



**POSITIVE  
DISCIPLINE  
ASSOCIATION**

DEVELOPING RESPECTFUL RELATIONSHIPS

# ¿Qué es Disciplina Positiva?

[www.positivediscipline.org](http://www.positivediscipline.org)

“Hemos recibido comentarios asombrosos de maestros que han asistido al curso de Disciplina Positiva. Ha tenido el mérito de prácticamente eliminar las visitas a la dirección y permitir a las maestras manejar los grupos grandes que tuvimos este año ya que los niños resolvían sus propios problemas.”  
Escuela Primaria “Big Springs”, Garland, TX

“¿Por qué pensamos que para que los niños se porten bien, primero hay que hacerlos sentir mal? Los niños actúan bien cuando se sienten bien.”  
Jane Nelsen

“Pienso que en nuestra escuela tenemos un ambiente diferente cuando se trata de la interacción entre unos y otros. Existen problemas (ya sabes, ya viene navidad) pero el porcentaje de interacción negativa está disminuyendo. No estoy manejando la misma cantidad de conflictos en la oficina.”  
Director de escuela, después de implementar Disciplina Positiva en el salón de clases por 3 meses en su escuela.

**Disciplina Positiva** es un programa diseñado para ayudar a las personas a convertirse en miembros de la comunidad responsables, respetuosos y llenos de recursos. Está basado en la serie de libros de Disciplina Positiva de la Dra. Jane Nelsen, 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 (padres, maestros, personal de guarderías, personas que trabajan con jóvenes y otros).

Estudios recientes demuestran que los niños tienen desde el nacimiento un interés a sentirse conectados con los demás y que los niños que tienen ese sentido de vínculo con su comunidad, familia y escuela se portan mejor. Para convertirse en 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 Nelsen menciona las siguientes características de una “disciplina efectiva que enseñe”:

## CINCO CARACTERÍSTICAS DE UNA DISCIPLINA EFECTIVA

Una disciplina efectiva...

1. Ayuda a los niños a tener un sentimiento de conexión. (Pertenencia e importancia.)
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 o de su mundo y qué necesita 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 positivamente en su hogar, su escuela y su comunidad.)
5. Invita a los niños a descubrir sus capacidades. (Alienta el uso constructivo del poder personal y la autonomía.)

Los modelos de Disciplina Positiva para padres y manejo grupal están orientados 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, busca 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.
- Una disciplina que enseñe (que no sea permisiva ni punitiva).
- Enfocarse en soluciones en lugar de castigos.
- Alentadora (en lugar de alabadora). Cuando alentamos, ponemos atención al esfuerzo y la mejoría, no simplemente al éxito. Esto fortalece la autoestima y estimula.

“Padres y maestros no pueden seguir funcionando como jefes, deben adquirir la habilidad de ser líderes democráticos.”

Rudolf Dreikurs en *Social Equality the Challenge of Today*

“La democracia en el salón de clases no es solo un adorno o una unidad aislada de ciencias sociales, sino una necesidad en la educación.”

Steven Zemelman, Harvey Daniels y Arthur Hyde en *Best Practice: New Standards for Teaching and Learning in America's Schools 2<sup>a</sup>*. Ed. 1998

“Mis hijos son más conscientes de sus capacidades y de mi confianza en ellos.”  
R. Swetz, padre de familia.

“No he visto hasta ahora, un niño que no haya mejorado con Disciplina Positiva.”

Margaret Wilson, maestra de 4o. grado.

“La mejor motivación para hacer bien un trabajo, es la satisfacción de hacerlo.”

Rudolf Dreikurs en *Social Equality the Challenge of Today*

Características únicas del modelo de Disciplina Positiva también incluyen.

- Enseñanza a adultos y estudiantes a través de actividades vivenciales, creando oportunidades para practicar las nuevas habilidades y aprender practicando de manera divertida.
- Programas de disciplina coherentes para el salón de clases y para padres. Padres y maestros pueden trabajar unidos para proporcionar un ambiente seguro y coherente a los niños
- Entrenamientos accesibles y apoyo continuo para que los miembros de las comunidades puedan enseñarse unos a otros habilidades de Disciplina Positiva.
- Entrenadores certificados en todo del país y algunas partes del mundo para trabajar en escuelas y comunidades.

## HISTORIA DE LA DISCIPLINA POSITIVA

El modelo de educación y manejo grupal de Disciplina Positiva está basado en el trabajo de Alfred Adler y Rudolf Dreikurs.<sup>1</sup> El Dr. Adler introdujo la idea de educación para 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 introducidas en Estados Unidos por el Dr. Dreikurs a finales de 1930. Dreikurs y Adler se refieren a la propuesta de amabilidad y firmeza en la educación como “democrático”.

En 1980 Lynn Lott y Jane Nelsen asistieron a un taller facilitado por John Taylor.<sup>2</sup> Lynn comenzó a entrenar vivencialmente a algunas personas 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 Adlerianos de Consultoría para alentar a Padres y Maestros), un proyecto con patrocinio federal que tuvo un posicionamiento ejemplar en su fase de desarrollo. Jane escribió y auto-publicó su libro *Disciplina Positiva* en 1981 y posteriormente fue publicado por Ballantine en 1987. En 1988, Jane y Lynn decidieron escribir juntas el libro que ahora se titula *Disciplina Positiva para Adolescentes* y empezaron a enseñar habilidades para padres y manejo grupal de forma vivencial. Lynn y Jane también escribieron *Disciplina Positiva en el Salón de Clases* y desarrollaron un manual lleno de actividades vivenciales para maestros y sus alumnos.

Desde entonces, la serie de libros 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 en Disciplina Positiva.

Miembros de la comunidad, padres de familia y maestros, son exhortados para convertirse en facilitadores entrenados y compartir los conceptos de Disciplina Positiva con sus propios grupos.

Las clases de Disciplina Positiva para padres son impartidas por todo Estados Unidos y la Disciplina Positiva es usada exitosamente como modelo de manejo de grupo en escuelas primarias privadas, religiosas y públicas. Actualmente, está desarrollándose un programa de escuelas modelo.

“Mientras más aprendemos, más placer experimento al ser padre. ¡Gracias!”

Padre de familia.

He sido maestra 15 años. Antes, el maestro era el juez, el jurado y el verdugo. Ahora los niños resuelven sus problemas y nosotros tenemos más tiempo.

Mary DiNatale, maestra de 3er. año

“Disciplina Positiva es una de las pocas clases prácticas y efectivas que he tomado desde que estoy en el campo educativo. DP ha abierto tantas posibilidades para lidiar con las necesidades de los alumnos. Siento que tengo más herramientas “reales” para poder ayudar a que los alumnos realmente sean exitosos y puedan ayudarse a sí mismos.”

Maestro

“Mi hijo mayor está empezando a compartir sus pensamientos y opiniones. ¡Nos encantan los cambios!”

Padre de familia

<sup>1</sup> Alfred Adler (1870-1937) Psiquiatra vienés que emigró a los Estados Unidos. Aunque era contemporáneo de Freud, promovía una muy diferente visión del comportamiento humano. Adler creía que el comportamiento no era determinado por eventos en el pasado, sino que su meta es obtener pertenencia e importancia y es influenciado por las decisiones personales acerca de sí mismos, de los demás y del mundo. Rudolf Dreikurs (1897-1972), también psiquiatra vienés, era el director de uno de los centros de terapia familiar en Viena que utilizaban 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 un incansable promotor de las relaciones basadas en el respeto mutuo tanto en el hogar como en la escuela. Sus reconocidas obras incluyen: *Children the Challenge*, *Maintaining Sanity in the Classroom* y *The Psychology of the Classroom*.

<sup>2</sup> 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.

## LA DEMOSTRACIÓN DE DISCIPLINA POSITIVA

Apenas se está comenzando una evaluación oficial comparando escuelas que utilizan Disciplina Positiva con escuelas que utilizan otros programas de disciplina. 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 juntas de clase en toda una 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 el ambiente 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 significativa mejoría en el comportamiento de los alumnos en las escuelas del programa en comparación de escuelas controladoras. (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 repetidamente que la percepción del estudiante de pertenecer a la comunidad escolar (estar “conectado” con la escuela) disminuye la incidencia de comportamiento socialmente riesgoso (como estrés emocional y pensamientos/ intenciones suicidas, consumo 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 habilidades sociales a los estudiantes más jóvenes, tiene un efecto protector que dura hasta la adolescencia. Es más probable que los estudiantes que han aprendido habilidades sociales tengan éxito en la escuela y menos probable que tengan problemas de conducta. (Kellam et al, 1998; Battistich, 1999)

En un estudio reciente a padres de familia que aprenden Disciplina Positiva, los adultos (padres y cuidadores) informaron que han cambiado su conducta: están más conectados con sus hijos y pudieron establecer límites más claros (McVittie, 2009). En otro estudio de clases Adlerianas 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. Disciplina Positiva enseña a los padres las habilidades para ser amable y firme al mismo tiempo. Muchos estudios muestran que los adolescentes que perciben a sus padres amables (que muestran interés) y firmes (exigentes) tienen menos riesgo de fumar, consumir marihuana, alcohol o actuar violentamente, y postergan 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).

Para saber más acerca de Disciplina Positiva



**POSITIVE  
DISCIPLINE  
ASSOCIATION**

- ASOCIADOS EN DISCIPLINA POSITIVA
- TALLERES DE ENTRENAMIENTO
- ARTÍCULOS
- INVESTIGACIÓN

## ¿Qué es la Asociación de Disciplina Positiva y qué ofrece?

### 👉 Misión

La asociación de Disciplina Positiva está dedicada a la promover y alentar el desarrollo constante de habilidades sociales y de relaciones respetuosas en las familias, escuelas, empresas y comunidades.

### 👉 Servicios

La Asociación de Disciplina Positiva existe para fortalecer a las familias, escuelas y comunidades. Proporciona entrenamiento para instructores que preparen a padres de familia (incluyendo a padres adoptivos), maestros, personal administrativo de escuelas y otros profesionales de apoyo. Proporciona material de entrenamiento y servicios de seguimiento. Todo el trabajo relacionado con educación para padres, orientación, disciplina, relaciones personales, habilidades de comunicación y trabajo en equipo, está basado en los principios Adlerianos y Dreikurianos.

Los grupos específicos a quienes están dirigidos los talleres y entrenamientos (aunque no solamente limitados a ellos) son:

- *Padres, abuelos, padres adoptivos y personas encargadas de cuidar niños.*
- *Familias.*
- *Orientadores de padres.*
- *Maestros y personal administrativo de escuelas desde preescolar hasta preparatoria.*
- *Personal de guarderías.*
- *Terapeutas, orientadores y trabajadores sociales.*
- *Organizaciones sociales.*
- *Comunidades espirituales*
- *Instructores corporativos.*

Revisión de literatura dirigida por Jody McVittie, M.D.

Para investigación más extensa, consulta en línea:

<http://www.positivediscipline.org/>

Visítanos en *nuestro TWITTER y FACEBOOK “Educa Bonito” o escribenos a educabonito@gmail.com*