

*La Disciplina y la Inteligencia Emocional como un Factores en la
Convivencia Escolar*



La Disciplina Positiva

La disciplina positiva es un enfoque educativo que busca enseñar a los niños y adolescentes habilidades para la vida a través del respeto mutuo, la amabilidad y la firmeza. Es un enfoque pedagógico desarrollado por Jane Nelsen, basado en los principios de Alfred Adler y Rudolf Dreikurs, que busca educar a los niños y jóvenes con firmeza y amabilidad al mismo tiempo, sin recurrir al castigo ni a la permisividad.

La disciplina positiva busca entender el comportamiento infantil y juvenil y en ofrecer herramientas que guíen el desarrollo de forma constructiva, sin recurrir al castigo.



Principios fundamentales

- Todo comportamiento humano está motivado por el deseo de sentirse parte de un grupo y de ser valorado. Cuando los estudiantes no sienten esto, buscan "pertenecer" de formas inadecuadas.
- No se trata de ser blando ni autoritario, sino de mantener límites claros con respeto y empatía hacia el estudiante.
- En lugar de sancionar, se busca que el estudiante comprenda las consecuencias de sus actos y participe en encontrar soluciones.
- Los errores no se ven como fracasos, sino como momentos valiosos para crecer y desarrollar habilidades socioemocionales.
- Se prioriza el desarrollo de la responsabilidad, la autonomía, la empatía y la resolución de conflictos sobre la obediencia inmediata.

Disciplina positiva vs. los enfoques tradicionales basados en el castigo.

El enfoque tradicional parte de la idea de que el comportamiento se regula desde afuera, donde mayormente el adulto tiene el control, marca las normas y el incumplimiento se responde con castigo o consecuencias negativas. Funciona en el corto plazo, ya que genera obediencia inmediata, pero su efecto a largo plazo tiende a producir uno de dos extremos: como alumnos sumisos que solo se

comportan bien cuando hay supervisión, o alumnos rebeldes que se resisten a la autoridad. La disciplina positiva, por otro lado, trabaja la motivación interna del estudiante. No niega la necesidad de límites, sino que los transforma en: los límites existen, pero son comprensibles, consistentes y contruidos con participación del estudiante.



La principal diferencia radica en la intención y el efecto a largo plazo en el niño. Mientras el enfoque tradicional busca controlar el comportamiento a través del miedo y el dolor, la disciplina positiva busca enseñar a través de la conexión y la colaboración.

El objetivo principal del enfoque tradicional basado en el castigo es que el niño pague de forma inmediata sus faltas sin medir las consecuencias emocionales. Esto quiere decir que quien hace que el niño o el estudiante pague es el adulto superior o quien tiene el poder. Mayormente, el mensaje que siempre transmite es "Eres malo y por eso te castigo" o "Para que aprendas, debes sufrir". En ese enfoque se utilizan los gritos, amenazas, castigos físicos, aislamiento, retirada de privilegios de forma arbitraria, humillación. Sus efectos son muy graves, ya que el estudiante puede sentir culpa, vergüenza, resentimiento, rebeldía, baja autoestima, mentiras para evitar el castigo, enfado. Aprende a comportarse solo cuando hay alguien vigilando.

Sin embargo, la disciplina positiva busca desarrollar la autodisciplina y la responsabilidad a largo plazo y enseñar habilidades para el futuro; promueve principalmente la dignidad, el respeto mutuo y el aprendizaje por encima de la culpa. La disciplina positiva transmite un mensaje como la confianza, aprender de forma colaborativa y el aliento. Sus métodos más comunes se basan en: tiempo para calmarse, resolución de problemas, consecuencias relacionadas y respetuosas, reuniones familiares/de aula, exploración de sentimientos. En vez de destacar el error y castigarlo, se promueve que el error es una oportunidad maravillosa para aprender.

La inteligencia Emocional

Es la capacidad de reconocer, comprender y gestionar nuestras propias emociones, así como entender y relacionarnos adecuadamente con las emociones de los demás.

Generalmente, implica tener habilidades como la autoconciencia, que es reconocer lo que sentimos y por qué; la autorregulación, manejar las emociones de forma adecuada, es decir, no reaccionar impulsivamente; la motivación: usar las emociones para alcanzar metas y mantener el esfuerzo. La empatía: comprender las emociones y puntos de vista de otras personas; y, por último, habilidades sociales: comunicarse, resolver conflictos y trabajar bien con otros.



Es un factor determinante en la capacidad de un estudiante para participar en negociaciones colaborativas, especialmente porque estas situaciones van más allá del mero intercambio de información y se adentran en el terreno de la gestión de relaciones y emociones.

La influencia de la inteligencia emocional en la negociación colaborativa

Es un factor determinante en la capacidad de un estudiante para participar y poder en negociaciones colaborativas, especialmente cuando estas situaciones van más allá del intercambio de información y se adentran en el terreno de la gestión de relaciones y emociones dentro de la escuela.

La inteligencia emocional influye directamente en la capacidad de un estudiante para participar en una negociación colaborativa, porque este tipo de negociación requiere primero comprender las emociones propias y ajenas, saber comunicarse con respeto y buscar soluciones donde todos ganen para poder convivir en un mejor clima escolar.



Cuando un estudiante posee buena inteligencia emocional, puede mantener la calma ante desacuerdos con sus compañeros, escuchar sin reaccionar impulsivamente, comprender los sentimientos y puntos de vista de sus compañeros y maestros, expresar ideas sin agredir y buscar soluciones justas.

Componentes críticos de la inteligencia emocional en la negociación

Autorregulación o manejo de emociones:

Debemos tener en cuenta que es el componente más destacado, ya que la regulación emocional es la capacidad de poder controlar los impulsos y manejar nuestras emociones. En una negociación, es no dejarse llevar por el enojo si una de nuestras propuestas es rechazada y entender que no todos están de acuerdo con nuestras soluciones. Un estudiante que se autorregula debe hacer una pausa y luego responde de forma reflexiva, manteniendo siempre el objetivo de negociar para buscar soluciones.

Empatía

La empatía va más allá de simplemente reconocer lo que el otro siente; también implica comprender su perspectiva desde otro punto distinto. En una negociación, un estudiante empático puede discernir que la "posición" firme de un compañero esconde un interés, como la necesidad de equidad en la distribución del trabajo o el reconocimiento de su esfuerzo.

Autoconciencia:

Es la base sobre la que se construyen las demás habilidades. Un estudiante con autoconciencia reconoce sus propios desencadenantes emocionales, sus fortalezas y sus debilidades en el contexto de la negociación.

Habilidades sociales

Este componente pone en práctica la autoconciencia y la empatía. Incluye la comunicación clara, la escucha activa, la influencia positiva y la capacidad de inspirar y guiar al grupo hacia un objetivo común. Un estudiante con buenas habilidades sociales sabe cómo hacer preguntas abiertas para explorar intereses, cómo reformular un conflicto para buscar puntos en común y cómo comunicar sus puntos de vista de una manera que no genere resistencia, sino que fomente la colaboración.