

PASA LA VOZ

*Disciplina
Consciente
Cambias Tú
y Cambia el
Mundo
Parte 1*

Marzo 2018



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

Disciplina Consciente Cambias Tú y Cambia el Mundo

Marzo **2018**

Código: PC.2.05.01.0036

Subsecretaría de Educación Especializada e Inclusiva
Dirección Nacional de Educación Inicial y Básica
Telfs.: 3961389 / 3961404

Índice

Editorial.....	4
Disciplina consciente cambias tú y cambia el mundo	7
¿En qué se basa la Disciplina Consciente?.....	9
Un sistema de disciplina poderoso	10
¿Qué propone la Disciplina consciente?.....	11
¡Calidad de vida, éxito y más!.....	12
¡Un programa de alto impacto!.....	13
Bibliografía y Webgrafía.....	14

EDITORIAL

El afecto es ese sentimiento que permite a los niños tener seguridad emocional, en este momento como Ministerio de Educación nos es muy importante investigar sobre nuevas metodologías y alternativas para el trabajo con nuestros niños y llevar con ellos un desarrollo integral, y eso es el programa de Disciplina Consciente, una herramienta que nos permite cambiar el miedo por el amor, ese afecto que los niños sienten cuando sus maestras les acompañan, la seguridad de saber que sus emociones pueden auto controlarlas e identificarlas.

Este programa tiene una visión integral, justamente no podemos dar amor, seguridad y autocontrol si no podemos aplicar desde uno mismo, primero, por eso es importante que los maestros podamos conocer acerca de lo que significa el programa de Disciplina Consciente.

Una de las principales habilidades es la compostura, la calma, ejercicios de respiración, tomar el control de la situación e identificar cuál es el conflicto emocional del niño y que él pueda expresarlo.



Aleyda Matamoros Cueva.
SUBSECRETARIA DE EDUCACIÓN ESPECIALIZADA E INCLUSIVA

El mensaje clave para nuestros maestros es: primero cambia Tú y podrás cambiar el mundo, ese mundo de los niños que tienen un gran potencial por descubrir.

Les invitamos a leer nuestro Pasa la Voz de este mes, con el tema Disciplina Consciente, que nos brinda herramientas para desempeñarnos mejor en el papel de maestros desde el área socio-afectivo puente principal para lograr una mejor conexión con nuestros estudiantes. Además, les invito a investigar y apoyarnos a través de nuestras Redes de Aprendizaje para impulsar este nuevo programa en beneficio del desarrollo de nuestros niños.



DISCIPLINA CONSCIENTE CAMBIAS TÚ Y CAMBIA EL MUNDO

Parte 1

Con disciplina consciente aprendí que solo tú puedes cambiarte a ti mismo; una vez que trabajo en mí, que adquiero herramientas de autocontrol, que comprendo que mi manera de reaccionar y responder a las dificultades será copiada por mis hijos, estudiantes, y colegas, comprendo la inmensa responsabilidad que tengo sobre mis actos.

En muchas ocasiones las maestras nos preguntamos, ¿cómo puedo hacer para cambiar a este niño?, ¿qué hago para que estos padres se sientan más comprometidos?

¿Qué es la Disciplina Consciente?

Disciplina consciente es un programa de autorregulación que integra un aprendizaje socio-emocional, cultura escolar y disciplina. Provee a niños y adultos las destrezas para ser:

- suficientemente disciplinado para alcanzar sus metas,
- suficientemente conscientes para saber que en ocasiones nos desviamos del camino.

Este programa fue creado por la Dra. Becky Bailey experta en desarrollo del niño y educación. Ella encontró niños emocionalmente lastimados y adultos frustrados por la disciplina tradicional.

La disciplina tradicional está basada en reglas que son cumplidas por los niños a través de premios y castigos, “la meta es que obedezcan”, “los que cumplen son recompensados”, “los que no cumplen son castigados y removidos”; si la desobediencia persiste, el miedo es la herramienta para tener control de los niños. La disciplina tradicional tiene las siguientes hipótesis:

1. *Es posible controlar a los demás a través de la manipulación.*
2. *Las reglas gobiernan el comportamiento.*
3. *El conflicto interrumpe el proceso de aprendizaje.*



¿En qué se basa la Disciplina Consciente?

Disciplina Consciente está basada en tres premisas totalmente diferentes:

1. El controlarnos y cambiarnos a nosotros mismos es posible y tiene un profundo impacto.
2. La conexión es lo que gobierna el comportamiento.
3. El conflicto es una oportunidad para enseñar.

Disciplina Tradicional	Disciplina Consciente
Nosotros podemos cambiar a los demás.	Cambiarnos a nosotros mismos es posible. Es nuestra decisión cambiar.
Si fallamos al tratar de cambiar a otros, fallamos como maestros.	
Cuando logramos que los niños se comporten, demostramos que tenemos poder y autoridad.	Somos responsables de nuestro comportamiento.
El poder viene de controlar a los estudiantes.	Podemos ser las personas que queremos.
Si los otros cambian podemos ser felices y sentir paz.	Cuando las cosas no salen a mi manera, buscaré soluciones.
Culpamos a los otros por nuestro comportamiento.	Somos responsables de nuestras emociones y de nuestros actos.
El conflicto es una interrupción al proceso de aprendizaje y debe ser eliminado.	El conflicto es una oportunidad de aprendizaje.
El miedo es más poderoso que el amor.	El amor es más poderoso que el miedo.
Disciplina condicionada.	Desarrolla el auto regulación.

La Disciplina consciente es la forma de disciplinar a los niños y a nosotros para que pasemos de una dependencia del miedo al amor.



Un sistema de disciplina poderoso

Para crear este programa se unió la neurociencia, la psicología, estudios del desarrollo evolutivo del niño. Esta filosofía cree que la disciplina se desarrolla dentro del niño, no se la impone. Este sistema de disciplina es poderosa, nos enseña a los adultos como crear seguridad, conexión y ambientes adecuados para el cerebro, todo esto permite al niño aprender y resolver problemas de mejor manera.

¿Qué propone la Disciplina consciente?

Disciplina Consciente nos propone un manejo diferente a la disciplina tradicional, basándose en el amor y la conexión en vez del miedo, como estrategia principal.

Nuestra pregunta como maestros no debería ser “¿Cómo logro que mi estudiante haga lo que yo digo?”, sino “¿Qué necesita mi estudiante y cómo le ayudo a satisfacer esas necesidades?”

¿Cómo transformar momentos difíciles en oportunidades?

La Disciplina Consciente se basa en siete habilidades para resolver los problemas de comportamiento para que los niños hagan sus tareas, pongan atención y terminen su trabajo. Las siete habilidades transforman los momentos difíciles de comportamiento en oportunidades para enseñar a los niños destrezas socio-emocionales, y de comunicación, necesarias para manejarse a ellos mismos, resolver conflictos, prevenir el acoso escolar y desarrollar comportamientos pro-sociales.

Las siete habilidades son:

1. Compostura
2. Animar o motivar
3. Asertividad
4. Elecciones
5. Empatía
6. Intento positivo
7. Consecuencias



Al implementar estas habilidades en cada interacción aprendemos los adultos a estar en control de nosotros mismos, por consiguiente nos convertimos en un modelo a seguir por los niños. Disciplina consciente nos enseña que primero los maestros debemos ser auto-regulados y conscientes de nuestro comportamiento para poder enseñar a nuestros estudiantes como resolver conflictos.



¡Calidad de vida, éxito y más!

Como resultado vemos relaciones saludables, éxito académico, es decir una mejor calidad de vida. Los maestros que usan esta manera de disciplinar se sentirán felices ya que verán como sus niños pueden regular y manejar sus pensamientos, comportamientos y emociones. Empoderándoles para alcanzar sus metas como nunca antes.



¡Un programa de alto impacto!

Disciplina consciente es practicada en 36 países y ha sido traducida a 22 diferentes idiomas, ha entrenado a 3'000,000 de maestros, impactando a un estimado de 15'000,000 de niños. Esta filosofía ha dado ayuda a niños que han pasado por eventos traumáticos como Tsunamis, terremotos, o extrema pobreza.

En fin, este programa me ha hecho descubrir que si quiero cambiar el mundo tengo que empezar a cambiar yo.

El siguiente mes, descubriremos y aprenderemos un poco más de la Disciplina Consciente...

María Soledad Pérez
Magister en Educación

Bibliografía

- Nuñez G. Educando con propósito. Createspace Independent Publishing Platform.
- Nelsen, J. Cómo educar con firmeza y cariño. Medici.
- Nelsen, J. Erwin Ch. Ann Duffy, R. Disciplina Positiva para Preescolares. Medici.
- Siegel, D. Payne, T. El Cerebro del niño. Alba.

Webgrafía

- https://www.usfq.edu.ec/publicaciones/para_el_aula/Documents/para_el_aula_11/pea_011_0010.pdf
- <https://www.udla.edu.ec/app/jornadaseducacion/presentaciones/G.DisciplinaConsciente2016.pdf>
- https://www.youtube.com/watch?v=xs7OWBj_GiE
- <https://consciousdiscipline.com/free-resources/type/spanish-resources/>

Agradecemos la participación de:

- Centro de Educación Inicial Semillitas de la ciudad de Pujilí en la provincia del Cotopaxi.
- Magister en Educación Soledad Pérez, Directora del CI Play Time. Quienes aportaron con su entusiasmo y disponibilidad al enriquecimiento de este Pasa la Voz.



Visita la galería completa

AQUÍ 

PASA LA VOZ



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

Marzo 2018



www.educacion.gob.ec