¿Que es Disciplina Positiva?

Disciplina Positiva es un programa diseñado para enseñar a las personas a ser responsables, respetuosas y miembros de la comunidad llenos de recursos. Basado en la serie de libros de Disciplina Positiva de la Dra. Jane Nelson, Lynn Lott, Cheryl Erwin, Kate Ortolano, Mary Huges, Mike Brock, Lisa Larson y otros, las técnicas ayudan a que las personas aprendan importantes habilidades sociales y de vida de una manera profundamente respetuosa y alentadora tanto para los niños como para los adultos (incluyendo a padres, maestros, personal de guarderías, personas que trabajan con jóvenes y otros).

Estudios recientes demuestran que los niños tienen un interés desde el nacimiento a sentirse conectados con los demás y que los niños que tienen un sentido de vínculo con su comunidad, familia y escuela se portan mejor. Para ser personas exitosas y miembros que contribuyan a su comunidad, los niños deben aprender habilidades sociales y de vida, La Disciplina Positiva está basada en el entendido que la disciplina debe ser enseñada y que la disciplina, a su vez, enseña.

Jane Nelson menciona los siguientes puntos de la "disciplina efectiva que enseña":

CINCO CRITERIOS PARA UNA DISCIPLINA EFECTIVA.

Una disciplina efectiva:

1. **Ayuda a los niños a tener un sentido de conexión.** (Pertenencia y significado).
2. **Es respetuosa y alentadora.** (Amable y firme al mismo tiempo.)
3. **Es efectiva a largo plazo.** (Considera lo que el niño está pensando, sintiendo, aprendiendo y decidiendo acerca de él mismo y de su mundo y qué hacer en el futuro para sobrevivir o prosperar.)
4. **Enseña importantes habilidades sociales y de vida.** (Respeto, preocupación por los demás, solución de problemas y cooperación, así como las habilidades para contribuir en su hogar, su escuela o su comunidad.)
5. **Invita a los niños a descubrir sus capacidades**. (Alienta el uso constructivo del poder personal y la autonomía.

Título original en inglés: What is Positive Discipline?
Fuente: www.positivediscipline.org Positive Discipline Association
Permission to translate and publish granted to the Puget Sound Adlerian Society by the authors.

Los modelos de Disciplina Positiva para Padres y manejo de clase están dirigidos a desarrollar relaciones de respeto mutuo. La Disciplina Positiva enseña a los adultos a utilizar amabilidad y firmeza al mismo tiempo y no es punitiva ni permisiva. Las herramientas y conceptos de Disciplina Positiva incluyen:

- **Respeto mutuo.** Los adultos modelan la firmeza al respetarse a ellos mismos y las necesidades de la situación y la amabilidad al respetar las necesidades del niño.
- **Identificar la creencia detrás del comportamiento.** Una disciplina efectiva reconoce las razones que hacen actuar a los niños de cierta manera y trabaja para cambiar esa creencia, en lugar de intentar cambiar solamente el comportamiento.
- **Comunicación efectiva y habilidades para resolver problemas.**
- **Disciplina que enseñe** (que no sea permisiva ni punitiva)**.**
- **Enfocarse en soluciones en lugar de castigos.**
- **Alentadora (en lugar de alabadora).** Al alentar, se toma en cuenta el esfuerzo y la mejoría, no simplemente el éxito y construye autoestima a largo plazo y estimula.

Las características propias del modelo de Disciplina Positiva también incluyen:

- **Enseñanza a adultos y estudiantes a través de actividades experimentales**, creando oportunidades para practicar las nuevas habilidades y aprender practicando de manera divertida.
- **Programas de disciplina consistentes para el salón de clases y para padres**. Padres y maestros pueden trabajar unidos para proveer un ambiente seguro y consistente para los niños.
- **Entrenamiento asequible y apoyo continuo** para que los miembros de las comunidades puedan enseñar mutuamente habilidades de Disciplina Positiva.
- **Entrenadores certificados en todo del país para trabajar en escuelas y comunidades**.

HISTORIA DE LA DISCIPLINA POSITIVA

El modelo de educación de los hijos y manejo de clase está basado en el trabajo de Alfred Adler y Rudolf Dreikurs.[1] El Dr. Adler introdujo la idea de educación para

[1] Alfred Adler (1870-1937) era un psiquiatra vienés que emigró a los Estados Unidos. Aunque era contemporáneo de Freud, promovía una muy diferente visión del comportamiento humano. Adler sostenía que el comportamiento no es determinado por eventos en el pasado, sino que se dirige a obtener pertenencia y significado y que al mismo tiempo es influenciado por las impresiones que las personas tienen de sí mismas, los otros y el mundo. Rudolf Dreikurs (1897-1972), también psiquiatra vienés, era el director de uno de los centros de guía infantil en Viena que utilizaba los métodos de Adler con familias y en salones de clase. Migró también a los Estados Unidos para evitar la persecución Nazi en 1937, antes que Adler. Dreikurs fue una de las primeras personas en reconocer los beneficios de las terapias grupales. Fue

Permission to translate and publish granted to the Puget Sound Adlerian Society by the authors.

padres a las audiencias de Estados Unidos en 1920. Invitó a tratar a los niños con respeto pero también argumentaba que consentir y sobreproteger a los niños no era alentador para ellos y podía producir problemas sociales y de comportamiento. Las técnicas para el salón de clases, que fueron introducidas en Viena a principios de 1920, fueron traídas a Estados Unidos por el Dr. Dreikurs a finales de 1930. Dreikurs y Adler se refieren al acercamiento de amabilidad y firmeza en la educación como "democrático".

En 1980 Lynn Lott y Jane Nelson asistieron a un taller que facilitó John Taylor.[2] Lynn comenzó a entrenar a algunas personas experimentalmente y escribió (con ayuda de esas personas) el primer manual de enseñanza para padres. Jane era directora del proyecto ACCEPT (Alderian Counseling Concepts for Encouraging Parents and Teachers; Conceptos Alderianos de Consultoría para alentar Padres y Maestros), un proyecto con patrocinio federal que tuvo un posicionamiento ejemplar en su fase de desarrollo. Jane escribió y publicó su libro Disciplina Positiva en 1981. Posteriormente fue publicado por Ballantine en 1987. En 1988, Jane y Lynn decidieron colaborar escribiendo el libro que ahora se titula *Disciplina Positiva para Adolescentes* y empezaron a enseñar experimentalmente habilidades para padres y manejo de salón de clases. Lynn y Jane también escribieron *Disciplina Positiva en el Salón de Clases* y desarrollaron un manual lleno de actividades experimentales para los maestros y sus alumnos.

Desde entonces, la serie de Disciplina Positiva ha crecido hasta incluir títulos que se refieren diferentes edades, contextos familiares y situaciones especiales. Disciplina Positiva es enseñada en escuelas, a padres de familia y educadores familiares por Asociados Certificados de Disciplina Positiva. Miembros de la comunidad, padres de familia y maestros son exhortados para convertirse en facilitadores entrenados y compartir los conceptos de la Disciplina Positiva con sus propios grupos.

Las clases de Disciplina Positiva para padres son instruidas por todo el país y la Disciplina Positiva es usada exitosamente como modelo de manejo de salón de clases en escuelas primarias privadas, religiosas y públicas. Un programa escolar piloto está siendo desarrollado actualmente.

LA DEMOSTRACIÓN DE DISCIPLINA POSITIVA

Una evaluación formal comparando escuelas que utilizan Disciplina Positiva con escuelas que utilizan otros programas de disciplina están apenas comenzando. Sin embargo, estudios acerca de la implementación de técnicas de Disciplina Positiva demuestran que las herramientas de la Disciplina Positiva producen resultados significativos. Un estudio de la implementación de reuniones grupales en toda una

---

un incansable promotor de las relaciones basadas en el respeto mutuo tanto en la casa como en la escuela. Sus reconocidas obras incluyen: Children the Challenge, Maintaining Sanity in the Classroom y The Psycology of the Classroom.

[2] John Taylor vive y trabaja en Oregon. Es autor del libro Person to Person: Awareness Techniques for Counselors, Group Leaders, and Parent Educators. (1984) R & E Publishers, Saratoga, CA.

Permission to translate and publish granted to the Puget Sound Adlerian Society by the authors.

escuela primaria de bajos recursos en Sacramento en un periodo de 4 años reveló que las suspensiones se redujeron en número (de 64 a 4 anuales), el vandalismo disminuyó (de 24 a 2 sucesos) y los maestros reportaron mejoras en la atmósfera del salón de clases, en el comportamiento, las actitudes y el desempeño académico. (Platt, 1979) Un estudio de programas de educación para padres y maestros dirigido a padres y maestros de alumnos con problemas de adaptación que implementaron herramientas de Disciplina Positiva demostraron estadísticamente una mejoría significativa en el comportamiento de los estudiantes en las escuelas del programa en comparación de escuelas que se manejan por medio del control. (Nelsen, 1979) Estudios más sencillos que examinan los impactos de herramientas específicas de Disciplina Positiva también han demostrado resultados positivos. (Browning, 2000; Potter, 1999; Esquivel) Los estudios han demostrado en repetidas ocasiones que la percepción del estudiante de formar parte de la comunidad escolar (estar "conectado" con la escuela) disminuye la incidencia de comportamiento socialmente riesgoso (como estress emocional y pensamientos/ intenciones suicidas, uso de cigarro, alcohol y marihuana y comportamiento violento) e incrementa el desempeño académico. (Resnick et al, 1997; Battistich, 1999; Goodenow, 1993) También existe evidencia significativa que el enseñar a los estudiantes más jóvenes habilidades sociales, tiene un efecto protector que dura hasta la adolescencia. Los estudiantes que han sido instruidos en habilidades sociales son más propensos a ser exitosos en la escuela y menos propensos a verse implicados en conductas problemáticas. (Kellam et al, 1998; Battistich, 1999)

Aunque algunos estudios específicos acerca del programa para padres de Disciplina Positiva se encuentran todavía en etapas prematuras, programas similares al de Disciplina Positiva han sido estudiadas y revelan ser eficaces en cambiar el comportamiento de los padres. En un estudio de clases alderianas para padres de adolescentes, Stanley (1978) encontró que los padres podían resolver más problemas con sus adolescentes y eran menos autocráticos al momento de tomar las decisiones. La Disciplina Positiva enseña a los padres las habilidades para ser amable y firme al mismo tiempo. Numerosos estudios muestran que los adolescentes que perciben a sus padres amables y firmes tienen menos riesgo de fumar, usar marihuana, alcohol o actuar violentamente, y postergar la actividad sexual. (Anquilino, 2001; Baumrind, 1991; Jackson et al, 1998; Simons, Morton et al, 2001) Otros estudios han correlacionado la percepción del adolescente del estilo disciplinario paterno (amable y firme versus autocrático o permisivo) con mejor aprovechamiento escolar. (Cohen, 1997; Deslandes, 1997; Dornbusch et al, 1987; Lam, 1997).

Permission to translate and publish granted to the Puget Sound Adlerian Society by the authors.