

DISCIPLINA POSITIVA

Disciplina positiva, ¿por qué?...

- 1 Ayuda a los niños a sentirse conectados
- 2 MUTUAMENTE RESPETUOSA Y ALENTADORA
- 3 Eficaz a largo plazo
- 4 Enseña HABILIDADES para la vida
- 5 Invita a DESCUBRIR CAPACIDADES

¿Cuál es nuestra función como padres?



PREPARARLES PARA LA VIDA. Si buscamos que todo sea fácil, feliz y cómodo no estoy preparando para la vida.



RESPONDER A SUS 3

NECESIDADES:

- 1 ATENCIÓN Y PERTENENCIA
- 2 PODER, VOLUNTAD E INICIATIVA
- 3 CAPACITACIÓN

DISCIPLINA POSITIVA

ANÁRQUICA



Autoridad

Poder

Presión



Demanda

Castigo



Alabanza y recompensa

Forzar

Dominar



Escucha/Cállate

"Lo harás porque te lo dije"

DEMOCRÁTICA



Liderazgo

Influencia



estimulación

Solicitud de cooperación



consecuencias lógicas
(naturales, acuerdos)

Ánimo y aliento



Elegir entre opciones

Entrenar



Diálogo y negociación

"Lo harás porque es necesario"



LÍMITES Y NORMAS

Antes de hablar de falta de límites.... ¿Cómo se fijan?

- 1 Gira el foco y mira cómo estás tú y si te estás escuchando
- 2 Comprende que no todo es mal comportamiento
- 3 Escúchate y conóctete, escúchale y conócele
- 4 Lee necesidades y responde necesidades

¿Por qué son necesarios?





- 1 Son para proteger y dar seguridad.
- 2 Son para asegurar la libertad y el respeto a toda la familia
- 3 Son para guiar y enseñar a convivir.
- 4 Permiten desarrollar habilidades

¿Cuáles son?

NATURALES (Son los culturales)

PERSONALES (los familiares que responden a nuestros principios)

NO NEGOCIABLES (seguridad y salud))

-  **a** Si tienen menos de 4 años los adultos
-  **b** Si tienen más de cuatro años puede ser de forma conjunta aquellos para los que veamos tienen criterio.
-  **c** Tienen que explicarse de forma CLARA, CONCRETA Y CON ANTELACIÓN.
-  **d** Van evolucionando.

¿Cómo se enseñan y acompañan?

Con entrenamiento

Poco a poco

Permitiendo las CONSECUENCIAS NATURALES.

Con acuerdos y pactos


TIENEN QUE RESPETAR SUS NECESIDADES: DE APEGO, DE MOVIMIENTO, DE JUEGO, FISIOLÓGICAS 

¿Qué herramientas tengo?

HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN POSITIVA (preventivas)

- CON ALIENTO Y ÁNIMO
- BUSCADOR DE FORTALEZAS
- LENGUAJE POSITIVO
- FIRMEZA Y AMABILIDAD
- ACUERDO EN LOS LÍMITES

HERRAMIENTAS DE GESTIÓN DEL CONFLICTO

- DECIR VS PREGUNTAR
- CONECTA Y REDIRIGE
- DECIDE QUÉ HARÁS Y SÉ CONSECUENTE.
- ENFOQUE EN SOLUCIONES
- "CALLA Y ACTÚA" 

AUTOCONTROL Y GESTIÓN EMOCIONAL

- CONOCER FUNCIONAMIENTO CEREBRAL
- TRUCOS PARA DESACELERAR
- ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL
- LÍMITES PROPIOS

EL CASTIGO

Necesitamos comprender por qué se da el "mal comportamiento"

- 1 ES UNA MALA DECISIÓN
- 2 POR UNA NECESIDAD SIN CUBRIR: PERTENENCIA Y CONEXIÓN
- 3 Por una falta de habilidades
- 4 Confusión, caos, desequilibrio...

¿Cuándo usamos el castigo?

- Cuando sentimos INSEGURIDAD y MIEDO ADULTO
- Cuando sentimos reactividad ante un conflicto
- Cuando no tengo otras herramientas.
- Por nuestra URGENCIA, NECESIDAD DE CONTROLARLO TODO e imponer la autoridad.

¿Qué provoca?

- ★ Funciona a corto plazo
- ★ Provoca SUMISIÓN, REVELIÓN Y RESENTIMIENTO.
- ★ El niño desarrolla sentimiento de culpabilidad.
- ★ Puede buscar la forma de defenderse del adulto.



¿Qué propone la D.P.?

- ★ Busca anticiparse, es PREVENTIVA
- ★ Se enfoca en SOLUCIONES
- ★ Ve el error como OPORTUNIDAD DE APRENDIZAJE.
- ★ No culpa ni juzga, le da a los niños SEGURIDAD Y CONFIANZA..
- ★ Propone muchas herramientas para prevenir y ayudar a resolver los conflictos.

"¿En qué cabeza cabe que para que un niño aprenda primero debe sentirse mal?"

2 herramientas alternativas

"3 PASOS PARA OBTENER COOPERACIÓN"

Tratamos de seguir estos tres pasos en una situación en la que necesitemos la cooperación del otro:

- 1 **COMPRESIÓN**
- 2 **MOSTRAR EMPATÍA**
- 3 **INVITAR AL NIÑO A ENFOCARSE EN UNA SOLUCIÓN**

"DECIDE QUÉ HARÁS Y SE CONSECUENTE"

Consiste en explicar una situación que te provoca incomodidad, que te asusta o te enfada o no estás dispuesta a que siga ocurriendo. Explicas el motivo y lo que harás exactamente la próxima vez que ocurra. Cuando ocurra hazlo sin más.

"No puedes controlar lo que haga el resto, por ello decide con antelación lo que harás tu"



SUPER-HERRAMIENTAS INTERVENCIÓN



OPCIONES LIMITADAS

- 1° **COMPRENDE:** "Ahora estás jugando y entiendo que no te apetece"
- 2° **RECUERDA:** Y ahora es el momento del baño.
- 3° **OPCIONES:** " Puedes darte un baño o una ducha"
"Puedes ducharte ahora o mañana por la mañana"



- 1° **EXPLICA:** "Tenemos un problema y necesitamos encontrar entre todos una solución que sea aceptable para todos".
- 2° **LLUVIA DE IDEAS:** apuntamos las ideas de **TODOS**, mayores y niños, aunque sean disparatadas. Todas las ideas son importantes. Todos podemos aportar, pertenecemos al grupo y somos útiles y necesarios.
- 3° **PASAMOS EL FILTRO DE LAS 3 R:** Vamos comprobando 1 a 1 si es **RESPETUOSA**, **RAZONABLE** y **RELACIONADA**. Las que cumplen las 3 la dejamos, las que no las tachamos.
- 4° De las que quedan se elige una, si el problema es del grupo se elige entre todos, si es personal la elige la persona implicada.
- 5° Se pone en práctica y se revisa a la semana o a los 3 días. Si está funcionando estupendo, sino se puede elegir otra.

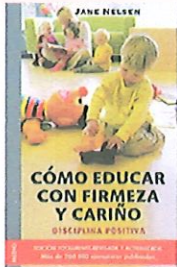


"CALLA Y ACTÚA" "DECIDE QUÉ HARÁS Y SÉ CONSECUENTE"

- 1° **EXPLICA** "Estamos teniendo una dificultad con esto... a partir de ahora yo hare... (debe ser respetuoso, relacionado y razonable. No podemos controlar al otro, sí podemos decidir lo que haremos nosotros.
- 2° **ASEGÚRATE QUE LO HAN ENTENDIDO:** ¿Qué voy a hacer cuando suceda ésto? Escucho su explicación para saber si lo ha entendido.
- 3° **CALLA Y ACTÚA:** No repetimos, ni sermoneamos, ni avisamos, sencillamente hacemos lo que hemos dicho que vamos a hacer, sin perder el control, sin enfadarnos, sin agresividad, con calma. Recuerda que como lo vas a hacer a la primer, no vas a estar harto, ni enfadadísimo... Ésto es la **FIRMEZA**.

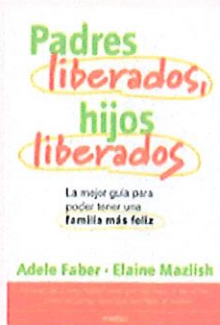


SUPER-LECTURAS



CÓMO EDUCAR CON FIRMEZA Y CARIÑO (JANE NELSEN)

- Es el libro más conocido de Disciplina Positiva y sin duda una buena idea para iniciarse y profundizar más en esta filosofía de vida.
- Está inspirado en las ideas de Rudolf Dreikurs en su libro Children: the challenge.
- Es un libro muy práctico que nos enseña cómo educar con firmeza y cariño, nos ayuda a comprender la conducta de nuestros hijos y explica por qué debemos evitar los premios y los castigos como métodos pedagógicos.
- Ofrece una gran cantidad de ejemplos que ayudan mucho a comprender y a poder poner en práctica en tu casa, en tu familia.



PADRES LIBERADOS, HIJOS LIBERADOS (ADELE FABER - ELAINE MAZLISH)

- Es uno de mis libros favoritos, lo tengo siempre a mano y releo casi semanalmente alguno de sus capítulos, de sus páginas.
- Es una guía para llegar a tener una familia más feliz. y en ella las autoras nos hablan de las innumerables formas en que el uso del lenguaje puede fomentar la autoestima, inspirar la confianza y animar a asumir responsabilidades



DISCIPLINA SIN LÁGRIMAS (DANIEL J. SIEGEL)

- Puede ser otro gran libro con el que empezar a sumergirse en este mundillo.
- En este libro se nos habla mucho de la importancia del "conecta y redirige" como fundamento en la relación con nuestro hijo. Esta herramienta nos permite conectar con ellos en momentos complicados o intensos y educar o generar aprendizaje a medio plazo redirigiendo y proporcionando alternativas y flexibilidad para situaciones futuras.

