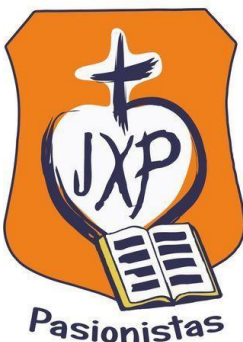


Cynthia Santacruz López

Psicóloga experta en infancia y familia

DISCIPLINA POSITIVA

San Gabriel



grupodiada

- Justificación.
- Objetivos.
- Contenidos.
- Propuesta económica.
- Contacto



Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo.

Benjamin Franklin

Justificación

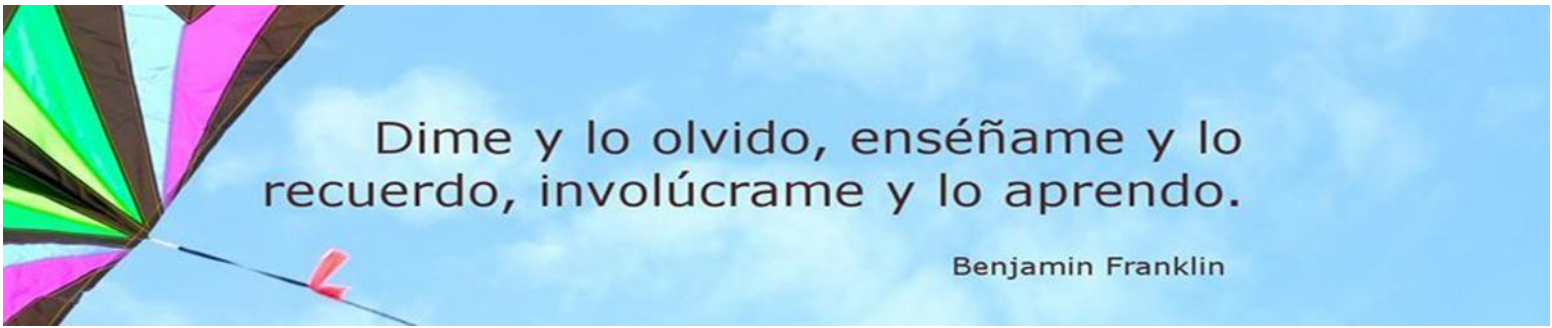
Educar, es sin duda, la tarea más complicada a la que padres y madres nos enfrentamos diariamente. Hay momentos de frustración, enfado incluso desesperación, y de cómo resolvamos estos momentos dependerá en gran medida la idea que nuestros hijos generen sobre ellos mismos, su valor y el papel que ocupan en la relación con los demás.

La DISCIPLINA POSITIVA es un modelo de intervención basado en el respeto mutuo entre padres e hijos. Es una forma de entender la crianza desde la firmeza y el cariño.

Desde el enfoque de la DP todos aquellos que intervenimos en la educación de niños y adolescentes debemos manejar determinadas herramientas que posibiliten:

- Transmitir mensajes de amor y confianza.
- Formar en autodisciplina.
- Poner fin a las luchas de poder.
- Potenciar los talentos y no los defectos.
- Desarrollar el potencial creativo de los niños enseñándoles cómo pensar en vez de qué pensar.

En definitiva la DP representa una potente herramienta para que padres y madres puedan poner en práctica SOLUCIONES y dejen de sentirse atrapados en las conductas problema.



Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo.

Benjamin Franklin

Objetivos

- Acercar a los participantes a la filosofía de la DISCIPLINA POSITIVA para que puedan conocer su efecto en el desarrollo de sus hijos.
- Dotar de habilidades para la comprensión de la conducta infantil.
- Mostrar algunas de las herramientas fundamentales para intervenir desde el respeto.
- Propiciar el bienestar de todos el núcleo familiar.



Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo.

Benjamin Franklin

Contenido

-BREVE RESEÑA SOBRE LOS ORÍGENES

Disciplina Positiva es un programa formativo para padres ideado por la psicóloga Jane Nelsen, que se dedicó a recopilar todos los conceptos teóricos sobre la educación que los psiquiatras Alfred Adler y Rudolf Dreikurs desarrollaron a principios del siglo XX. Jane Nelsen publicó su primer libro, *Disciplina Positiva*, en 1981, y a día de hoy podemos encontrarlo en España bajo el título “Cómo educar con firmeza y cariño” (*Disciplina Positiva* sigue siendo el nombre que recibe su libro en los países latino americanos). Junto a Lynn Lott idearon el manual para facilitar talleres y clases de padres y colaboraron escribiendo otros libros como, “*Disciplina Positiva en el aula*” o “*Disciplina Positiva para adolescentes*”.

Pero empecemos por los orígenes..... El psiquiatra Alfred Adler (Viena 1870-1937) elaboró la teoría del desarrollo social en la que sostenía que el comportamiento humano se dirige a obtener pertenencia y significado,

al mismo tiempo que es influenciado por las impresiones que las personas tienen de sí mismas, los otros y del mundo.

Antes de los años 30 Adler ya había creado las primeras escuelas para aprender a educar. En ellas colaboraban maestros, médicos, padres y psicólogos y apostaban por la idea de que los padres podían formarse para educar a sus hijos.

Adler propuso tratar a los niños con respeto y cariño pero también argumentó que consentir y sobre protegerlos no era motivador para ellos y podía producir problemas sociales y de comportamiento.

Rudolf Dreikurs se sumó a la teoría de Adler convirtiéndose en su discípulo continuó desarrollando la teoría iniciada por Adler hasta llegar a lo que hoy conocemos como teoría de la educación democrática. Dreikurs fue una de las primeras personas en reconocer los beneficios de las terapias grupales y promovió las relaciones basadas en el respeto mutuo tanto en la familia como en la escuela. Además, aportó una clasificación de 4 metas erróneas en las que cualquier niño podía caer en su búsqueda del sentido de pertenencia.

Adler y Dreikurs emigraron a EEUU y fue entonces cuando Jane Nelsen y Lynn Lot estudiaron la obra de Adler y Dreikurs, la transcribieron a un lenguaje más coloquial y crearon el programa conocido como Disciplina Positiva.

Desde entonces, el programa de Disciplina Positiva fue creciendo, promovieron y realizaron talleres para padres y maestros para enseñar cómo educar con firmeza y cariño, implementaron programas de disciplina para el aula y crearon la asociación de Disciplina Positiva en E.E.U.U (The Positive Discipline Association). Desde entonces, empezaron a formar a entrenadores de padres y maestros para hacer llegar la Disciplina Positiva a todos los lugares del mundo.

- INTRODUCCIÓN A LOS PRINCIPIOS:

La Disciplina Positiva se basa en 6 principios clave e inseparables.

Si falta alguno no es Disciplina Positiva. Estos seis principios son las claves de cómo educar con firmeza y cariño:



RELACIONES HORIZONTALES

Todas las personas tenemos los mismos derechos. Hablar al mismo nivel, sin superioridad por parte del educador.



CONEXIÓN Y SENTIMIENTO DE PERTENENCIA

Hacer sentir al niño que es importante y que forma parte del grupo (familia o escuela).



EDUCACIÓN A LARGO PLAZO

Se trabaja con herramientas que buscan la educación a largo plazo, para enseñar habilidades de vida.



ANIMAR Y DAR ALIENTO

Utiliza la motivación en lugar de las alabanzas, para animar al niño y empoderarlo.



AMABILIDAD Y FIRMEZA AL MISMO TIEMPO

Los límites son muy importantes en la educación y son siempre aplicados con amabilidad y firmeza, y no en un baile de uno al otro.



VISIÓN DE LOS ERRORES COMO ESTUPENDAS OPORTUNIDADES PARA APRENDER

De lo que más aprendemos es de nuestros errores, son bienvenidos todos los errores.

De estos 6 principios surgen todas las **herramientas que podemos utilizar para afrontar los retos** que como padres se nos plantean a diario, para enseñar a nuestros hijos habilidades de vida que le serán muy útiles el día de mañana:

- EL VALOR DEL AUTOCUIDADO

Desde este modelo de acompañamiento se da mucho peso a la importancia de poner luz a las necesidades, sensaciones y emociones de los padres y madres. Es fundamental comprender qué se mueve en nuestro mundo emocional para poder entender el de nuestros hijos. Cuál es nuestra forma de actuar ante situaciones de estrés y en nuestra rutina diaria. **Conocerse a uno mismo** es el primer paso para tomar conciencia de nuestra parte de responsabilidad en la contribución de los conflictos con nuestros hijos. **La conducta de nuestros hijos tiene mucho que ver con nosotros mismos**, más de lo que solemos darnos cuenta. A menudo nos quejamos de situaciones que nosotros mismos hemos creado con nuestra actitud. Así, al conocernos un poquito mejor entendemos porque en algunas ocasiones nuestros hijos (o cualquier persona) no reaccionan como nosotros queríamos. **El autoconocimiento es fundamental para ajustar las expectativas y nos hacemos responsables de nuestra parte de contribución al problema.**

- CAJA DE HERRAMIENTAS.

La DP posee una potente caja de herramientas que permite a los padres ampliar sus opciones de intervención dependiendo de las circunstancias del niño y los diferentes contextos. Aunque en esta sesión no tendremos tiempo de trabajarlas todas es bueno que los participantes puedan conocerlas para que sientan que existen alternativas eficaces para intervenir con serenidad.

Algunas herramientas son:

- **Motivar vs Alabar.**
- **Preguntar.**
- **Supervisión.**
- **Ofrecer opciones limitadas.**

- Ser firme y amable al mismo tiempo.
- Utilizar las 4 erres de los errores.
- Validar los sentimientos.
- Actuar más y hablar menos.
- Empoderar vs Rescatar.
- Enfocarse en las soluciones en lugar de las consecuencias.
- Involucrar a los niños.
- Permitir que los niños experimenten las consecuencias naturales de sus decisiones.
- Escuchar activamente.
- Programar tiempos especiales con cada miembro de la familia.
- Utilizar las reuniones de familia.
- Llegar a acuerdos. Negociar.
- Dar y recibir cumplidos/las gracias.
- El tiempo fuera positivo.

Etc...

CONTACTO:

Cynthia SantacruzLópez

91 134 23 04 / 627565670

csantacruz@grupodiada.es