuela.

educativo ha generado tanta importancia y admiración que se ha puesto en práctica en más de 60 países de América, Europa y Asia entre otros.

Como nos señala Ursula Oberst, Virgili Ibarz y Ramón León, (2004), y centrándonos como he dicho anteriormente en una primera instancia en unos de los autores principales en desarrollar y llevar a cabo esta metodología educativa en Disciplina Positiva por Alfred Adler (1870-1937), en sus estudios en psicología individual. Adler introdujo una nueva idea de educación para padres en 1920. Desarrolló la idea de tratar a los niños y niñas con respeto y cariño, pero a la vez educándolos con firmeza para no llegar a consentirlos y sobreproteger. (Disciplina positiva España, 20015). Este autor nos plantea que solo en comunidad y, por ende, en relación con los demás, el individuo se convierte en persona. Se ha de añadir que, en la concepción adleriana, la comunidad constituye el marco ético para la valoración de un acto humano. La comunidad establece normas y exigencias que sirven de referencia para el individuo. Por consiguiente, y siguiendo con Alfred Adler, quién nos señala que hay que afrontar y solucionar los problemas que nos va planteando la vida, pero de manera que no arrollemos como si fuera un tren de mercancías el bienestar íntegro de las personas.

Pues bien, Adler destacó tres tipos de educación inadecuada: la educación demasiado autoritaria, en la cual destaca que los niños y niñas no llegan a sentirse aceptados y apreciados, la educación demasiado consentidora y la educación sobreprotectora.

En la educación autoritaria, los niños no se sienten competentes y por ello, no tienen una clara autoestima, más bien, se dirige la educación a niños y niñas que se sienten humillados e impotentes, donde les impide crecer con una personalidad firme y estable. En cuanto a la educación demasiado consentidora, el niño no aprende a respetar a los demás, no asume el legado que concierne la empatía de ponerse en el lugar del otro y vive por ello, centrado en un egoísmo absoluto. Por otra parte, la educación demasiado protectora se tiende a educar a niños y niñas en la máxima y estricta protección, dónde no se les da las alas necesarias para crecer y desarrollar una firme personalidad, en el que el niño no aprende a valerse por sí mismo y donde su capacidad para resolver problemas y enfrentarse a ellos se ve estrictamente mermada.

En este caso, como nos señala Adler, el niño o la niña mimado por la madre, se negará en rotundo a ampliar y aflorar sus sentimientos de pertenencia a la comunidad. “Carente del sentimiento de comunidad que dichos problemas requieren, experimentará ante ellos una

reacción catastrófica que, en caso leves, dificultará pasajeramente su solución y, en casos graves, la impedirá un modo permanente”, (Adler, 2004, 21).

Adler, es concluyente cuando afirma que la persona que combate en cierto modo por conseguir sus propósitos a costa de los demás, no conseguirá el bienestar y las habilidades necesarias para la vida. El sentimiento de pertenencia a la comunidad nos lleva a atender y a velar por las personas que nos rodean. Cuando un niño se niega a participar en el buen funcionamiento y desarrollo de la familia, que no trata de contribuir a la mejora de las relaciones familiares, encontrará en la sociedad serios conflictos para madurar y superar los retos de la vida.

Por esa razón, si las familias intentan educar a sus hijos desde la más estricta protección, contribuyendo de esa forma a que no respete a los demás miembros de la familia y a no llevar a cabo una cooperación, estamos generando a que la aparición del sentimiento de comunidad no se desarrolle. Adler nos señala que desde el principio de la vida vamos generando de manera ininterrumpida comportamientos que serán la base de comportamientos futuros. Hay que educar desde la base, ya que el estilo de vida de un niño está constituido desde la edad temprana, (Adpe España, 2016).

Más tarde, y siguiendo con el psiquiatra y educador norteamericano Rudolf Dreikurs, en el que desarrolló y describió los principios de la llamada “Educación Democrática”, que significó un cambio importante en la educación de los niños ya que antes la educación se basaba en la imposición rigurosa de los adultos sobre los niños (Carranza, 2016). Dreikurs, citaba textualmente: “pretendo enseñar a padres y maestros caminos educativos entre la Escala del autoritarismo y permisividad” (Oberst, Ibarz, León, 2004,38). Tanto los niños que hacen lo que realmente quieren como los niños con padres estrictamente autoritarios se sienten inundados de seres inferiores. Y como el sentimiento de inferioridad es un sentimiento desgarrador y difícil de adquirir, las familias tienden no solo a igualarlo, sino que incluso a sobre igualarlo: “el que se siente excluido, quiere incluirse aún a costa de excluir a los demás; el que se siente humillado quiere vengarse, y el que en toda su infancia ha visto satisfechos todos sus caprichos, de adulto necesita esclavos a su lado para mantener su sentido de importancia y poder”,(Oberst, Ibarz, León, 2004, 38).

Adler, también se señaló a favor de promover la “educación democrática”, basándose en el respeto mutuo, en el que los niños son tratados de la misma manera y tolerancia que un

adulto, llevándolos hacia el camino de comunidad con una educación valiosa y eficiente, sin despreciar y sin avergonzar al niño mediante una educación autoritaria ni ofreciendo y proporcionado todos sus caprichos. (Oberst, Ibarz, León, 2004,40). Adler decía: “El que ha sido educado para la vida en común sabrá ganarse amigos fácilmente”. “En su vida social será impulsado por la buena voluntad, pero sabrá también alzar su voz contra las personas peligrosas para la sociedad”, (Adler, 2004, 26).

Siguiendo en la línea, y como he señalado anteriormente, la *Disciplina Positiva* sigue su desarrollo, instaurándose por completo en los años 80 de la mano de Jane Nelsen<sup>3</sup> y Lynn Lott, cuyos principios de Disciplina Positiva se conforman en una filosofía educativa basada en el respeto mutuo entre niños, padres y educadores, cuyo fin es guiar y ayudar de la manera más eficaz al desarrollo integral de los hijos contribuyendo, por esta razón, a crear personas felices y promoviendo actitudes positivas, (Nelsen, Lott y Glenn, 2008).

Para Nelsen, una de las maneras con la que podemos demostrar el amor que sentimos a nuestros hijos es atribuyéndoles responsabilidades y confiando íntegramente en ellos, de esta forma miraran al mundo pensando que “amar” no significa solo que los demás deben cuidar del otro, ni que la base del amor es exigir a la otra persona todo lo que necesite uno mismo. Para Nelsen el principio más importante de la Disciplina Positiva es el “aliento”, y el “dar ánimo”. Para ella, hay muchas maneras de alentar y que no siempre es con el vínculo del amor. En algunas ocasiones de nuestras vidas, nos sentimos desmotivadas o triste por algún acontecimiento al que no nos vemos capacitados de conseguir con mayor dominio, así pues, el hecho de tener delante a una persona que te diga “confío en ti, sé que podrás lidiar con todo esto” puede resultar de gran ayuda y bastante alentador, ([www.disciplinapositivaespana.com](http://www.disciplinapositivaespana.com))<sup>4</sup>.

Por último, me gustaría añadir, como he reflejado anteriormente de la mano de estos autores que hoy en día, gran parte de la población relacionan este término de “disciplina” exclusivamente al castigo o correctivos, pero el término va mucho más allá y es que el objetivo global del término “disciplina” es educar a los niños y niñas sin usar el castigo físico y humillante y dejar a un lado las recompensas añadidas.

---

<sup>3</sup> Jane Nelsen. Terapeuta familiar y de pareja. Doctora en Educación. Autora del libro *Disciplina Positiva (Cómo Educar con Firmeza y Cariño a la vez)* y co-autora de más de 20 libros sobre crianza y educación. Co-creadora del programa de *Disciplina Positiva para padres y maestros*. Es además Co-fundadora de la *Positive Discipline Association*. Madre de 7 hijos y abuela de 20 nietos. Las citas de sus libros son tomadas constantemente en revistas de padres y educación.

<sup>4</sup> Asociación Disciplina Positiva España. En el año 2015 se crea esta asociación sin ánimo de lucro, con el objetivo de fomentar y apoyar la difusión de este programa educativo que ha demostrado realmente eficaz para mejorar las relaciones entre padres e hijos

#### 4.4. Beneficios de la Disciplina Positiva.

Una vez hablado de los orígenes de la *Disciplina Positiva* así como la aclaración de por qué se ha llegado y optado a la conclusión de este término, me gustaría empezar a hablar sobre los beneficios de esta metodología educativa ya que me complace destacar, como desarrollan Daniel J. Siegel y Tina Payne Bryson en su libro “Disciplina sin lágrimas” que las familias y educadores de la educación “comiencen a considerar la disciplina como una de las aportaciones más afectuosas y educativas que podemos brindar a los niños”, (Siegel y Payne, 2015, .9).

Siguiendo en la línea de estos dos autores “la disciplina efectiva se propone dos objetivos principales. El primero es, de una manera eficaz que los niños y niñas cooperen y hagan lo correcto, por ello, significa que no solo estamos interrumpiendo una mala conducta o favoreciendo otra buena, sino también enseñando habilidades y alimentando, en el cerebro de los niños, las conexiones que les ayudarán a tomar mejores decisiones y a desenvolverse bien en el futuro”, (Siegel y Payne, 2015,10). Es decir, en un primer propósito a conseguir en la *Disciplina Positiva* cuando se habla de que los niños y niñas cooperen y hagan lo correcto, se está refiriendo a que los niños y las niñas lleguen a realizar acciones positivas o adecuadas en actividades sencillas, como por ejemplo recoger sus juguetes, o si el niño es un poco más grande, poner la mesa o recoger su cuarto,... “Definitivamente para un adulto estas actividades que siempre se le están haciendo recordar al niño ya que piensan que son incapaces de hacerlo solos”. (Chavez, Damian, Leyva y Rojas, 2019, 32).

En otras palabras, tal y como nos indica estos dos autores en su libro “Disciplina sin lágrimas” estamos ayudando a los niños y niñas a entender de una manera adecuada y positiva cómo poder gestionar sus emociones, controlar sus impulsos, trabajar la empatía poniéndonos en el lugar del otro, saber tomar decisiones y saber y afrontar problemas de una forma adecuada. Con esta forma de educar a los niños y niñas, estamos ayudándoles a que crezcan como individuos, impidiendo de esta forma, que no les invada el egoísmo y la frustración, donde prime la empatía, la autoestima, la autonomía, la crítica positiva. En definitiva y sin más índole, con todo ello lograremos que sean mejores seres humanos, (Siegel y Payne, 2015).



Pero hay un segundo objetivo fundamental y necesario: Anteriormente he hablado de que la cooperación es un objetivo indispensable que se consigue, por consiguiente, en un corto periodo de tiempo, el segundo objetivo va más allá, y tiene sus efectos en un largo periodo de tiempo. Se orienta en enseñar a los niños y niñas a desarrollar habilidades que hagan posible el control de las emociones negativas que puedan hacerles perder los papeles en momentos o situaciones desagradables. Se trata por ello, de la adquisición de destrezas o habilidades que no solo le funcionen en el momento inmediato, sino que también les ayudan a usarlas en muchas otras situaciones de la vida. Es decir, tiene que ver con el autocontrol, de forma que, el niño sea capaz de autorregularse a sí mismo y afrontar la situación desagradable que le genera esa conducta, siendo de esta forma, responsable y prudente ante la situación encontrada. Este objetivo, se relaciona con ayudar a los niños y niñas a desarrollarse como personas tolerantes, íntegras y justas para llegar a establecer una vida plena y satisfactoria, (Siegel y Payne, 2015,10).

Por esta razón, sin formas punitivas y sin la utilización de premios como medidas acordadas tras ciertas situaciones, sí se puede educar. Por eso, aunque el camino sea un proceso largo y con metas a largo tiempo, merece la pena seguir. De esta forma, los niños y las niñas en un futuro serán capaces de tomar las determinaciones más adecuadas, desarrollándose como seres autónomos para que puedan resolver por ellos mismos situaciones dadas a lo largo de la vida. Somos seres humanos, por lo que los errores son parte de nuestro aprendizaje, si por cometer ciertas equivocaciones usamos el castigo físico, no provocamos que asuman responsabilidad ante esa situación, sino todo lo contrario, hacemos que les invada el sentimiento de culpa, con lo cual no estaremos consiguiendo las formas adecuadas. Y si le premiamos ante ciertos comportamientos positivos, lo que hacemos es un chantaje que llevará a realizar un comportamiento positivo dependiendo de si hay o no recompensas, (Ruiz, 2016).

La forma de actuar de los adultos que usan disciplina positiva es favorable para el buen desarrollo y crecimiento de los niños y niñas porque éstos, adquieren una serie de enseñanzas beneficiosas para crecer como personas en autodisciplina, en responsabilidad, en cooperación y en la solución de problemas. En definitiva, lo que busca la disciplina positiva es el respeto mutuo tanto en padres como en hijos y una mayor cooperación.

Los padres que educan con respeto, favoreciendo las relaciones y comunicaciones interpersonales, favoreciendo de esta manera el diálogo, la comunicación y la escucha

activa así, como también mantienen y educan a través del empleo de límites claros y un alto compromiso estableciendo normas, contribuyen al buen desarrollo equilibrado de sus hijos. Gracias a ello, los niños son más felices, se meten en menos líos y disfrutan más de relaciones sanas y positivas, (Siegel y Payne, 2015).

Los talleres de *Disciplina Positiva* para familias y profesionales de la educación están enfocados a desarrollar y generar relaciones de respeto mutuo entre ambos. La Disciplina Positiva enseña a los adultos a intercambiar en ambas partes la amabilidad y la firmeza al mismo tiempo, y que tiene por objetivo lograr una educación sin firmeza ni permisividad. (Félez, 2015/2016). Por esta razón fundamental, y dado la importante que resulta atender qué hay detrás de la conducta, Jane Nelsen y Lynn Lott recogen 5 criterios de la *Disciplina Positiva* en su libro “Cómo educar con firmeza y cariño” y crean un conjunto de 52 herramientas que cumplen a la perfección con los mismos. Estos son los siguientes:

Es amable y firme, por lo que se complementan ambos términos al mismo tiempo (es decir, no solo se basa y atiende a las necesidades de los niños y las niñas, sino que también se basa en las necesidades de los adultos). Esto quiere decir, que se consolida en una metodología guiada desde la firmeza y la amabilidad, creando por ello, a padres basados en el estilo democrático, donde se atiende a las necesidades de ambos sin caer exclusivamente en el error de atender a una sola parte, por lo que ayuda a contribuir y a generar en una educación basada en el equilibrio mutuo.

Se educa y, por tanto, se obtienen los beneficios a largo plazo. No se centra y atiende solo a la conducta en sí provocada por el niño, sino que dirige el interés o focaliza la atención en la raíz del “problema” por lo que desde luego que NO hay que pensar que es un milagro que va a tener efectos inmediatos, para acabar con comportamientos indeseados de hoy para mañana, pero SÍ ayuda y trabaja a que el aprendizaje sea efectivo y tenga sus beneficios a largo plazo y, sobre todo, a que los niños sean capaces de desarrollarlos e integrarlo en sus vidas no por miedo a las repercusiones que puedan tener, como sí ocurre con los premios o los castigos que solo atienden a la conducta en sí misma.

Ayuda y contribuye a que los niños se sientan importantes y, por ello, adquieran valor e integren en sus vidas el sentimiento de pertenencia, valía e importancia. Es decir, todas las personas desde que vamos teniendo la capacidad oportuna para interactuar con los demás y para comprender las cosas, necesitamos sentirnos importantes y adquirir reconocimiento dentro de la sociedad, sentir que pertenecemos a nuestro grupo de

referencia, (al hablar de la infancia, el grupo de pertenencia que tienen los niños y las niñas es la familia). Por lo tanto, la creación de límites y corrección, son aspectos esenciales para que los niños puedan crecer en un ambiente eficaz, para que así puedan crecer seguros de sí mismo y con una alta autoestima. Pero añadir, que para que esto ocurra de forma favorable y satisfactoria, ante debemos conectar con ellos y, por consiguiente, también con nosotros mismos, para que los límites puedan generarse de forma respetuosa y, por tanto, de manera educativa.

La *Disciplina Positiva* no solo ayuda a crear y generar una educación favorable educando desde la firmeza y la amabilidad, sino que, además, enseña grandes habilidades importantes y necesarias para la vida y, por ende, para el crecimiento como personas. La forma en la que educamos en base a la Disciplina Positiva ayuda a que los niños desde edades tempranas desarrollen competencias socioemocionales fundamentales y básicas para su crecimiento personal como pueden ser: la comunicación basada en el respeto mutuo, la colaboración, la resolución efectiva de conflictos generados, la empatía, la responsabilidad, etc.

Esta metodología educativa provoca que los niños y las niñas desarrollen sus capacidades y, por tanto, sean conscientes de ellas. Logra que los niños y las niñas se sientan productivos y valiosos, es decir, empodera a las personas ya que les aporta y proporciona una serie de herramientas útiles para relacionarnos e interactuar de forma respetuosa con nosotros mismos y con los demás, (Marian Cobelas, 2019).

La *Disciplina Positiva*, cultiva y edifica el cerebro del niño, ayuda a construir y desarrollar de manera equilibrada su cerebro. Consolida y refuerza las conexiones neuronales. La forma con la que nos comunicamos con los hijos, la forma con la que interactuamos con ellos cuando están ante situaciones negativas, inciden de manera directa al desarrollo de su cerebro, y por tanto a la formación de la propia personalidad que les conciernen. La comunicación eficaz es la base de una buena educación y por ello, del desarrollo de una apropiada y proporcionada personalidad.

Por ejemplo, cuando animamos a los hijos a atender a los sentimientos de los demás, a ponerse en el lugar del otro, su personalidad se vuelve más empática.

Cuando en vez de decirle al niño o imponer cómo debe comportarse y le dejamos a él tomar las decisiones adecuadas, su personalidad se ve reforzada y tendrá la capacidad de ser más responsable a la hora de la toma de decisiones.

Lo que se intenta decir con todo esto es, que los niños y niñas por sí mismos sepan gestionar los diferentes momentos o situaciones de la vida tomando caminos positivos y productivos. El objetivo de la *Disciplina Positiva* es llegar a lograr a largo plazo que los niños y niñas tengan en cuenta los sentimientos de los demás, tengan la capacidad de ponerse en el lugar de los otros y logren resolver problemas o tomar decisiones complicadas, aunque sientan la incitación o el empuje de hacer las cosas de otra manera. Permite a los niños y niñas gestionar y dominar sus emociones, ser conscientes de su autocontrol, de la moralidad, la percepción personal. Para la buena convivencia con las demás personas, (Siegel y Payne, 2015).

## 5. DISEÑO

La propuesta de intervención que voy a describir y desarrollar a continuación surge de la idea de investigar sobre algún tema digamos poco “trabajado” como profesional de la psicopedagogía. Tenía en cierto modo claro sobre qué camino elegir, trabajando por ello, en temas que realmente me gustan y me motivan como es el desarrollo de la autonomía, la autoestima, la empatía.... Temas fundamentales y necesarios, o al menos para mí, para el desarrollo pleno en la vida de las personas. Investigando en internet y tras varios días enredada en sus páginas, me topé con el concepto de *Disciplina Positiva*. La verdad, que en un primer encuentro no tenía ni idea a qué se refería con el concepto “Disciplina” (algo que, para mí, en un primer momento, lo extrapolaba a conceptos como rigidez, normas, autoritarismo, ...) y el término “Positiva”, algo, totalmente paralelo al concepto de disciplina, por ello, he de decir, que me llamaba mucho la atención. Al investigar como digo por internet, pude contemplar que era un concepto totalmente diferente al que yo tenía en un primero momento asociado en mi cabeza. Este concepto iba más allá, trabaja aspectos, como he dicho, tan importantes para mí en la vida de los niños como el autoconcepto, la autoestima, la convivencia, educación, familia, el respeto, .... En el que no solo nos centramos en los niños y niñas, sino, que además trabajamos con los padres, madres y profesionales de la educación.

Pues bien, además de investigar y documentarme en este tema, también pude observar que se impartían varios de estos talleres por todo el ámbito nacional, incluso por todo el mundo, ya que este concepto surgió en América.

Como digo, se impartían muchos talleres por todo el territorio nacional, tanto en colegios para profesionales de la educación como para familias y tuve la suerte, que en Segovia se impartía un taller de iniciación a la Disciplina Positiva. Pues bien, este concepto trata de dar las herramientas necesarias a las familias y profesionales de la educación a entender a los niños y las niñas en determinadas situaciones, dando por ello, al entendimiento entre ambos para así lograr una transformación personal y que los niños y niñas puedan adquirir y desarrollar en un futuro las habilidades necesarias para ser competentes en un futuro.

En todo el proceso para el estudio de mi tema elegido, además de encontrar la información pertinente en internet sobre todo en blogs que avalan este tema y con el taller a que pude asistir, también he contado con la gran suerte de que me ayudara con este tema la instructora que impartía el taller. Ella, también, me ha proporcionado toda la documentación e información pertinente que necesitaba para elaborar este tema, aportando así sus conocimientos con los libros y páginas con las que me podía documentar de manera efectiva.

La propuesta de intervención, que a continuación voy a describir y desarrollar consta de diecisiete actividades, todas trabajadas de manera interactiva y dinámica para poder llegar a entender el concepto de la forma más eficaz posible. He intentado hacer una propuesta de intervención concisa y a la vez productiva, intentando por ello, establecer unas bases adecuadas para entender y trabajar sobre la Disciplina Positiva.

Pues bien, los objetivos que desarrollo y establezco a continuación he querido que sean los más prácticos posibles, intentando en todo momento que las familias y profesionales de la educación salga del taller con conceptos básicos y claros, no queriendo en ningún momento sobrecargar las sesiones con demasiada información que a veces solo sirve para confundir o aturdir a los participantes. Dicho esto, las diferentes sesiones que desarrollo en el taller son sesiones que tienen parte de teoría y parte práctica. El objetivo global del taller es que las familias y profesionales se lleven a su casa una “gran caja de herramientas” fundamentales y necesarias para establecer con sus hijos e hijas una educación de la manera más eficaz y adecuada posible. Quería con este taller, que los

participantes tuvieran constancia de las actuaciones que pueden presentar ante ciertos comportamientos de los niños y las niñas que no son adecuadas o no pueden llegar a ser del todo efectiva para llevar así a redirigir completamente el modo en el que se educa.

En esencia, he querido hacer un estudio de mi tema elegido para ayudar a todos esos padres, madres y profesionales de la educación a buscar esas herramientas adecuadas para poder educar adecuadamente y a la vez conseguir que esos niños y niñas puedan crecer como persona desde una transformación personal.

Por tanto, ese ha sido el eje clave del proceso para el estudio de mi tema elegido en *Disciplina Positiva*, en el que he intentado sacar toda la información pertinente documentándome y asistiendo a talleres para sacar las ideas más importantes y poder generar un trabajo de Fin de Máster apropiada a los contenidos que se nos exigen.

## **6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA FAMILIAS Y PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN.**

La presente propuesta de intervención se llevará a cabo y se desarrollará a través de talleres interactivos y dinámicos en *Disciplina Positiva* para familias y profesionales de la educación.

### **6.1. ¿A quién va dirigido los talleres de Disciplina Positiva?**

Los talleres de *Disciplina Positiva* están destinados a la población adulta, más concretamente, se orientan para familias y profesionales de la educación. Se trata de conseguir con estos talleres es que, las familias traten de adquirir una serie de herramientas útiles, de forma que les capacite para elegir el camino de ponerse en el lugar de los niños y niñas, es decir, ver a los niños desde el punto de vista de una transformación personal. Se busca así, herramientas necesarias para poder mirar con una lupa las fortalezas y necesidades que se esconden bajo el interior de sus hijos. De esta manera, se ayuda a padres y madres a desarrollar habilidades sociales para relacionarse buscando la cooperación y el compromiso de los hijos bajo una atmósfera de amabilidad, pero al mismo tiempo de firmeza. Los talleres de Disciplina Positiva fomentan y proporciona

relaciones positivas y adecuadas en los hogares, la escuela y la comunidad, a través de la comunicación adecuada y el respeto mutuo.

Con la realización y puesta en práctica de estos talleres, los participantes aprenderán a aplicar los principios, las estrategias y herramientas necesarias de la Disciplina Positiva. También obtendrán una comprensión más profunda de cómo es el cerebro del niño y por tanto de cómo van adquiriendo los aprendizajes y el modo en el que gestionan y controlan sus emociones. También, a través del desarrollo de estos talleres, aprenderán la importancia de la autonomía y el aprendizaje social y emocional.

El taller que propongo a continuación hará que las familias se replanteen muchas cuestiones: ¿Qué tipo de educación estamos dando a nuestros hijos?, ¿Cómo afrontamos y actuamos ante una rabieta?, ¿Son adecuadas las formas?, ¿qué límites y qué consecuencias fijamos cuando se traspasan dichos límites? ¿en qué clase de padres nos podríamos catalogar?, ¿Estamos satisfechos al actuar de esa manera?, ¿cómo podemos resolver esos conflictos? Pues bien, estas son algunas de las preguntas y cuestiones que se podrá abordar al realizar los talleres en Disciplina Positiva.

Mi propuesta de intervención la he llevado a cabo a través de un taller de iniciación en Disciplina Positiva, donde se tendrá un primer contacto con esta metodología educativa para asentar las bases de dicha propuesta y que el objetivo principal sea lograr una educación donde se comprometa y se desee lograr que los niños y las niñas se conviertan en adultos responsables, autónomos, con criterios e independientes.

Por último, he de añadir que se partirá de las experiencias y conocimientos previos de los participantes que asistan a dicho taller, así como asegurar una participación activa y dinámica. Se llevará a cabo el taller y se profundizará en los temas a tratar de acuerdo con los intereses del grupo. (Moya, 2020).

## **6.2. Contextualización.**

El taller de iniciación a la *Disciplina Positiva* se realizará en una localidad a escasos kilómetros de la capital Cacereña. La localidad cuenta con un censo de 4.114 habitantes en la actualidad; su término municipal abarca 33,7 km cuadrados.

La actividad económica gira en torno al sector servicio fundamentalmente, siendo la construcción y la hostelería quienes generan mayor número de empleos. No es de

despreciar el importante grupo de funcionarios de las distintas administraciones; también habría que destacar otro núcleo de población activa que, aunque reside en la localidad, sin embargo, sus puestos de trabajo están ubicados en la cercana capital, suelen ser empleados de la banca, agentes comerciales, trabajadores de la industria y de la construcción. Deben tenerse en cuenta también, las aportaciones que incorporan a la economía doméstica, y su repercusión en la economía local, un considerable número de mujeres trabajadoras que realizan tareas domésticas a domicilio en la ciudad, retribuidas por hora de trabajo, contribuyendo a mejorar el poder adquisitivo familiar. La agricultura y la ganadería han pasado a ocupar un segundo plano con respecto a las actividades económicas principales. En cuanto a la industria, cuenta con pequeñas instalaciones de materiales de construcción, alimentación, muebles y maquinaria agrícola.

Social y culturalmente, la localidad cuenta con una completa red de servicios de base. Hay un asistente social, pisos tutelados y una fundación sin ánimo de lucro y una asociación de voluntariado de la misma zona. Esta localidad, cuenta con dos centros educativos. En uno de estos centros se imparten enseñanzas de carácter público de Educación Infantil y Educación Primaria. El otro centro de carácter también público en el que se imparten los dos ciclos de la E.S.O.

Según una encuesta realizada con las distintas familias que rigen esta localidad y los profesionales que trabajan en estos centros educativos, se ha llevado a cabo en colaboración con el ayuntamiento de esta localidad, un programa de intervención para favorecer la *Disciplina Positiva* en familias y profesionales de la educación. Este programa cuenta en primer lugar, con un taller de iniciación a la *Disciplina Positiva* que se llevará a cabo los fines de semana en el centro cultural de la localidad. Recuperado de <https://www.malpartidadecaceres.es/datos-geograficos/>.

### **6.3. Objetivos y contenidos de los talleres.**

Todos los participantes que asistan a los talleres en Disciplina Positiva podrán:

- Crear un ambiente agradable y de confianza.
- No sobrecargar a los participantes con demasiada información para que de esta forma se lleve a cabo un taller dinámico y productivo.
- Conocer los beneficios que nos aporta la Disciplina Positiva y el modelo surgido por Alfred Adler e integrarlos e interiorizarlos a la vida personal y profesional.



- Conocer las herramientas y materiales necesarios para llevar a cabo una educación basada en la amabilidad y firmeza al mismo tiempo, olvidando por completo el uso de castigo y recompensas.
- Elaborar y adquirir una gran caja de herramientas que ayuden al camino de una educación eficaz.
- Saber gestionar las emociones y situaciones en momentos de alarma con los niños y niñas.
- Aprender a usar los conocimientos y materiales para el trabajo individual en familia o en clase.
- Interiorizar y desarrollar, así como poner en práctica todos los ejercicios que se imparten en el taller para que de esta forma se ayude a los padres y profesionales del ámbito educativo a ir más allá para que de esta forma puedan responder de una manera más eficaz y positiva a la educación de los niños y niñas.

En cuánto los contenidos que se van a llevar a cabo en la realización de estos talleres, podemos encontrar:

- Autores más relevantes en Disciplina Positiva.
- Beneficios que nos puede aportar esta metodología educativa.
- Necesidades y sensaciones que podemos encontrar en los niños.
- Distintos tipos de padres: autoritarios, permisivos y democráticos.
- Inconvenientes y ventajas de ser firmes o amables con los niños y las niñas.
- Habilidades que queremos llevar a cabo en un futuro con los niños y las niñas.
- Reacciones que llevamos a cabo ante las respuestas a los conflictos ocasionados.
- El autocuidado.
- Instrumentos y herramientas de la Disciplina Positiva.

#### **6.4. Secuenciación y temporalización.**

Este taller de “iniciación a la Disciplina Positiva” tendrán una duración de tres horas. Como he dicho anteriormente, se trata de que los talleres sean dinámicos y activos, donde el principal protagonismo sea adquirido por los participantes que asisten a dicho taller, aunque se desarrollará una pequeña parte de teoría breve y concisa para abordar el concepto de Disciplina Positiva y saber por ende de donde partimos.

El taller se desarrollará el fin de semana, más concretamente el domingo, en horario de mañana (se ha elegido este horario ya que la mayoría de las familias y educadores que asisten al taller les he mucho más accesible en ese día por no ser un día laborable).

En cuanto al taller se iniciará a las 10:00 hasta las 13:00 horas. En mitad del taller, se llevará a cabo un periodo de descanso.

### **6.5. Metodología.**

La metodología que se llevará a cabo en estos talleres, como he dicho anteriormente, será sobre todo dinámica y participativa, siendo las familias y educadores los pilares principales para la elaboración de todas las actividades que se llevarán a cabo, donde se proporcionen las herramientas necesarias para que descubran sus propios recursos a la hora de resolver situaciones negativas o conflictivas con sus hijos e hijas o alumnos/as.

Mi papel será el de guía de todas las actividades que se llevaran a cabo en el taller, así como la instructora de proporcionar la teoría y el conocimiento adecuado en el que se basa el método de Disciplina Positiva.

Lo que quiero lograr con estos talleres, es que las familias y profesionales se pongan en el lugar de los niños y lograr adentrarnos en las situaciones conflictivas en las que se ven reflejados para llegar de esta manera, al entendimiento de estos problemas ocasionados, así como fomentar el razonamiento ante estas situaciones. Un taller para familias y educadores donde no dan nada por hecho y son capaces de evolucionar y a estar dispuestos a favorecer el desarrollo y la maduración de sus hijos. Por tanto, la modalidad de funcionamientos de estos talleres estará basada en actividades dinámicas y productivas.

Por último, el lugar escogido para la realización del taller será un lugar con buena ventilación e iluminación, así como que sea accesible y conocido por todos los participantes que asisten a dicho taller. El lugar escogido será estudiado previamente para que permita ser un espacio acogedor, abierto y amplio para que dé acceso a trabajar de manera cómoda y pueda permitir crear grupos pequeños para la realización de todas las actividades que se proponen.

## 6.6. Materiales.

Los materiales con los que podemos contar en el taller de iniciación a la *Disciplina Positiva* son materiales muy básicos y sencillos. Entre ellos, encontramos:

- Cartulinas de colores.
- Folios blancos.
- Folios de colores.
- Rotafolio (Panel usado en exposiciones orales a modo de encerado formado por hojas grandes de papel en un soporte sobre un caballete), (RAE, 2020).
- Rotuladores y bolígrafos de colores.
- Post-it.
- Pelota pequeña.

## 6.7. Estructura de las actividades que se realizan en el taller de iniciación a la Disciplina Positiva.

El siguiente taller, lleva a conocer el concepto, beneficios y las herramientas necesarias para abordar la Disciplina Positiva.

Las actividades se estructuran en dos bloques: Actividades más prácticas y, por tanto, permiten una mayor participación de los asistentes que acuden al taller y una parte teórica. Esta última será con conocimientos breves y sintetizados para que de esta manera se pueda llevar a cabo un enfoque práctico.

El taller estará compuesto por tres fases: Una primera fase inicial, que tiene por objeto una primera toma de contacto con los participantes que asisten al taller por ello, tiene como finalidad orientar y motivar a los participantes, crear un ambiente de confianza. Por tanto, se realizará una bienvenida y presentación tanto por parte de la instructora del taller como de los participantes. También, en esta fase inicial se expondrá la forma de llevar a cabo dicho taller y las distintas actividades que vamos a abordar, así, como los tiempos con los que podremos contar y las expectativas que se quiere lograr y conseguir.

Una segunda fase de desarrollo, que tiene por objeto el desarrollo de la propuesta del taller en sí, con todas las actividades y dinámicas abordadas y desarrolladas, es decir, trabajar el concepto que nos concierne y aplicarlo, desarrollarlo y trabajarlo con los participantes.

Y por último una fase final que tiene por objeto la conclusión y evaluación de dicho taller, así como las opiniones, puntos de vista o experiencias que los participantes se llevan tras el desarrollo y puesta en práctica de éste.

## 6.8. Realización de las actividades con sus objetivos y temporalización.

### 6.8.1. Actividades.

A continuación, expongo las actividades con sus objetivos y temporalización que se van a llevar a cabo a través del taller de iniciación a la *Disciplina Positiva*. En total se desarrollarán y abordarán dieciséis actividades.

### TALLER DE "INICIACIÓN A LA DISCIPLINA POSITIVA".

<b>ACTIVIDAD 1. ¿NOS PRESENTAMOS!</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<p>En primer lugar, haremos una pequeña presentación del grupo. Yo, como psicopedagoga me presentaré en primer lugar para romper un poco el hielo y así llegar a generar un buen clima. A continuación, le pasaré la pelota a un miembro del grupo para que pueda presentarse. Nos dirá por qué asiste al taller, que espera de éste y cuantos hijos tiene, así como las edades de estos.</p> <p>Presentación personal de cada participante del grupo presentando la máxima atención a todas las compañeras y compañeros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer al grupo de manera inicial.</li> <li>- Iniciar una pequeña toma de contacto.</li> </ul>
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>

<b>ACTIVIDAD 2: “REPARTIMOS ROLES ENTRE LOS PARTICIPANTES”</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<p>Repartición de tareas que se asignarán entre los distintos participantes que asisten al taller, ofreciéndose “escritoras”, “libreras”, “ordenadas”, “decoradoras”, ... en definitiva todo un trabajo en equipo coordinado, colaborativo y cooperativo, con reloj colgado en la pared incluido para intentar auto controlarse en el tiempo.</p> <p>Con esta actividad se logra que cada participante se comprometa con una labor para que el taller se haga de una manera más fluida y fácil y así no se pierde tiempo de manera descontrolada en estas funciones. Se intenta conseguir con ello, un orden del taller y una forma de hacer todas estas actividades de manera rápida y sencilla.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conseguir que el taller se desarrolle de una manera más fluida y organizada.</li> </ul>
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 minutos.</li> </ul>

<b>ACTIVIDAD 3. ¿QUÉ ES LA DISCIPLINA POSITIVA?</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación breve sobre qué es la <i>Disciplina positiva</i>, así como el conocimiento de sus máximos representantes de esta metodología educativa.</li> </ul>	<p>Conocer el origen, así como los beneficios que nos aporta la Disciplina Positiva y el modelo surgido por Alfred Adler y Janne Nelsen.</p>
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 15 minutos.</li> </ul>

<b>ACTIVIDAD 4. ¿CÓMO NOS COMUNICAMOS?</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dividimos el grupo en dos. Una parte del grupo, se le asignará el número uno, y a la otra parte del grupo se le asignará el número dos. Los que tienen asignado el número 1 miran a la pared. Las personas que tienen el número 2 se ponen detrás del 1, los cuales se les atribuye un dibujo que tendrán que describir al número 2. Los que tiene asignado el número 1 tendrán que dibujar el dibujo según las instrucciones que le vaya dando su compañero.</li> </ul>	Saber comprender que es difícil comunicar a los pequeños lo que nosotros le pedimos.
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 15 minutos.</li> </ul>

<b>ACTIVIDAD 5. ¿CÓMO QUEREMOS QUE SEAN LOS PEQUEÑOS EN UN FUTURO?</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboramos una lista con los aspectos positivos de cómo queremos que sean nuestros pequeños cuando sean mayores. De esta forma, fomentaremos unas bases sólidas para saber que es cómo queremos que nuestros hijos e hijas sean en un futuro para sacar lo mejor de ellos/as.</li> </ul>	Evocar y desarrollar habilidades para el futuro.
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 10 minutos.</li> </ul>

<b>ACTIVIDAD 6. RESPUESTAS ANTE LOS CONFLICTOS.</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Elaboración de otra lista, para reflexionar sobre las respuestas posibles que usamos antes los conflictos con los hijos o alumnos/as. Cada miembro de la familia o educador irá saliendo de manera ordenada para apuntar la clase de respuestas ante los conflictos o rabietas surgidas con los niños y las niñas. A continuación, hablamos</li> </ul>	-Reflexionar sobre qué tipos de respuestas usamos antes los conflictos.
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer e interiorizar la clase de respuestas más adecuadas ante los posibles conflictos ocasionados.</li> </ul>
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>

y comentamos la lista propuesta y establecemos formas adecuadas para solventar dichos conflictos.	- 15 minutos.
---	---------------

<b>ACTIVIDAD 7. PRINCIPIOS DE DISCIPLINA POSITIVA.</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Describimos y aprendemos los cinco principios de disciplina positiva:</li> <li>✓ Ayuda a tener un sentimiento de pertenencia y conexión. Es decir, nos ayuda a comprender los sentimientos y necesidades de los niños y las niñas, estableciendo así una mayor unión.</li> <li>✓ Incluye firmeza y cariño al mismo tiempo. Tratamos de educar desde la amabilidad y el cariño, pero a la par que establecemos límites.</li> <li>✓ Es efectiva a largo plazo. No es algo que se haga aquí y ahora en el momento presente dando por hecho que los resultados se puedan ver en un plazo corto de tiempo.</li> <li>✓ Enseña habilidades para la vida: Sociales, emocionales cognitivas.</li> <li>✓ Invita a los niños/as a descubrir lo capaces que son. Mediante la <i>Disciplina Positiva</i>, se trabaja la autoestima, la autonomía, la resolución de conflictos, ... aspectos tan importantes y necesarios para el desarrollo personal de los niños y niñas.</li> </ul>	<p>Conocer los cinco principios de la Disciplina Positiva.</p> <p>Desarrollar y adquirir los cinco principios de Disciplina Positiva.</p>
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>

<b>ACTIVIDAD 8. ¿CÓMO REACCIONAMOS?</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
En esta actividad, dividiremos a los participantes en tres grupos. Una persona voluntaria no participará en los grupos, es decir, asumirá el papel de “niño”. La actividad consiste en ver las distintas formas que tenemos	Observar las distintas reacciones que generamos cada persona ante una rabieta que se produce con un niño.

<p>los adultos ante la reacción de una determinada rabieta. Por ello, a un grupo le pediremos que reaccione ante la rabieta del niño “castigándolo”, a otro grupo, le pediremos que reaccione ante la rabieta del niño “dialogando con él” y al tercer grupo, le pediremos que reaccione ante la rabieta “sin darle importancia y no atendiendo al niño, es decir, ignorándole”. Al final de la actividad, compartimos opiniones sobre cómo nos hemos sentido y sobre como afrontamos cada uno desde la experiencia personal, la situación dada con los hijos en la vida cotidiana.</p>	<p>Tomar constancia de dichas reacciones y valorar y tomar conciencia de las que nos son productivas y positivas.</p> <p>Aprender a reaccionar de forma adecuada a la rabieta.</p>
	<p><b>TEMPORALIZACIÓN</b></p>
	<p>- 10 minutos.</p>

<p><b>ACTIVIDAD 9. LÓGICA INTERNA O LÓGICA PRIVADA</b></p>	
<p><b>DESCRIPCIÓN</b></p>	<p><b>OBJETIVOS</b></p>
<p>- Breve explicación del funcionamiento de la lógica interna o lógica privada que justifica nuestras acciones y el comportamiento de los niños y de las niñas.</p> <p>La percepción es un aspecto esencial en la vida del niño. Los niños y las niñas perciben todo. Es importante saber que, a través de diferentes estímulos, ellos interpretan la realidad que les hace adquirir e interiorizar una creencia.</p>	<p>Conocer el funcionamiento cerebral del niño.</p> <p>Tener un mayor conocimiento de dicho término.</p> <p>Saber entender y comprender el porqué de ciertas actitudes o comportamientos en situaciones conflictivas.</p>
	<p><b>TEMPORALIZACIÓN</b></p>
	<p>- 15 minutos.</p>



<b>ACTIVIDAD 10. TEORIA DEL ICEBERG</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<p>Breve explicación de la “teoría del iceberg” para entender lo que hay detrás de una rabieta y poder llegar a entender o comprender los sentimientos y emociones del niño.</p> <p>Con esta actividad lo que pretendo es que las familias y educadores interioricen y comprendan que detrás de una rabieta o un comportamiento no apropiado de un niño o una niña hay una serie de sentimientos y emociones que son invisibles a nuestros sentidos.</p> <p>Por esa razón, se intenta hacer ver que ante una rabieta hay una gran carga detrás que produce ese comportamiento y lo que queremos conseguir y trabajar es saber comprender, ayudar y gestionar en dichas emociones.</p>	<p>-Comprender los sentimientos y emociones de los niños cuando se encuentran ante una rabieta.</p> <p>-Saber gestionar dichas emociones.</p>
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
	<p>- 20 minutos.</p>

<b>ACTIVIDAD 11. ¿CÓMO FUNCIONA EL CEREBRO?</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<p>-Breve explicación (de forma general), de cómo funciona el cerebro primitivo (encargado de funciones como controlar el ritmo cardíaco, la temperatura corporal, la respiración, ... instinto y supervivencia), el cerebro emocional (permiten funciones tales como la expresión de las emociones, desarrollar el apego o mostrar afecto) y el cerebro cognitivo (lenguaje, razonamiento, la lectura, ...).</p> <p>Para explicar esta sesión, lo haremos de una forma más experimental. Para ello, a los participantes le daremos unas gafas 3D y con la aplicación Merge Cube trataremos de ver y entender de una forma más práctica y visual los “tres cerebros”. A continuación, tres participantes voluntarios, representarán dichos cerebros (una persona será el cerebro primitivo, encargado de realizar las funciones más</p>	<p>Ser conscientes de como nosotros, los adultos, reaccionamos ante determinadas situaciones dadas por los niños, para así, poder llegar a entendernos ante esas situaciones conflictivas y, por tanto, de esta manera, también entender el comportamiento de los niños y las niñas.</p>
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>

<p>elementales y esenciales de forma más mecánica, otra persona, hará de las emociones, que es la clave para entender el comportamiento de los niños y las niñas y nuestras propias reacciones, y otra persona hará de cerebro cognitivo, para interiorizar que el cerebro cognitivo son acciones que necesitan enseñanza- aprendizaje, es decir, estímulo-respuesta.</p>	<p>- 15 minutos.</p>
---	----------------------

### ACTIVIDAD 12. ¿QUÉ NOS HACE PERDER LOS PAPELES?

DESCRIPCIÓN	OBJETIVOS
<p>Elaboración de una “jarra” en el rotafolio. A cada participante se le repartirá un post-it para que ponga en ésta, algunas de las cosas que le “desquician” de sus hijos, es decir, algo que verdaderamente nos destape y nos lleve a perder los papeles en ciertas ocasiones o situaciones.</p>	<p>Comprender que necesitamos estar bien para que nuestras “jarras” se vacíen.</p>
	TEMPORALIZACIÓN
<p>Es importante hacer esta actividad, ya que de esta forma nos damos cuenta de las cosas que no nos gustan o nos hacen perder los papeles en cierto modo con los niños y las niñas y así profundizar y atender a ellas para comprender que necesitamos estar bien para que ellos y ellas estén bien y se pueda educar en la felicidad.</p>	<p>- 15 minutos.</p>

### ACTIVIDAD 13. LA JARRA DEL AUTOCUIDADO.

DESCRIPCIÓN	OBJETIVOS
<p>Es un poco similar a la anterior actividad. En esta ocasión, escribimos en el post-it, las cosas que podemos hacer para cuidarnos nosotros mismos y sentirnos bien. De esta forma proyectamos al exterior sentimientos positivos, nos sentimos mejor con nosotros y tiene repercusión con el comportamiento y</p>	<p>Saber y trabajar en las cosas que nos hacen sentir bien.</p> <p>Conocer la importancia que tiene el auto cuidado en nuestras vidas.</p>
	TEMPORALIZACIÓN

atención que generamos de forma eficaz en el cuidado de nuestros hijos e hijas.	- 15 minutos.
---	---------------

<b>ACTIVIDAD 14. VENTAJAS E INCONVENIENTES.</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
Dividimos el taller en cuatro grupos. Seguidamente, repartimos cuatro cartulinas de distintos colores. Un grupo tendrá que pensar en las “ventajas de ser muy amables con los niños”, otro grupo, pensará en las “ventajas de ser muy firme con los niños”, el tercer grupo escribirá los “inconvenientes de ser muy amables con los niños” y el cuarto grupo, escribirá los “inconvenientes de ser muy firmes con los niños”. A continuación, cada grupo expone lo que ha desarrollado en la cartulina. Posteriormente, la instructora explica y desarrollada cómo ser amable y firmes al mismo tiempo y se debaten las opiniones o dudas de cada participante.	<p>Aprender las distintas ventajas e inconvenientes que tiene ser padres altamente amables o firmes.</p> <p>Llegar a la conclusión de poder desarrollar un aprendizaje amable y firme al mismo tiempo.</p>
	<p><b>TEMPORALIZACIÓN</b></p> <p>- 15 minutos.</p>

<b>ACTIVIDAD 15. DISTINTOS TIPOS DE PADRES</b>	
<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<p>Explicación de los diferentes tipos de padres que podemos encontrar en nuestra sociedad. Para ello, procederemos a la explicación de éstos, ayudándonos con el rotafolio.</p> <p>Cuando somos muy amables con los niños y con las niñas y, por tanto, poco firmes, nos encontramos con el tipo de padres PERMISIVOS.</p> <p>Cuando somos poco firmes y amables con los niños y las niñas: NEGLIGENCIA.</p>	<p>Conocer los diferentes tipos de padres que existen.</p> <p>Saber e interiorizar cual es el modelo más adecuado que acompaña a la Disciplina Positiva.</p>
	<p><b>TEMPORALIZACION</b></p> <p>- 15 minutos.</p>

<p>Los padres que educan a sus hijos e hijas en la más estricta firmeza sin llegar a ser nada amables, nos encontramos con el tipo de padres AUTORITARIOS.</p> <p>Y por último (el modelo más adecuado). Ser firmes y amables al mismo tiempo: padres DEMOCRÁTICOS. Aquí es dónde encontramos la verdadera Disciplina Positiva.</p>	
---	--

**ACTIVIDAD 16. EJERCICIO DE REFLEXIÓN PERSONAL**

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>OBJETIVOS</b>
<p>Finalización del taller. La instructora preguntará las dudas, opiniones, sugerencias ...ect. Para finalizar, cada participante expresará de forma oral lo que se llevan de la experiencia vivida en dicho taller.</p>	<p>Dialogar sobre las opiniones, experiencias y sugerencias que les ha aportado dicho taller.</p>
<p>Es decir, argumentar o exponer que han aprendido de este taller y lo que les falta por aprender. Se hablará de sus puntos fuertes como profesores o padres y de sus puntos débiles a mejorar.</p> <p>También, se hará en la exposición oral las sesiones que le han podido resultar más productivas o que le han podido surgir alguna duda tras la realización de éstas.</p>	<p><b>TEMPORALIZACIÓN</b></p> <p>10 minutos.</p>

## 7. EVALUACIÓN

Para terminar, he de establecer una serie de pautas para la evaluación del taller en iniciación a la *Disciplina Positiva*. Podemos considerar a la misma como un instrumento que pretende la mejora del proceso taller que abordará pues, el proceso de aprendizaje. La evaluación se llevará a cabo tanto por parte de los participantes que asisten al taller como por la instructora que lo imparte.

Por tanto, al finalizar y concluir el taller, se pasará un cuestionario/reflexión personal, sobre el desarrollo y contenido de dicho taller. Este cuestionario será totalmente confidencial y servirá para recoger las opiniones subyacentes de los asistentes.

Para cumplir esto, será necesario diferenciar tres momentos de evaluación en el taller y estos son:

Una evaluación **inicial**: Es decir, al comienzo del taller, como he dicho, se conocerán las ideas previas que poseen sobre el tema y como requerimiento para conseguir un aprendizaje significativo. Se realizará a través de una puesta en común con el grupo. Por ello, haremos una pequeña presentación de los participantes que asisten al taller, si conocían el tema que se va a impartir en dicho taller, así como sus expectativas iniciales.

Una evaluación **continua**: Este tipo de evaluación es necesaria para atender las necesidades, dudas o dificultades que surjan durante la puesta en prácticas del taller.

Por ello, se llevará a cabo a través de la realización de todas las actividades creadas y propuestas para el taller. Además, se empleará la observación directa de las reflexiones que hacen los asistentes y participantes a través de las distintas actividades que se imparten en el taller.

Y, por último, una evaluación **final**: Para esta evaluación analizaré los resultados, sugerencias, aspectos de mejora, comprensión y dificultades de todas las actividades propuestas del taller por parte de los participantes. Así como para conocer si los asistentes han entendido e interiorizado los objetivos propuestos.

Los criterios de evaluación que emplearé en este taller de iniciación a la *Disciplina Positiva* serán desarrollados a través de los objetivos propuestos.

Estos criterios se concretarán en los siguientes indicadores:

EVALUACIÓN DEL TALLER EN DISCIPLINA POSITIVA.

ÍTEMS	No/no mucho			Mucho	
	1	2	3	4	5
1. ¿Qué expectativas tenía antes de realizar este taller?	1	2	3	4	5
2. Tras la realización del taller, conoce los beneficios que nos aportan la Disciplina Positiva y el modelo surgido.	1	2	3	4	5
3. ¿Cómo fueron de útiles las actividades?	1	2	3	4	5
4. ¿Han sido prácticas?	1	2	3	4	5
5. Reconoce las herramientas y materiales necesarios para llevar a cabo una educación basada en la amabilidad y firmeza al mismo tiempo.	1	2	3	4	5
6. Después de la práctica de este taller, ¿sabe gestionar las emociones y situaciones en momentos de alarma con los niños y niñas?	1	2	3	4	5
7. Conoce e identifica usar los conocimientos y materiales para el trabajo individual en familia o en clase.	1	2	3	4	5
8. ¿Se ha utilizado un lenguaje claro y sencillo por parte de la instructora para entender dicha metodología?	1	2	3	4	5
9. ¿Interioriza y desarrolla, así como pondría en práctica todos los ejercicios que se han impartido en el taller?	1	2	3	4	5

10. ¿Me han servido las estrategias utilizadas para el entendimiento de dicho taller?	1	2	3	4	5
11. ¿Me han quedado lagunas de comprensión?	1	2	3	4	5
12. ¿Ha sido positivo el clima generado con los participantes y la propia instructora?	1	2	3	4	5
13. Valoración general del taller.	1	2	3	4	5

(Ponce de León y Alonso, 2017).

#### Evaluación de la propia instructora del taller.

Como ya se ha adelantado, no solo se debe realizar una evaluación a los participantes que asisten a dicho taller, sino que también hay que autoevaluarse como instructora para corregir algunas metodologías que no hubieran sido de todo acertadas o apropiadas, ya que es necesario e importante que la instructora del taller intente modificar ciertos aspectos o mecanismos que no han sabido estar adecuados en la dinámica.

A la hora de realizar la autoevaluación, la instructora puede plantearse cuestiones tales como: ¿He contado con los apoyos necesarios? ¿eran adecuadas las actividades propuestas?, ¿he tenido el material necesario?, ¿ha sido positiva la relación con las familias y los profesionales?, etc. Para ello, he realizado una autoevaluación:

ÍTEMS	NECESITO MEJORAR	NO NECESITO MEJORAR
¿He contribuido a que todos los participantes consigan los objetivos marcados?		
Los contenidos que he planteado ¿se ajustaban al taller?		
El clima del aula, los agrupamientos, el tiempo que se ha destinado a cada actividad y los materiales		

proporcionados ¿han sido adecuados y suficientes para los participantes?		
Tengo en cuenta las ideas previas de los participantes modificando si así es oportuno el planteamiento.		
He atraído la atención de los participantes que asisten al taller.		
Son adecuados los materiales elaborados y empleados.		
Respeto los tiempos de las actividades y el tiempo de descanso.		
Implico a los participantes en el proceso de las actividades.		
He empleado el método adecuado.		
He modificado el planteamiento del taller en torno a las necesidades de los participantes.		
He observado las dificultades o sugerencias de los asistentes y las he tenido en cuenta.		
He evaluado en los diferentes tiempos (inicial, continua y final).		

(Ponce de León y Alonso, 2017).



## 8. CONCLUSIÓN.

En primer lugar, quiero decir que este trabajo me ha servido para conocer las eficaces formas que tiene la Disciplina Positiva como método de aprendizaje y enseñanza.

Dicho esto, me gustaría añadir que siendo honesta, no tenía mucha constancia de esta metodología educativa, ya que como he dicho anteriormente en el marco teórico, es una propuesta que surge en España hace alrededor de cinco años.

Pues bien, quería concluir mi etapa, elaborando un trabajo de fin de máster que, por supuesto fuese en primer lugar, atendido y abordado por los criterios construidos y marcados por dicho máster, pero que también me sirviera a mí como aprendizaje en el ámbito de la psicopedagogía y que por consiguiente me motivara a la elaboración e investigación, así como un aprendizaje desde el punto de vista para el desarrollo personal y, por ende, que fuese productivo para crecer también como persona. Por ese motivo, tenía más o menos claro por el camino que quería guiar y conducir este trabajo de fin de máster, trabajando en virtud de ello, en la inteligencia emocional, el autoconcepto y la autoestima. Quería que no fuera un tema común que se hubiera abordado en otros trabajos de fin de másteres y por tal razón, trabajado por la mayoría de los alumnos, que, por una parte, añadir que, a lo mejor, hubiera sido mucho más sencillo ya que tendría un sinfín de información contenida y proyectada en internet. Pero no, quería abordar un tema que no estuviese, por así decirlo, de manera global “trabajado”, que me permitiera investigar y aprender de ello, trabajando como he dicho, los conceptos que me agradaban me entusiasmaban y me atraían. Así que, investigando e indagando por internet, tuve la suerte de toparme con el concepto de Disciplina Positiva. Leyendo varios blogs de esta metodología educativa, pude saber con más detenimiento en qué consistía y, además, me permitió ir más allá, cuando en uno de los blogs que trataba esta metodología se impartía un taller de Disciplina Positiva en Segovia. Así que, con la aprobación de mi tutora, el empuje y ánimo de ella a trabajar en este tema, me llevó, por consiguiente, a asistir a dicho taller, que, para mí, he de añadir, que fue una experiencia enriquecedora y maravillosa ya que no solo fue el conocimiento, el saber y el aprendizaje del taller, sino que la instructora que lo impartía, así como los participantes que asistieron, hicieron del taller un lugar cómodo y muy agradable.

Dicho esto, quiero agregar y adicionar que lo que he obtenido y sacado de conclusión al elaborar este trabajo de fin de máster, es que la mayoría de las personas teníamos asociados,

y, por tanto, me incluyo a mí en el cómputo de esa mayoría, que el término “disciplina” era un concepto que se atribuía y ligaba a sinónimos tales como, el autoritarismo, firmeza, rigidez, normas estrictas, al obedecimiento. Pero no, la Disciplina Positiva es mucho más que eso. Este término me ha llevado a saber y tener el conocimiento que es enseñanza, aprendizaje, que va ligado a descubrir lecciones y superar obstáculos poco beneficiosos en la vida cotidiana de las familias. Descubriendo por ello, que es un aprendizaje para los hijos y los padres por igual, que no solo aprende o enseñamos a los niños o a las niñas a desarrollarse para ser, en un futuro, mejores personas, sino que también enseña a los adultos a poder conectar con ellos mismo y por consiguiente con sus hijos e hijas.

Me gustaría también añadir que la Disciplina Positiva, es una metodología educativa que si bien, se puede extrapolar perfectamente a otros ámbitos de la vida. Yo, he querido relacionar o llevar a cabo esta metodología trabajando en base y en relación con los primeros años de vida, es decir, con los niños y las niñas y las familias, ya que soy maestra de Educación Infantil, me encanta los niños y las niñas y quería que este trabajo se ligara con ello, ya que, como todos sabemos, el ámbito de la psicopedagogía abarca a toda la población en general. Pero como digo, es un concepto que se puede trabajar o desarrollar en todos los ámbitos como, por ejemplo, a nivel de una empresa. Es decir, en equipos de trabajo, haciendo que cada miembro del equipo se sienta parte de ello y saquen lo mejor de sí mismo, así como llevar a cabo reuniones fomentando el respeto mutuo entre todas las personas que lo componen. En otras palabras, se podrían elaborar talleres para personas que consideran que los empleados merecen pasar sus horas de trabajo en empresas donde se fomente el respeto mutuo, la empatía, la escucha activa, en definitiva, logar organizaciones colaborativas y productivas.

Para concluir, ha sido un trabajo bastante gratificante, como he dicho anteriormente, me ha ayudado a mí no solo para adquirir conocimiento en relación con el tema, sino como enriquecimiento como persona y para poder ejecutarlo y llevarlo a cabo en acciones futuras tanto como profesional de la psicopedagogía como en el ámbito personal. La verdad es que no ha sido excesivamente fácil porque como he dicho, en España no es un tema muy conocido, pero he disfrutado con él y he tenido la suerte y el placer de asistir a uno de los talleres que se impartían, aunque la verdad, no descarto poder asistir a más y tener aún más conocimiento del tema para poder seguir formándome con ello.

Por último, me gustaría terminar con una cita de Rudolf Dreikurs que resume muy bien este trabajo de fin de máster y por el cual saco conocimiento de ello y dice así: *“El principio de*

*pertenencia se expresa en una combinación de firmeza y amabilidad. La firmeza implica autoestima; amabilidad, respeto a los demás.*

## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- ACHU (2008). *Manual basado en Disciplina Positiva*. Traducción y adaptación de Positive Discipline de Joan. E. Durant. Santiago: ACHNU. Asociación Chilena pro Naciones Unidas.
- Aldert, A. (2004). *El sentido de la vida*. Versión digital extraída de [www.antorcha.net](http://www.antorcha.net). Biblioteca Digital Profesorado de Psicología.
- Aldort, N. (2009). *Aprender a educar sin gritos, amenazas ni castigos*. Barcelona: Medici.
- Barquet, M. (2019). *Propuestas metodológicas de estrategias en el manejo de las emociones, basada en la teoría de la disciplina positiva para docentes del colegio Alemán Humboldt de Guayaquil*. (Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Ecuador). Recuperado de <http://192.188.52.94:8080/bitstream/3317/12353/1/T-UCSG-PRE-FIL-EP-127.pdf>.
- Bisquerra, Rafael (Coord.); Punset, Eduard; Mora, Francisco; García Navarro, Esther; López-Cassá, Élia; Pérez-González, Juan Carlos; Lantieri, Linda; Nambiar, Madhavi; Aguilera, Pilar; Segovia, Nieves; Planells, Octavi. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu.
- Carranza, E. (2016). *Disciplina Positiva: ¿Cómo educar con inteligencia emocional?* Instituto Pedagógico Nacional Monterrico: Corefo.
- Chavez, M., Damian, K., Leyva, M y Rojas, S, (2019). *“La disciplina sin lágrimas en las aulas de los niños y niñas de 3 a 5 años”*. (Trabajo de investigación, Instituto pedagógico nacional Monterrico). Recuperado de <http://209.45.111.196/bitstream/ipnm/1623/1/LA%20DISCIPLINA%20SIN%20L%20LAGRIMAS%20EN%20LAS%20AULAS%20DE%20LOS%20NI%20OS%20Y%20NI%20AS.pdf>. Lima: (Perú).

- Félez, C. (2015/2016). *Disciplina Positiva: Herramienta educativa de gestión y prevención de conflictos. Apuesta por un futuro sin violencia*. (Trabajo de grado, Universidad de Zaragoza, campus de Huesca). Recuperado de <https://zaguan.unizar.es/record/58885>.
- Murow, E. y Verduzco, A. (2001). *Cómo poner límites a tus niños sin dañarlos*. México: Pax México.
- Nelsen, J. (2007). *Cómo educar con firmeza y cariño*. Barcelona: Medici.
- Nelsen, J., Lott, L. y Glenn, S. (2008). *Disciplina positiva de la A a la Z: 1001 soluciones para los problemas cotidianos en la educación de los hijos*. Barcelona: Medici.
- Oberst, U., Ibarz, V. y León, R. (2004). *La psicología individual de Alfred Adler y la psicosis de Olivér Brachfeld*. *Revista de Neuro-Psiquiatría*;67: 31-44.
- Oberst, U. (2004). *El trabajo terapéutico con sueños: una aproximación adleriana-constructivista*. Facultad de Psicología i Ciències de l' Educació Blanquerna Universitat Ramon Llull. Barcelona.
- Ponce de León, A., Alonso, R. (2017). *La programación de aula en Educación Infantil paso a paso*. Madrid: CCS.
- Real Academia de la lengua española. Consultado el 25 de abril de 2020. Recuperado de <http://www.rae.es>
- Rodríguez, H., Jiménez M. y Sánchez., R. (2018). *Construcción del discurso en torno a la Educación Inclusiva*. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, ISSN.e 1575-0965, Vol. 21, Nº, 1 (Enero 2018), 2018 (Ejemplar dedicado a: *Prácticas formativas en educación*), págs. 185-217.
- Rojas, A., Sanabria P. y Suárez., J. (2016). *Material educativo sobre la Disciplina Positiva, como una alternativa al castigo físico y humillante*. (Trabajo de grado, Pontificia Universidad Javeriana, facultad de enfermería). Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/20442>).
- Siegel, D. y Payne Bryson, T. (2015). *Disciplina sin lágrimas. Una guía imprescindible para orientar y alimentar el desarrollo mental de tu hijo*. Barcelona: (España).

Siegel, D. y Payne Bryson, T. (2012). *El cerebro del niño. 12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en desarrollo de tu hijo*. Barcelona: Alba.

### WEBGRAFÍA:

ADPE España (25 de mayo de 2016). Máster class con la Dra. Jane Nelsen. Recuperado de <https://disciplinapostivaespana.com>

Andújar, P. Adpe España (22 de junio de 2016). Alfred Adler. Estilo de vida, sentimiento de comunidad y su incidencia en la educación. Recuperado de <https://disciplinapostivaespana.com>

Children, S.t. (2005). Save the Children. Obtenido de <https://www.savethechildren.es/publicaciones/educa-no-pegues>.

Cobelas, M. (13 de febrero de 2019). *Qué sí y qué no es la disciplina positiva*. [La Revolución de las Mariposas]. Recuperado de <http://larevoluciondelasmariposas.wordpress.com>

Disciplina positiva España. (2015). *Disciplina positiva: Orígenes y Actualidad*. Obtenido de <https://disciplinapostivaespana.com>

Disciplina positiva España. (2015). *Disciplina positiva España*. Obtenido de <http://disciplinapositivaespana.com/que-es-disciplina-positiva/>

Malpartida de Cáceres. *Datos geográficos*. Recuperado de <https://www.malpartidadecaceres.es/datos-geograficos/>.

Moya, M. (2020). *Disciplina positiva en la familia*. Obtenido de <https://positivediscipline.org>

Moya, M. (2020). *Talleres de Disciplina Positiva para padres y madres*. Obtenido de <http://www.escuelainfantilgranvia.com>

Ruiz, J. (2016). *Crianza en positivo*. [Disciplina Positiva]. Recuperado de <http://www.criarenpositivo.es>

Ruiz, J. (2016). *Sin castigos y sin premios ¿Se puede educar?* [Disciplina Positiva]. Recuperado de <http://www.criarenpositivo.es>

## 9. ANEXOS.

El pasado 2 de febrero, tuve el placer de asistir a un taller de iniciación en Disciplina Positiva impartido en la ciudad de Segovia.

Me gustaría añadir, algunas imágenes de las actividades que realizamos ese día.

