La forma de educar a los niños ha atravesado muchos cambios en los últimos veinticinco años. Para educar, es necesaria la disciplina. Los niños deben saber lo que pueden o no hacer, ser responsables de sus actos y de las consecuencias que estos generan. La existencia de normas en el cuidado de los niños, a través de disciplina positiva, les aportará seguridad y confianza para enfrentarse a la vida.

Tradicionalmente, tanto padres, cuidadoras como educadores, han empleado la disciplina punitiva, basada en el castigo, lo cual es muy eficaz a corto plazo pero provoca efectos muy negativos y poco aconsejables: vergüenza, resentimiento, baja autoestima, venganza y sumisión.

**¿De dónde hemos sacado la idea de que para que un niño se porte mejor primero debe sentirse peor?**

Solo hay que ponerse en su lugar y recordar la última vez que no nos han tratado amablemente o que nos han humillado (aunque tengamos que volver a ser niños de nuevo). ¿Nos sentimos bien y colaboradores? ¿O nos sentimos mal, tristes, airados, incluso furiosos? Pues a los niños les ocurre exactamente igual.

La educación en positivo entiende la disciplina como un medio para que el niño se desarrolle sano y feliz, un camino para ser autónomo y responsable, a través del cariño, la amabilidad, el respeto y la colaboración.

**Bases de la Disciplina Positiva**

La Disciplina Positiva es un programa formativo para padres, cuidadoras y educadores ideado por la psicóloga Jane Nelsen, que recopiló todo el trabajo sobre educación que los psiquiatras [Alfred Adler](https://es.wikipedia.org/wiki/Alfred_Adler) y [Rudolf Dreikurs](https://es.wikipedia.org/wiki/Rudolf_Dreikurs) desarrollaron a principios del siglos XX. Jane Nelsen publicó su primer libro, “*Disciplina Positiva*”, en 1981, y hoy en día, después de revisiones y actualizaciones, podemos encontrarlo bajo el título “Cómo educar con firmeza y cariño*”,* en él expone cuatro criterios para una disciplina eficaz:

1. **Amabilidad y firmeza al mismo tiempo**. Se emplean límites siempre aplicado con respeto y de forma motivadora.
2. **Conexión con los niños** para que sientan que se les tiene en cuenta: las relaciones son horizontales, todos tenemos los mismos derechos y hablamos al mismo nivel, sin superioridad.
3. **Eliminación del castigo** como solución: se emplean herramientas que buscan educar a largo plazo para enseñar habilidades de la vida, competencias sociales: respeto, interés por los demás, habilidad para resolver problemas, responsabilidad, participación y colaboración.
4. **Visión de los errores para aprender**: Equivocarnos supone una oportunidad para aprender y los niños deben experimentar esa experiencia.

Siguiendo esta línea, la ONG *Save the Children* ha presentado su guía «*Quién te quiere a ti*» sobre cómo educar en positivo. En ella expone que «*el castigo físico o psicológico supone una vulneración de los derechos de los niños*”. «*Los azotes, insultos o amenazas causan en los niños dolor, tristeza, miedo y soledad y legitiman el uso de la violencia entre generaciones*«. Esta guía señala que podemos emplear pautas para educar y establecer disciplina sin utilizar el castigo físico o psicológico, basadas en el respeto y el afecto a la vez que se establecen normas y límites claros.

**Qué es portarse mal**

También debemos aclarar lo que significa “*mala conducta*”. Según Jane Nelsen la mala conducta no es más que la falta de conocimiento o de competencias por parte del pequeño, una conducta propia de su edad, una expresión de desánimo o una reconexión con nuestro cerebro primitivo donde la única opción es la lucha de poder o el retraimiento.

A menudo, los adultos exhibimos conductas propias del cerebro primitivo y entablamos luchas de poder con los niños. Para que exista esta lucha hacen falta dos personas así que los adultos somos responsables.

Según esta pedagoga, en la mayoría de las ocasiones los pequeños no se portan mal, simplemente actúan según su edad. Y con mucha frecuencia actúan de forma poco apropiada porque tienen sueño o hambre. Y, en ese caso, ¿quién es el responsable de eso?

Con ello, no aboga por no hacer nada ante las conductas inapropiadas, llamadas malas conductas, sino que, si queremos que los niños controlen su conducta, los papás cuidadoras y profesores debemos aprender a controlar la nuestra y en vez de enfadarnos y gritar, debemos calmarnos antes, algo muy difícil estando en esa situación pero que como adultos debemos hacer.

**Pautas para educar en positivo**

La lista podría ser muy extensa, pero destacamos las 10 pautas principales que pueden ayudar a padres y educadores

1. Sé amable y firme
2. Da responsabilidades: Desarrolla su autonomía, hazle responsable de tareas acordes a su edad. A todos nos gusta sentirnos útiles
3. Ayúdale a razonar y permite que elija: Ofrece opciones limitadas para que haya una elección
4. Establece los límites de forma clara para poder respetarlos
5. Sé un ejemplo para que sea sencillo cumplir los límites
6. Explícale por qué debe hacer las cosas: Involucra al niño en los objetivos de conducta
7. Escucha activamente y ponte en su lugar
8. Deja que se equivoque: Dialoga y permítele que conozca las consecuencias de sus actos, permítele equivocarse y utilízalo como una oportunidad para mejorar, como una oportunidad para aprender
9. Busca soluciones en común, hazle partícipe y no culpabilices
10. Y la más importante: quiérele, quiérele mucho y házselo saber.