

# Disciplina Positiva a l'aula



## QUÈ ÉS?

És un model educatiu centrat en crear relacions respectuoses entre els membres de la comunitat o grup. És un conjunt d'eines pràctiques amb reconeguda efectivitat que pot ser usada per pares i mares, professorat, empreses o directives. Està basat en la psicologia d'Alfred Adler i Rudolf Dreikurs, i en el llibre *Com educar amb fermesa i afecte* de Jane Nelsen.

La **disciplina positiva a l'aula** és una metodologia pedagògica orientada a educar, ensenyar i guiar a l'alumnat des del punt de vista de la comprensió, el respecte i l'empatia. Evita educar amb crits i càstigs, sinó a través de la responsabilitat, l'actitud col·laborativa i un major autoconeixement d'ells mateixos. Es pren consciència del perquè d'unes certes actituds, conductes i emocions i s'aprèn a actuar de manera que s'afavorisquen canvis en el comportament que siguen perdurables en el temps.



## PER A QUÈ SERVEIX?

L'objectiu d'aquesta mena d'educació és que l'alumnat es desenvolupi de manera sana, aprenent a ser responsable dels seus actes i que tota acció té una conseqüència. D'aquesta manera, es busca que en un futur siguen responsables, autònoms i feliços.

La disciplina positiva porta amb si beneficis com una educació sense càstigs i sense crits i això impacta en la seua autoestima i en la confiança que tenen en si mateixos. L'alumnat se sent valorat, se sent important i que es capaç d'exercir autocontrol sobre el seu comportament.

Estudis han evidenciat que després d'aplicar la **disciplina positiva a l'aula**, s'han reduït els suspensos, l'absentisme escolar, el vandalisme, l'ús de substàncies addictives o els pensaments suïcides, alhora que ha millorat el clima de classe, el comportament, les actituds i l'acompliment acadèmic.

# CARACTERÍSTIQUES

La premissa d'aquest model és ajudar les persones a trobar un sentit de pertinença i significat seguint CINC CRITERIS:

- Ajuda a les xiquetes i als xiquets a sentir una **sensació de connexió** amb les persones que els envolten (pertenença i significat). Se'ls tracta des de la comprensió i l'amor incondicional (se'ls vol per qui són independentment del seu comportament).
- És mútuament **respectuós i encoratjador** (amable i ferm al mateix temps). Es promou l'assertivitat amb amabilitat, establint límits fugint tant de la permissivitat com de l'autoritarisme.
- És **efectiu a llarg termini** (considera el que la xiqueta o el xiquet està pensant, sentint, aprenent i decidint sobre si mateix i el seu món, i què fer en el futur per sobreviure o prosperar).
- Ensenya importants **habilitats socials i de vida** (respecte, preocupació pels altres, resolució de problemes, comunicació i cooperació, així com les habilitats per a contribuir a la llar, l'escola o la comunitat en general). Es dona llibertat amb rutines i ordre, aportant seguretat i calma, alhora que confiança i comprensió.
- Convida a les xiquetes i als xiquets a **descobrir allò del que són capaços** (fomenta l'ús constructiu del poder personal i l'autonomia) i a voler-se com són. Les errades es consideren oportunitats d'aprenentatge i es fomenta la seua participació, implicació i cooperació.

Tot això es concreta en una sèrie d'activitats vivencials seqüenciades i sistematitzades per ser aplicades pel personal docent en l'aula.

## PER A SABER-NE MÉS

Llibre de Jane Nelsen Cómo educar con firmeza y cariño: <https://www.casadellibro.com/libro-como-educar-con-firmeza-y-carino/9788497990332/1139472>

Llibre Disciplina positiva en el aula: <https://www.contigodesenredo.es/producto/libro-disciplina-positiva-en-el-salon-de-clase/>

Web Positive Discipline Association: <https://positivediscipline.org/>

Web Disciplina Positiva España (formaciones y talleres): <https://disciplinapositivaespana.com/>

Vídeo de Marisa Moya: Disciplina Positiva: educar con amabilidad y firmeza.  
<https://www.youtube.com/watch?v=aBdyQgHFnnQ>

5 tips de disciplina positiva en el aula: <https://www.youtube.com/watch?v=vHXLvxRMKV8>

Cómo educar con Disciplina Positiva (10 pautas): [https://www.youtube.com/watch?v=\\_sjbo2NF3f4](https://www.youtube.com/watch?v=_sjbo2NF3f4)