

“COMO DAR CLASE A LOS QUE NO QUIEREN”

Juan Vaello Orts

Santillana. Madrid, 2007

(Resúmenes realizados por Ana Montoro, Auxiliadora Bellón, C. Begoña Roales, Isabel Calle, Juan J. Valdivia, M^a del Carmen Expósito, M^a del Mar Expósito, M^a Luisa Sánchez, orientadoras y orientador en IES de Baeza, Úbeda, Cazorla, Torreperogil, Sabiote, Bedmar, Rus (Jaén).

INTRODUCCIÓN

Con el presente libro se pretende que el profesorado aprenda a gestionar eficazmente, con buenas prácticas docentes, las resistencias y disrupciones que genera el alumnado que no quiere estar en las aulas, no trabaja, no estudia, no hace las tareas...

El autor parte de la base de que los resultados académicos sólo se producirán si están asentados sobre un lecho de competencias socioemocionales imprescindibles (fuerza de voluntad, autocontrol, perseverancia, capacidad de superación...)

Pero es necesario superar dos tópicos o presunciones totalmente infundadas:

- Pensar que el alumno está dispuesto.
- Pensar que el profesor está preparado.

Querer y poder son los dos grandes requisitos para aprender, mientras que conseguir que puedan y que quieran son los dos grandes requisitos para enseñar.

LOS QUE NO QUIEREN (QNO)

El optimismo pedagógico

Frente al desánimo, es necesario tener fe en lo que hacemos y pensar que se pueden conseguir las metas perseguidas. Pero conviene saber que es necesario también:

- La preparación previa y continua del profesorado.
- la planificación (incluyendo las variables socioemocionales)

- El trabajo en equipo.
- La implicación de las familias y el apoyo de las administraciones educativas.

La obligatoriedad: una situación conflictiva

Parimos de una situación conflictiva: la obligatoriedad.

Ante ello, los profesores, con sus buenas o malas prácticas contribuyen a atenuar o a agravar los problemas que genera.

Ante la obligatoriedad hay que construir un currículo en el que quepan todos y, en muchas ocasiones, un enfoque exclusivamente académico es excluyente... Además, tener a los alumnos delante durante varias horas al día y no intervenir sobre ellos para socializarlos es un despilfarro social.

La diversidad de intereses y actitud.: los que no quieren

La diversidad no sólo se centra en las capacidades y conocimientos. También en las expectativas, interés, actitudes y a esto, en general se le dedica poca atención.

Se tratará de integrar en el desarrollo de la clase a los que no pueden, pero también a los que no quieren.

Por qué no quieren: entenderles para cambiarles

Hay multitud de causas por las que no quieren (obligatoriedad, falta de cultura del esfuerzo, falta de expectativas de éxito, percepción subjetiva de falta de capacidad, falta de fuerza de voluntad, ausencia de hábitos de trabajo, problemas personales y/o familiares, presentismo (necesidad de querer todo aquí y ahora), competencia de estímulos alternativos, brechas cognitivas y socioemocionales...). El primer paso es entenderles para cambiarles.

La olvidada formación integral: el fracaso académico y el fracaso socioemocional

La educación incluye el desarrollo de competencias cognitivas y socioemocionales (educación integral). Por ello, hay que combatir el fracaso socioemocional con el mismo énfasis y grado de planificación, si no mayor, que el fracaso académico. Porque, además, sólo mejorando las competencias socioemocionales mejoramos el rendimiento académico.

ACTITUD FAVORABLE

Qué hacer

Cambiar la actitud negativa de los alumnos y adoptar el propio profesor una actitud positiva.

Por qué

Una actitud positiva es el punto de partida de cualquier meta.

Cómo

Profesor > proceso de reflexión

La actitud del alumno

La disposición favorable de profesor y alumnos es un requisito ineludible para activar cualquier proyecto de enseñanza aprendizaje. El primer objetivo con los alumnos QNQ es conseguir de ellos una actitud favorable. En ella se ponen en juego tres componentes:

- Lo cognitivo: expectativas, creencias (no me entra, soy incapaz...)
- Lo afectivo: sentimientos y sensaciones (no me gusta...)
- Lo conductual: actuaciones (no me sale, no lo hago...)
- Lo más habitual es que la actitud favorable tenga que estar inducida por el profesor.

Cambio de actitud: la persuasión

Se trata de provocar el interés del alumno hacia la tarea, de modo que vea la utilidad y rentabilidad del esfuerzo. Y, en este proceso de persuasión, es preferible en ocasiones intentar reconvertir una actitud absolutamente negativa en otra fluctuante, que intentar cambios drásticos imposibles de conseguir. Cuanto más extrema es una actitud más difícil es de cambiar.. Y es que las personas nos agarramos tenazmente a actitudes que mantienen nuestra autoestima (autodefensa). Además, la influencia de otra persona para conseguir cambios sólo se da si el individuo se identifica con ella (ganarse la confianza mediante la aceptación y comprensión).

El balancín. Distribución actitudinal de los alumnos en la clase

La actitud del alumnado de una clase se configura como en un balancín: En el polo “positivo” estarían los que trabajan; en el “negativo”, los reacios a la tarea escolar con actitudes obstruccionistas. Y luego habría una “zona de incertidumbre” que es donde, en principio, se situarían la mayoría del alumnado.

A los alumnos del polo negativo es muy difícil pasarlos directamente al polo positivo: un objetivo realista debería ser intentar pasarlos a la zona de incertidumbre. Con los alumnos de esta zona, estrategias de empatía y motivación tendrían que incorporarlos al polo positivo.

En aquellas situaciones en que el polo negativo está hipertrofiado (por exceso de alumnado) habría que replantearse nuevos criterios de confección de grupos.

La actitud del profesor

Cada profesor asume su función de modo peculiar (según cómo es, cómo enseña, cómo trabaja, qué sabe, qué piensa, cómo progresa, cómo se relaciona).

Con todo ello, lo ideal es un grado de implicación en el que se aporte el máximo posible, pero sin quebranto de la salud emocional. También:

- tener confianza en uno mismo,
- relativizar los problemas y compartirlos,
- dotarse de habilidades de conducción de la clase, evitar actitudes evasivas (considerar que la creación de actitudes favorables no es función del docente),
- mantener la calma,
- recordar que se tiene derecho a dar clase, pero no cualquier clase (revisar periódicamente los planteamientos metodológicos: *si la gente no baila hay que cambiar la música*),
- profesor YEMA vs. profesor 1-2-3:
 - - YEMA (Yo Educo a través de una Materia a Alumnos). Implica poner en juego factores personales (Yo), didácticos (Educo-Materia), de atención a la diversidad (Alumno).
 - Profesor 1, 2,3. Centrado en la asignatura y preocupado por dar el temario. Rechaza la pedagogía.

La actitud de las familias

Se pueden llevar a cabo algunas iniciativas para implicar más a las familias:

- Detectar la actitud y el nivel de implicación de los padres.
 - Saber quiénes quieren, pueden, saben o están dispuestos, para conseguir hacer presentes a los ausentes, convertir a los

hostiles en colaboradores, sumar influencias con los colaboradores y ayudar a los que no pueden con sus hijos

- Carta presentación del tutor.
- Citaciones a las reuniones SÍ o SÍ.
 - Convocar de forma que se devuelva firmada la convocatoria confirmando la asistencia o quedando para otra ocasión de no poder asistir.
- Entrevistas individuales.
- Dejar constancia escrita de los contactos realizados.
- Combatir los estilos de crianza contraproducentes: indiferente, autoritario, permisivo
- Pedir soluciones.
- Agradecer la presencia y el interés por colaborar.

<i>Puntos a tener en cuenta y evitar en una entrevista</i>	
TENER EN CUENTA	EVITAR
<ul style="list-style-type: none"> • Preparar la entrevista y recoger con antelación información del rendimiento y conducta del alumno. • Crear un clima positivo de confianza y colaboración. • Tener claro el objetivo de la entrevista y hacerlo explícito al principio. • Mostrar una actitud comprensiva y empática. • Resumir de vez en cuando. • Dejar que los padres se expresen con libertad. • Centrarse en el tema, con un lenguaje sencillo y directo. • No tener prisa ni aparentarla. • No hablar demasiado. • No hacer juicios prematuros. • Hacer las preguntas más delicadas en mitad de la entrevista. • Ayudar a clarificar la situación, sin imponer una solución. • Centrarse en el futuro (proactividad) • Rebajar la tensión y la hostilidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Erigirse en juez. • Convertir la situación en un interrogatorio. • Querer controlar la situación totalmente. • Limitarse a dar información. • presentar el problema como algo irresoluble. • Buscar culpables. • Tomar partido sólo por los padres o sólo por el alumno. • Mostrar prisa. • Querer resolver todo en una sola entrevista.

<i>Puntos a tener en cuenta y evitar en una entrevista</i>	
<p>como premisa para abordar cualquier tema.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Al final, hacer un resumen de los acuerdos y compromisos. • Agradecer la colaboración. 	

Con todas estas cuestiones y otras el Centro puede elaborar una Guía sobre la Tutoría con los Padres.

LA GESTIÓN DE LA CLASE

Crear condiciones favorables: la gestión de la clase

Las condiciones las crean el profesor y los alumnos, pero la forma que tiene cada profesor de organizar las actividades y poner en práctica sus métodos es decisivo. El profesor es un gestor de condiciones favorables o desfavorables, contribuyendo a la convivencia o a la disrupción, a la atención o a la distracción, al trabajo o a la pasividad...

El profesor debe planificar mucho más que los contenidos de su materia: debe saber como controlar, motivar, conectar, escuchar, entusiasmar, corregir, decir no, respetar, negociar, advertir, comprometer, sancionar, exigir...

Los elementos inmediatos del proceso de enseñanza-aprendizaje: la triada interactiva

EL PROFESOR: Único miembro de la triada que tiene capacidad para intervenir sobre los tres elementos del proceso.

EL ALUMNO: En su actitud hacia lo escolar influyen múltiples variables.

EL CURRÍCULO: Contenidos académicos, pero también actitudinales, relacionales y formativos en general.

Y además, EL CONTEXTO: Características del grupo clase, clima en el aula y en el centro, ambiente social, amigos, características del barrio o municipio...

El profesor debe mantener una atención equilibrada al resto de elementos para evitar:

- centrarse sólo en sí mismo.
- centrarse sólo en le currículum.

- centrarse sólo en la relación con el alumno.
-

El clima de clase: el lecho sobre el que se asienta el aprendizaje

Los contextos sociales son el resultado de numerosas influencias multidireccionales. Un buen clima de clase pasa necesariamente por una gestión eficiente de la misma en los siguientes aspectos:

- **CONTROL:** Ha de ser mínimo, pero suficiente, fijando claramente unos límites y manteniéndolos.
- **RELACIONES INTERPERSONALES:** Fomentando las competencias socioemocionales (autocontrol, asertividad, empatía, roles, comunicación, relación con las familias...
- **RENDIMIENTO:** Cuidando aspectos como la actitud, motivación, atención, atención a la diversidad, atribución casual, resiliencia (superación de adversidades)

Algunos profesores hacen esto intuitivamente y son valorados como buenos profesores, respetados -a veces temidos- no tienen problemas de control.

Gestión y control: el equilibrio de presiones

Con los QNQ el control no es suficiente. Hay que mantener dos equilibrios:

- Equilibrio entre control y empatía
- Equilibrio entre presión interna y presión externa

La máxima efectividad se da cuando hay un equilibrio entre presión externa, mínima pero suficiente, e interna, máxima y necesaria.

La educación socioemocional (ESE), antídoto contra los conflictos

El aula es un lugar de aprendizaje de competencias cognitivas y socioemocionales. La falta de estas últimas origina conflictos. La ESE se presenta como un instrumento para fortalecer actitudes y hábitos sanos de convivencia, transferibles a la vida extraescolar. Se trata de utilizar el conflicto como ocasión: ante una conducta impulsiva, cuña de autocontrol; ante cada insulto, cuña de respeto; ante la actitud apática, entrenar el automotivación.

Las cuñas socioemocionales o estrategias *flash*

Momentos para las cuñas socioemocionales:

- Conflicto o indicio del mismo.

- En las mesetas (momentos perdidos o pausas que surgen)
- En las tutorías “especialmente en la individual”
- En determinadas materias con contenidos actitudinales.

Para que estas cuñas funcionen es necesario:

- Persistencia
- Paciencia
- Variedad
- Principios:
 - Desconexión emocional,
 - Economía:
 - Lo complicado no funciona. hay que simplificar los procesos (papeles, cuantos menos mejor; personas, la mayoría de los conflictos deberían ser resueltos por el profesor en el aula: tiempos, intervenciones breves, mejor un gesto que una palabra, mejor una frase corta que un sermón)
 - Eficacia:
 - Eficacia = Poder del profesor x Validez de la estrategia x Permeabilidad del alumno.
 - El poder del profesor se explicaría bien con la siguiente frase: “Según lo que dices y haces, me formo una idea de lo que eres, y una vez que sé lo que eres, me sobra lo que dices y haces.
 - Proactividad:

<i>Disciplina proactiva</i>	<i>Disciplina reactiva</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Actúa a priori, se anticipa a los problemas • intenta resolver el futuro • Considera el orden como un fin en sí mismo • Busca construir la convivencia • Ve los conflictos como una ocasión • Ve los conflictos como algo natural y positivo • “Esto merece ser analizado para que no se repita” 	<ul style="list-style-type: none"> • Actúa a posteriori, sigue a los problemas • Intenta resolver el pasado • Considera el orden como un fin en sí mismo • Busca ajustar cuentas, dejar saldos a cero • Ve los conflictos como un problema • Ve los conflictos como algo extraordinario y negativo • “Esto merece un castigo”

- Los conflictos suelen ir acompañados de circunstancias que los complican y no son inherentes al propio

conflicto, sino consecuencia de la forma de afrontarlos. Todos los conflictos se pueden resolver, pero que no nos afecten emocionalmente más de lo necesario.

- Unificación de criterios:
 - La disparidad de criterios debilita el compromiso colectivo. Por lo tanto, a veces, es necesario reducir el número de personas y reducir la temática que se va a tratar, centrándose al principio en una o dos conductas muy molestas para abordarlas de modo coordinado y de forma contundente.

Poder

Si un alumno percibe a su profesor como una persona incapaz de hacerse respetar, cualquier intento de este por fijar normas estará abocado al fracaso.

Hay profesores que pueden con sus alumnos y otros que no pueden. Los profesores que pueden obtienen su poder, partiendo de la taxonomía de French y Raven, de las siguientes fuentes:

- Poder intimidatorio (por la fuerza)
- poder legítimo (estatus o cargo)
- Poder empático (conectar afectivamente con el alumno)
- Poder referente (prestigio profesional)
- poder de repartir recompensas y castigos
- poder de las alianzas.

Las fuentes de poder varían en cuanto a su discreción, eficacia, conveniencia e independencia. Son complementarias.

Quien más poder tiene menos lo utiliza.

Propósitos: qué se pretende conseguir

- Enganchar mejor que someter
 - Limitarse exclusivamente a controlar disciplinariamente a los rebotados. “Que se porten bien, en silencio, sin molestar, obedeciendo para poder dar *mi* clase” (estilo autoritario)
 - Enganchar a todos a la dinámica de la clase. “Que se comporten y aprendan todos”
- Sustituir el heterocontrol por el autocontrol del alumno:
 - Autodisciplina (aprender a inhibir respuestas impulsivas)
 - Disciplina consensuada
 - Disciplina aceptada
 - Disciplina impuesta

EMPATÍA

Qué hacer

- Intentar conseguir relaciones amistosas con los/as alumnos/as basadas en la empatía.
- Mantener buenas relaciones personales con todos/as los/as alumnos/as, separando lo personal de lo profesional.
- Ponerse en el lugar de los/as alumnos/as y conseguir que ellos/as se pongan en el lugar del profesor/a.

Por qué

- Porque aumenta la capacidad de influencia del profesor/a sobre sus alumnos/as: la empatía es una de las fuentes de poder más eficaces y rentables.
- Porque rebaja significativamente la línea base de tensión del profesor/a, aumentando sus niveles de relajación y bienestar.
- Porque permite mejorar ostensiblemente el clima de clase.
- Porque facilita la disminución de conflictos. Los/as alumnos/as problemáticos/as suelen moderar sus conductas negativas con profesores/as que “les caen bien” y, sin embargo acentúan su conflictividad con otros/as profesores/as que “les caen mal”.

Cómo

- Aplicando cuñas socioemocionales, especialmente cuando se percibe tensión y actitudes negativas-oposicionistas en algunos/as alumnos/as.
- Dejando un espacio en la clase para el conocimiento mutuo y el descubrimiento de las personas que hay detrás de los roles profesionales.
- Mediante talleres o programas de habilidades sociales, que se desarrollan en sesiones de la tutoría o en alguna asignatura específica donde tengan cabida.

La Empatía

Una de las habilidades sociales básicas, es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, saber qué piensa y siente, y obrar en consecuencia para conseguir una relación positiva. Una relación de empatía se basa fundamentalmente en la confianza, el respeto, la calidez, y el aprecio mutuos: se trata de mejorar la transferencia emocional entre profesor/a y alumno/a, mediante dos habilidades complementarias:

- *Sintonía emocional*: capacidad de captar estados emocionales ajenos.
 - El profesor debe:
 - Conocer y comprender a los/as alumnos/as. Intentar conocer cómo ve el alumno/a la situación, descubrir la persona que hay detrás, indagar sus potencialidades.
 - Saber cómo nos ven y conseguir que nos entiendan mejor. Que los/as alumnos/as comprendan al profesor/a.
 - Reflexionar sobre sus relaciones con los/as alumnos/as. Intentando trabajar juntos para encontrar soluciones satisfactorias para todos.
- *Irradiación emocional*: capacidad para transmitir estados emocionales propios a otra persona.

Observación activa de los/as alumnos/as: conocerlos/as

El/la profesor/a necesita conocer a sus alumnos/as para poder interactuar e influir en ellos/as positivamente, para ello ha de adoptar una actitud escrutadora de observación activa, poniéndose en la perspectiva del alumno/a para poder apreciar la “otra cara de la moneda”.

Se ha de observar:

- *Qué les gusta*: intereses y valores.
- *Qué se les da bien*: aptitudes y destrezas.
- *Qué rol representa en clase*: personalidad, autoestima.
- *A quién hace caso*: vías de influencia. Cada alumno/a tiene un grupo de personas a las que suele hacer caso. Saber qué compañeros/as pueden influir en un alumno/a disruptivo o desmotivado permite abrir vías indirectas de influencia y conseguir cambios que al profesor/a le resultan inaccesibles.

Observación activa del alumno/a

Alumno/a	Le gusta....	Se le da bien....	Rol	Influencias

El conocimiento del alumno/a permite saber qué se puede esperar de él, qué se le puede pedir, cómo se le debe tratar y cuál es la mejor manera de influir en él para cambiar su actitud.

Mantener conversaciones informales con los/as alumnos/as

Los conflictos escolares, salvo problemas muy graves, suelen ser problemas académicos provocados por enfrentamientos de roles profesor/a – alumno/a.

Conviene dar señales de que la relación personal puede ser correcta y de respeto mutuo, independientemente de la marcha académica del alumno/a. Las conversaciones informales profesor/a – alumno/a son un magnífico instrumento para ello. En estas conversaciones el profesor/a debe escuchar más que hablar, esforzándose en comprender y aceptar a la persona que hay detrás del rol del alumno/a, mediante actitudes de cercanía afectiva, disponibilidad, trato respetuoso, así como sinceridad y preocupación real por los problemas.

Es fundamental tener presente que estos momentos no son “pérdidas de tiempo”, es una parte importante de una clase, cuando se lleva a cabo de forma intencionada y planificada.

Saber cómo nos ven

Conocer la imagen que los/as alumnos/as tienen del profesor/a permite detectar los rasgos propios menos aceptados y cambiarlos si se considera oportuno, lo que ayuda a conectar con la clase, adoptando una actitud humilde y realista, que acepta que hay aspectos mejorables y que esta mejora solo puede reportar beneficios. Algunos recursos para saber cómo nos ven son los siguientes:

- *Tabla de perfil personal*

Perfil personal del profesor/a (según alumnos/as)						
Pon una cruz en la casilla donde situarías a tu profesor/a en cada cualidad						
	2	1	0	-1	-2	
Riguroso						Blando
Justo						Injusto
Atento con los/as alumnos/as						Distante
Afectuoso						Frío
Ordenado						Desordenado
Ameno						Aburrido
Alegre						Serio
Seguro						Inseguro
Preparado						No preparado
Relajado						Tenso
Puntual						Impuntual
Cumplidor						Incumplidor
Tradicional						Innovador
Positivo						Negativo
Respetuoso						Irrespetuoso
Disponibile						Inaccesible
Entusiasta						Desencantado
Metódico						Improvisador
Experto						Inexperto
Técnico						Intuitivo
Conciliador						Provocador
Idealista						Realista

El perfil personal se obtiene uniendo con una línea las casillas más marcadas en cada fila. La información obtenida puede ser tenida en cuenta para:

- *Intentar cambiar rasgos negativos.*
- *Pactar cambios entre el profesor/a y los/as alumnos/as.*

2. Cuestionario 3X3X3

Me gusta del profesor/a	No me gusta	Tres propuestas de cambio

Cada alumno/a señala tres características que le agradan de su profesor/a, tres que no le agradan y tres propuestas de cambio.

Profesor por un día

Se trata de que algunos/as alumnos/as experimenten qué siente el profesor/a y cómo se perciben las situaciones desde la perspectiva de la persona que tiene la responsabilidad de conducir la clase, viviendo las incomodidades y tensiones que generan las actitudes negativas de algunos/as alumnos/as. Se puede encomendar a algún alumno/a conflictivo/a que se encargue por un día de mantener el orden en la clase. El/la alumno/a debe de controlar el trabajo de sus compañeros/as y garantizar que los que quieren trabajar lo puedan hacer sin interferencias de los demás.

Trabajar juntos: “¿Qué podemos hacer para arreglar esto?”

Cuando la relación profesor/a-alumno/a se ha deteriorado, ambos son parte del problema y son parte de la solución. La actitud de trabajar juntos para conseguir una solución favorable para todas las partes, sin perjuicio de las obligaciones de cada uno, suele mejorar la relación y ayuda a desmontar la actitud obstruccionista del alumno/a, al sentirse protagonista en la búsqueda de soluciones.

Revisar el estilo comunicativo propio

El/la profesor/a, en sus relaciones con sus alumnos/as, suele adoptar un estilo comunicativo propio. Hay estilos que ayudan a construir relaciones cercanas mientras que otros abren auténticas barreras comunicativas. Algunos estilos que se pueden observar en las clases son:

- **Autoritario:** Mantiene las distancias y deja claro quién manda. Usa un lenguaje formalista.
- **Amistoso:** Fomenta la empatía, las relaciones cálidas y afectuosas. Usa un lenguaje afectivo.
- **Democrático-directivo:** Decide y dirige, escucha a los/as alumnos/as y les deja participar en sus decisiones. Usa un lenguaje que combina lo normativo con lo afectivo.
- **Igualitario:** Usa un lenguaje excesivamente informal, parecido al que usan los/as alumnos/as entre sí, renunciando al papel director en el desarrollo de la clase.
- **Protocolario:** Usa fórmulas rígidas y formalistas, sin salirse nunca del guión.
- **Sarcástico:** Usa a menudo la ironía, en ocasiones sin pensar que puede herir o humillar.
- **Sobreprotector:** Usa un lenguaje paternalista, de ayuda, pero sin fomentar la autonomía y creando dependencia.

Acabar la clase amistosa y distendidamente

A pesar de que haya habido problemas en la clase y momentos de tensión, conviene acabar la clase distendidamente.

Mala conducta, mal alumno/a, mala persona

Una de las funciones del profesor/a es la de rectificar rumbos inadecuados, pero es fácil traspasar inconscientemente la frontera entre valorar conductas y etiquetar globalmente al autor de las mismas como mal alumno/a. El siguiente paso sería etiquetar al alumno/a como “mala persona”... “no está bien de la cabeza”.... “es una”....Centrar la atención en las conductas y sus causas, evitando etiquetas globales y descalificaciones personales, hacen más fáciles los cambios de rumbo y permite al alumno/a conocer con mayor exactitud qué se le está pidiendo.

AUTOESTIMA

Definición de Autoconcepto Académico: *conjunto de creencias y opiniones que cada alumno o alumna tiene sobre si mismo/a referidas a su competencia para afrontar retos escolares y que, influye en las acciones que ejecuta, el esfuerzo que les dedica y lo que piensa al realizarlas, siendo pues un determinante del éxito/fracaso escolar.* Es pues una representación subjetiva de la realidad; pueden darse desviaciones POR EXCESO (sobrevaloración) y POR DEFECTO (infravaloración).

Definición de Autoestima: *grado de satisfacción asociado al concepto de sí mismo.* Está asociado a dos necesidades (Yela)

- Percibir que se vale para algo (necesidad de éxito)
- Percibir que se vale para alguien (necesidad de reconocimiento)

Su relación con el estudio es estratégica, los éxitos influyen en la autoestima viceversa.

Los que no consiguen elevar su autoestima (éxito y reconocimiento) por la vía académica buscarán vías alternativas (chistoso, intimidador, desafiante,..) para conseguirla y evitarán lo que les conduce al fracaso (los que *no quieren* prefieren demostrar que no se quiere a que se sepa que no saben o no pueden)

En este alumnado las conductas disruptivas son utilizadas como Mecanismo de Defensa de su autoestima.

El profesorado debe tener como finalidad ASEGURAR Y ELEVAR LA AUTOESTIMA de todos y todas, así aseguraremos una Motivación Sostenida hacia el trabajo escolar, sostenido en el tiempo y sostenida en diferentes tareas.

POTENCIADORES DE LA AUTOESTIMA

- ENTREVISTAS INDIVIDUALES PERIÓDICAS: en ellas podemos ayudarles a descubrir y valorar capacidades personales y metas, sin que exista un clima de competitividad con los otros del grupo. Además esos momentos son idóneos para ofrecerles y darles ayuda y apoyo. Exige un trabajo previo de detección del alumnado necesitado de ello

- CONSEGUIR QUE CREA Y CONFÍE EN SUS CAPACIDADES: demostrárselo con todas las posibilidades al alcance, aprovechando cualquier momento de éxito o progreso, por pequeño que sea, en clase o fuera de ella
- ACORDANDO CON ÉL O ELLA UN PLAN DE APROXIMACIONES PROGRESIVAS: con pequeños retos continuos (ejercicios, preguntas de examen, trabajos, atención en clase,..)
- EVITAR PREJUICIOS Y ETIQUETAS ENTRE ALUMNO/A Y PROFESOR/A: relación siempre basada en respeto mutuo y aceptación
- ENSEÑAR QUE EL ERROR ES SIEMPRE OCASIÓN DE APRENDER Y AVANZAR
- PROPICIAR SU PARTICIPACIÓN E INTERVENCIÓN: no dejarlos de lado, todo lo contrario. Esta participación debe ser un momento para extraer y señalar algo positivo, por pequeño que sea.

REFUERZOS SOCIALES

Sirven para consolidar respuestas o conductas, al reconocerle su esfuerzo y comportamiento (escuchar de un profesor “*gracias por ayudarme*”, “*te agradezco que colabores conmigo*”,...no merma nuestra autoridad y propicia cambios de conducta)

Existen diferentes tipos, por ejemplo:

- Refuerzos VERBALES: comentarios de halago, ofrecimiento de ayuda, responderle a sus preguntas, retroalimentar, llamar por su nombre, conversaciones cercanas fuera del aula,..
- Refuerzos NO VERBALES: proximidad espacial, contacto físico y ocular, gestos faciales de complicidad y apoyo, gestos de aprobación, prestar atención, mostrar interés,..

Para que sean eficaces, se han de cumplir unos requisitos:

- Inmediatez a la conducta o respuesta que se quiere reforzar
- Concretados a la conducta, no a la persona
- Subjetividad: se ha de tener en cuenta el valor que ese alumno le da

- Uso limitado: no continuo, pues se habituara y perderia su efecto reforzador

Seria importante, util y muy beneficioso integran un Taller de Mejora de Autoestima en el Plan de Accion Tutorial de cada grupo y/o un Taller Especifico para este alumnado en Horas de Libre Disposicion (primer ciclo) u otras

Entre las posibles actividades se proponen las siguientes:

AVISO CLASIFICADO

El alumnado confecciona un anuncio publicitario anonimo e imaginario en el que intenten venderse a si mismos, resaltando cualidades, aficiones que podrian ser apreciadas por potenciales compradores.

Se van leyendo y el alumnado va diciendo que les gusta de cada uno y por que. Se finaliza elaborando la relacion de cualidades y aficiones mas valoradas por la mayoria

MENSAJES DE AUTOACEPTACION: CARTA A UNO MISMO

Conviene evitar que la negatividad se instale de forma estable, conservando la autocrítica en niveles equilibrados, equilibrio entre cualidades y defectos, si exagerar estos últimos.

Esta actividad busca evitar esas autocríticas exageradas, mediante mensajes de aprobación a uno mismo. Cada alumno/a se escribe una carta a si mismo, redactandola como si estuviera dirigida a su mejor amigo/a, expresando los sentimientos y percepciones que tiene sobre si mismo/a y sus planes e ilusiones futuras. Los que lo deseen lo pueden intercambiar con su mejor compañero e identificar mutuamente creencias y percepciones distorsionadas, les ayudara a corregirlas

EL AMIGO IDEAL

Se propone a cada alumno que piense en su mejor amigo y escriba las cualidades que lo adornan, sin especificar su nombre. Un secretario va anotando en la pizarra las cualidades señaladas y frecuencia. Cada alumno anota las más valoradas y evalúa su posición respecto a ellas. Propone metas y formas de conseguir las que cree no poseer

LAS LENTES POSITIVAS

Actividad para contrarrestar las distorsiones cognitivas que nos lleva a todos a centrarnos en los aspectos negativos de cualquier situación, como si usáramos lentes negativas.

Se trata de invertir los términos enfocando hacia lo positivo, buscando matices grises en lo que se ve todo negro.

Para ello cada alumno cuenta una situación personal que ve negativa y negra, sin nombre. En grupos de 4 ó 6 alumno analizan varias de esas situaciones e intentan verle aspectos positivos. Luego se va exponiendo en gran grupo, pudiendo aportar el resto más aspectos positivos

EL CONTROL DE LA CLASE

- **Fijación de límites**
- **Mantenimiento de límites: advertencias**
- **Mantenimiento de límites: compromisos**
- **Mantenimiento de límites: sanciones**
- **Subgrupos perturbadores**
- **Autocontrol**

Se trata de mantener un control mínimo pero suficiente.

Establecer un orden previo sobre el que se asiente con comodidad el aprendizaje

Crear un clima de clase ordenado generador de bienestar y concordia.

Cómo:

Fijando límites

Mantenerlos mediante: advertencias, compromisos y sanciones.

Derivar a otras instancias.

***Idea guía:** Cada conflicto es una ocasión para enseñar y aprender habilidades socioemocionales.*

- Antes de comenzar el curso: concretar propósitos, determinar prioridades, establecer principios de actuación, seleccionar estrategias de intervención.

-Primeros días: fijar límites (individual y colectivamente), conocimiento del alumno (personal y académico), contactar con las familias, detectar y regular rutinas (afianzar las positivas y reconducir negativas), detectar subgrupos perturbadores e intervenir sobre ellos.

-Durante el curso: mantener límites mediante estrategias de control (advertencias, pactos y sanciones), empatía, respeto y motivación.

Fortalecer relaciones prosociales, Promover el rendimiento de todos los alumnos (capacidad e intereses).

- A final del curso: detectar problemas frecuentes, analizar aciertos y errores, proponer medidas correctoras para el siguiente.

Idea guía: Planificar el control de la clase.

Proceso de control:

1.- Fijación de límites: explícita e implícitamente.

2.-Mantenimiento de límites:

- Advertencias
- Compromisos
- Sanciones
- Derivaciones.

FIJACIÓN DE LÍMITES

Qué hacer:

Fijar límites firmes y claros

Hacer prevalecer lo colectivo sobre lo individual.

Por qué:

Los límites deciden el clima de la clase

Fomentan la madurez y el desarrollo moral

Son un instrumento básico de socialización

Evitan los conflictos

Cómo:

Proponiendo unas normas básicas de funcionamiento

Previendo reacciones eficaces para vencer resistencias iniciales

Aplicando cuñas sociemocionales.

Mediante talleres de habilidades sociales.

Límites: siempre existen, la forma de fijarlos determina el estilo (autoritario, democrático directivo, o permisivo)

Tener claro: ¿Qué se está dispuesto a permitir? Y ¿Qué está en condiciones de prohibir?

Es necesario entender que estos no son algo caprichoso, debe primar el interés general (nosotros solidario) sobre el individual (yo desconsiderado). El interés general está por encima de los egoísmos individuales, como pilar básico de la construcción de la convivencia, así se

entenderá el control como facilitador del aprendizaje, apoyando un clima social solidario y respetuoso.

¿Cuándo?

Deben fijarse en el comienzo del curso durante los primeros días/semanas y mantenerse.

¿Cómo?

Las conductas en el aula tienen carácter táctico, su aparición y mantenimiento dependen de su utilidad funcional, por lo que la fijación de límites se produce mediante un proceso táctico que consta de tres fases:

1º Propuesta inicial de límites; el profesor intenta establecerlos mediante una propuesta de normas.

2ª Incumplimientos tácitos; realizan tanteos para ver la reacción.

3ª Respuesta a los incumplimientos tácitos; ante los incumplimientos el profesor intenta recuperar los límites, del grado de eficacia del intento dependerá que la conducta sea o no aceptada, incorporándose a los límites definitivos.

Es importante tener preparados anticipadamente las estrategias-reacciones por parte del profesor (planificación colectiva).

Las rutinas más perturbadoras suelen ser frecuentes y de poca gravedad pero determinan la marcha del clima del aula, ligadas a desmotivación, ausencia de éxitos académicos, y aburrimiento. Conviene detectarlas y atajarlas con prontitud y firmeza, pues se evitan interrupciones continuas y conductas de mayor gravedad, procurando consolidar los hábitos positivos, hábitos/rutinas básicos:

- disposición de mesas favorable al trabajo y la atención,
- puntualidad alumno/profesor,
- todos con el material,
- conseguir la atención de todos antes de comenzar.

Si estos hábitos/rutinas se consiguen desde el comienzo, disminuirá la frecuencia de conductas disruptivas y el clima de aula favorecerá el trabajo y el orden.

Tipos de normas

Hay dos tipos de normas:

Explícitas, son aquellas que están redactadas por escrito y supuestamente regulan la convivencia, su efectividad depende de:

- 1.- Pocas: pautas básicas de funcionamiento, deben regular solo aquellos comportamientos que afecten significativamente a la convivencia.
- 2.- Eficaces: evitan/resuelven problemas.
- 3.- Claras: no dejan lugar a dudas, se refieren a conductas concretas.
- 4.- Formuladas en positivo: indican lo que se debe hacer.
- 5.-Cumplidas: no incluir normas que no se puedan cumplir.
- 6.- Flexibles: cuando no cumplan la función para la que se han formulado deben ser sustituidas por otras.
- 7.- Unificadas: deben ser las mismas para todo el equipo de profesores y deben cumplirse con el mismo rigor.

Implícitas, son aquellas que sin estar reflejadas por escrito determinan realmente el clima del aula mediante la rutina y las conductas de tácticas de tanteo.: Cuando se detecta una norma implícita que está distorsionando el clima de la clase debe convertirse en una norma explícita que recupere los límites deseados.

Efectividad de la norma. Sistema de diques.

La efectividad de la norma depende de las consecuencias de su incumplimiento y de su cumplimiento (consecuencias negativas/ positivas). Enseñar a asumir consecuencias es educar la responsabilidad (básica para desarrollar la madurez), por tanto las consecuencias deben estar escalonadas como un sistema de diques, establecido como una cadena de consecuencias donde si un escalón no funciona debilita al anterior, a modo de ejemplo.

- a) Advertencia del profesor
- b) Compromisos ante este.
- c) Advertencia de otro agente escolar: tutor, jefe de estudios, director, padres....
- d) Compromisos ante estos.
- e) Sanciones escolares.
- f) Advertencias detrás entidades sociales: agentes sociales, gabinetes psicopedagógicos externos...
- g) Medidas sociales.
- h) Medidas judiciales y policiales.

Para que sea eficaz el funcionamiento d esta cadena es necesario tener en cuenta lo siguiente:

- Conexión entre eslabones debe de ser fluida, planificada y sencilla.
- Inexistencia de zonas ciegas (ineficaces).

- Evitación de la impunidad, dejar claro al alumno que no se permitirá la impunidad por tanto le conviene optar por el cambio sino quiere tener que asumir medidas punitivas.

Por donde empezar. Conductas diana.

- 1.- Seleccionar aquellas conductas que provocan mayor malestar, conductas diana.
- 2.- Selección de objetivos
- 3.- Centrarse en dichas conductas
- 4.-Normas de la quincena.
- 5.-Póster de retos y logros (ver tabla 5)
- 6.- Nuevas conductas diana

Esta estrategia permite varios objetivos: facilita la unificación de criterios, facilita la automotivación de los docentes, es económica en recursos, da sensación de coherencia, potencia la eficacia del profesorado. La norma de la quincena puede aplicarse de forma individual en un aula como reto a conseguir por el grupo.

Retos	Logros

Tabla 5 Póster de retos y logros

Aplicación silenciosa de consecuencias. Esta estrategia pretende conseguir que el alumno asuma las consecuencias de sus actos de forma autónoma, el alumno asumiría automáticamente la consecuencia acordada de su conducta, debe ser presentada como un logro y no como un castigo. Desarrollo:

- A.- Se establece de forma consensuada la norma y la consecuencia de su incumplimiento anotándolas en una tabla visible en el aula.
- B.- cada vez que se incumpla la norma el alumno debe anotarlo en la tabla y asumir la consecuencia sin que se lo pida el profesor.(ver tabla 6)

Tabla 6. Aplicación silenciosa de consecuencias.

Normas básicas	Consecuencias de su incumplimiento

Técnica del caso o elaboración progresiva de normas.

Consiste en elaborar las normas a partir de las conductas reales, requiere una explicación de la necesidad de normas y se ciñe a las necesidades de cada aula. Se establece la norma y las consecuencias de su incumplimiento que se tratará de realizar de forma automática.

El orden previo. Asegurar la atención de todos antes de empezar.

Debe ser objetivo desde el primer día, no permitir iniciar la clase sin la atención de todos, si no se consigue se llamará la atención individualmente para que el alumno se de por aludido, si aún así persiste te le llamara la atención en privado o se aplicaran medidas punitivas.

“Callar hasta que callen “ puede ser una estrategia pero debe ser medida ya que depende del poder del profesor y se desgasta con rapidez.

Iniciar la clase conectividades incompatibles con la distracción.

Conviene iniciar la clase con actividades que dificulten la distracción, dejando para otro momento actividades rutinarias como pasar lista, recoger trabajos etc. Ejemplos:

- Preguntas sobre lo tratado en la clase anterior.
- Actividades prácticas de corta duración. Ejecutar una orden de acción: “abrir el libro por la página...”
- Problemas e interrogantes que provoquen curiosidad e interés.

Puntualidad habitual.

Para conseguir un clima de concentración conviene hacer de la puntualidad uno de los principios de actuación del alumno y del profesor.

La mesa del impuntual. Dejar varias mesas delante o detrás para que las ocupen los impuntuales y solo comentarlo al final de la sesión para evitar las interrupciones.

Combatir distractores. Es importante detectar los elementos distractores (ventanas, pasillos, compañeros) y determinar medidas para eliminarlos.

Y si no puedo solo pedir ayuda.

Si se ha intentado por todos los medios el control del aula o de un determinado alumno y no se puede conviene pedir ayuda , siempre que cumpla unos requisitos.

- Que esté dispuesto a ayudar.
- Que tenga influencia sobre los alumnos.

- Que disponga de recursos probados para gestionar eficazmente el problema.

Esta ayuda puede ser de diferente tipo: aporte de información, aplicación de medidas conjuntas, o mediación. Si no se consigue eliminar el problema se debe derivar a otras instancias pero no hacerlo de forma amenazante. De forma extraordinaria se puede recurrir a dos profesores en el aula, uno de ellos para controlar mientras el otro explica.

Otra estrategia es la información sobre normas básicas de manera conjunta al comienzo de curso se les informa con la presencia de varios profesores que se comprometen a su seguimiento.

MANTENIMIENTO DE LÍMITES. ADVERTENCIAS.

Qué hacer

- Soslayar los incumplimientos leves, aislados y poco significativos.
- Hacer advertencias eficaces, cuando se incumplan los límites establecidos.
- Aplicar las advertencias formativamente, como invitación al autocontrol.
- Conseguir que vea las advertencias como ayudas no como algo negativo.
- Advertir no amenazar.

Por qué

- Siempre habrá incumplimientos, por muy bien fijados que estén los límites.
- No se deben dejar pasar los incumplimientos
- Conviene advertir/ avisar antes de cualquier medida punitiva.

Cómo

- Aplicando cuñas sociemocionales
- Soslayando conductas poco significativas.
- Haciendo advertencias en privado.

Soslayar conductas leves y aisladas.

Se debe hacer si pensamos que la conducta es puntual y no va a ir a más ya que corremos el riesgo de distraer a los demás y /o premiar con atención lo

que se quiere inhibir, a la vez que damos oportunidad a una actitud desafiante. Lo haremos aparentando que no nos hemos dado cuenta o mostrando nuestro desagrado mediante algún gesto. Para decidir que actitud tomar podemos preguntarnos “*que ocurriría si no actuamos*”.

Advertencia personal: repetición de la demanda.

Una advertencia es un aviso relajado pero firme en el que se indica que debe cesar su comportamiento. Hay que hacerlas cuando la conducta pasa a obstaculizar manifiestamente el desarrollo de la clase. Deben cumplir unas condiciones para ser eficaces:

- 1.- Brevedad, mejor gestos o frases cortas, que no requieran intervenciones verbales.
- 2.- Privada, cerca del alumno con el fin de evitar distracciones de los demás y privarle de audiencia.
- 3.-Relajada, el enfado, la ira, suele reforzar las conductas conflictivas.
- 4.- Única, no se debe repetir, pues pierde eficacia.
- 5.- Positiva, el objetivo es resolver el problema.
- 6.- A tiempo
- 7.-Sin discusiones, el alumno tiene derecho a recibir explicaciones pero el profesor también a decidir el momento y el lugar (final de la clase, despacho del JE, delante de sus padres ...)
- 8.-Descriptiva, ceñirse a los hechos, evitando ambigüedades e interpretaciones.
- 9.- No confundir con amenazas, controlar el tono y el contenido, es muy importante que el profesor trasmita el carácter de ayuda de las advertencias y lo confirme con sus actuaciones.
- 10.- Firme y creíble, debe concluir su advertencia con una petición firme al alumno “te he dicho que no molestes a tu compañero ¿vas a seguir haciéndolo?”.

No debe repetirse más de una vez si el alumno persiste debe hacerse una advertencia en privado.

Advertencia personal en privado.

Se realizará ante una conducta disruptiva persistente que pretende provocar al profesor o a los compañeros, se realizará en un momento posterior (citarlo al despacho al finalizar la clase o inmediatamente fuera del aula, no se deben dar explicaciones improcedentes. Pretenden evitar las consecuencias gratificantes derivadas del contexto: protagonismo, risas,

comentarios de apoyo, y facilitar el cambio de actitud del alumno, pues en privado no tiene la necesidad de mantener el estatus social.

Es más eficaz si seguimos los tres pasos:

Anuncio de la imposibilidad de seguir tolerando la conducta anómala: *"no puedo permitir que sigas..."* Argumentando las razones, basándonos en los derechos y en la obligación.

Descripción de la conducta anómala.

Petición de compromiso: *¿qué vas a hacer para evitar que esto se repita?* Procurando que sea sincero.

Previsión de las consecuencias del incumplimiento del compromiso *"¿y si no lo cumples?"* deben estar previstas y se aplicarán de forma automática.

También se deben aplicar consecuencias positivas cuando se producen cambios positivos, tras la advertencia.

Consejo corrector: estás eligiendo una consecuencia indeseada...

Explicar al alumno que con su conducta inapropiada está eligiendo libremente consecuencias indeseadas, que no podrá evitar.

Ayúdame a resolver esto sin sanciones.

Es una frase que sirve para pedir al alumno, recurriendo a la empatía, colaboración para evitar consecuencias punitivas.

Tendrás una queja al final de la clase si....

Se le informa al alumno que si no deja su actitud tendrá una queja formal al final de la clase. Con eso le transmitimos que es el dueño de sus consecuencias.

¿Qué nota enviamos a tus padres?

Otra forma de intentar el cambio de actitud es poner a disposición del alumno dos notas dirigidas a sus padres, una positiva y otra negativa, comunicándole que con su comportamiento decidirá cual enviar.

Enterado de los padres.

Se pide al alumno que traigas al día siguiente una nota redactada por sus padres donde informen que están enterados del comportamiento anómalo

de su hijo, esto requiere que este les informe al detalle, ya que deberá aparecer la conducta referida.

Quedo enterado de que mi hij- -----en la clase de -----
ha estado molestando continuamente a sus compañeros.

Agradezco que me haya informado y le comunico que, tras haber hablado con él, asegura que no volverá a ocurrir. Nosotros, por nuestra parte, ya hemos tomado algunas medidas.

Le ruego que me informe si vuelve a incurrir en la misma conducta u otras similares.

Atentamente,

-----,de-----de-----

Firmado:

Cuadro 2

Las ventajas frente a las tradicionales amonestaciones son:

Reduce la burocracia

Implica a los padres

Aumenta la eficacia, al tener que redactar lo ocurrido sensibiliza más a los padres y les mueve a adoptar medidas.

Es rápido y económico.

No obstante conviene adoptar dos precauciones

a.- Informar al alumno de las consecuencias de una posible amonestación

b.-Recoger el enterado solicitado “*a toda costa*”.

Reconvención razonada

Consiste en dar argumentos al alumno para que comprenda por qué las actuaciones disciplinarias son necesarias, ejemplo:

Las consecuencias adversas que se pueden derivar de la conducta incorrecta.

Los motivos por los que es necesario imponer restricciones a los comportamientos

Dar ejemplos de conductas alternativas.
Trasmitir el malestar y el sentimiento negativo del profesor.
Ayudar a que visualice que un cambio en su conducta puede mejorar la relación de ambos.

Advertencias gráficas

Suelen dar resultado a edades tempranas, tarjetas de colores, smileys (alegre/triste), tarjetas con la conducta a corregir...si el alumno no cambia la conducta esta advertencia se transforma en sanción al final de la clase.

Conductas molestas en la pizarra

Cuando el profesor se siente molesto por una conducta del grupo la escribe en la pizarra, como forma de manifestar asertivamente su estado de ánimo. Si esta desaparece el profesor dará las gracias al grupo.

Tu sabes lo que haces y yo también

A veces el alumno cree que su comportamiento esta pasando desapercibido al profesor, hay que hacerle saber en privado que eso no es así.

Consejo corrector:”puedes evitarte problemas haciendo...”

Mostrar al alumno el camino a seguir para corregir su comportamiento, sin caer en reprimendas morales.

Advertencias en unidad personal telemática o “tamagotchi”

Seguimiento de las conductas informatizado: plan de gestión de la convivencia con un protocolo estandarizado que permite eliminar burocracia y facilitar el manejo de la información. Para que sea eficaz debe especificar las conductas concretas que se han de rectificar o potenciar (conviene no solo incluir las conductas negativas, sino también las positivas).Formulación clara, sustituir cada poco tiempo aquellas incidencias menos actualizadas.

Semanalmente debe de ser revisado para poder tomar decisiones y corregir las conductas inapropiadas, periódicamente analizar las conductas “diana”, para así poder tomar decisiones al respecto.

Asegurar la comprensión de la advertencia

Debemos asegurarnos que el alumno entiende la advertencia, para ello le pediremos que la repita sin acritud, de esta forma aseguramos que la ha entendido y si se producen futuros incumplimientos estos se deberán a actuaciones deliberadas, sujetas por tanto a demanda de responsabilidades.

Diálogo dirigido, sustituir sermones por preguntas.

Las advertencias largas y moralizantes no tienen efectividad, ya que suelen desconectar al momento, para evitarlo es mejor el diálogo a base de preguntas que le permite participar tanto en el análisis de lo ocurrido como en la búsqueda de soluciones, centrando el diálogo a la petición de explicaciones y demanda de soluciones y compromisos.

Micro quejas 3x1

Advertencias de baja intensidad si se acumulan tres se convierten en una queja formal.

Da un paso hacia el trabajo y aléjate un paso de las excusas.

Técnica asertiva: no admitir excusas, dirigir el esfuerzo hacia una acción reparadora.

Te ofrezco ayuda ¿tú qué me ofreces a mí?

Demanda asertiva de reciprocidad, reclama al alumno: atención, ayuda, confianza.

Nos vemos en una semana

Es una medida de ayuda de un directivo ante el alumno y el profesor desbordado, quedan una semana más tarde para que el profesor informe si hay cambio por parte del alumno, de no ser así se tomaran medidas punitivas.

Diario del equipo docente: libro de incidencias.

Libro registro que pretende mejorar la comunicación y la unificación de criterios, cada profesor anota las incidencias más significativas, el tutor lo

revisa semanalmente y toma decisiones, dependiendo del tipo de quejas y del nº de profesores que las suscribe, como:

- Trasladar la información al JE
- Reunirse con el profesor afectado
- Reunión del Equipo Educativo.

Tabla 8. Diario del equipo docente.

Alumn-	Incidencia	Profesor-	Fecha

MANTENIMIENTO DE LÍMITES COMPROMISOS

Qué hacer

Conseguir que el alumno asuma compromisos para evitar sanciones
Conseguir que todos tengan siempre algún plan en activo que entrene su fuerza de voluntad. Capacidad de automotivación y perseverancia.

Por qué

- Porque se evitan efectos negativos que siempre acompañan a las sanciones.

Porque endurece la fuerza de voluntad y el control de los alumnos.

Porque sustituye el control externo del profesor por el control interno del alumno.

Cómo

Entrenando la fuerza de voluntad mediante pactos y compromisos

Los compromisos.

La fuerza de voluntad es la capacidad de canalizar las fuerzas necesarias, para emprender y mantener una conducta conveniente o resistirse a emprender una inconveniente. Esta facultad puede verse favorecida mediante la habituación paulatina a compromisos-retos cada vez más autónomos.

Este planteamiento presenta numerosas ventajas:

- 1.- permite ir sustituyendo el control externo por el autocontrol.
- 2.- ejercita la fuerza de voluntad o capacidad de automotivación.
- 3.- trabaja la capacidad de hacer planes
- 4.- fortalece la perseverancia.

Para que los compromisos sean eficaces debe cumplir ciertas condiciones:

Ser de fácil seguimiento

Ser solicitados por el alumno como medio de para evitar una sanción

Han de reforzarse los logros parciales que se vayan consiguiendo

Si hay fallos parciales se invita a perseverar pero si la actitud es negativa se debe pasar a aplicar medidas sancionadoras.

Compromiso verbal: pedir soluciones

Implicar al alumno o al grupo en la solución y propuesta de solución, tomando incluso como garantes alumnos que han sido problemáticos.

Cambiar verbos: lo que hice hoy...lo que haré mañana

Pedir al alumno que rinda cuentas por escrito de lo que ha hecho hoy y lo que hará mañana, frases cortas que el profesor comprueba y ayuda a cambiarlas por otras aceptables.

Lo que hice hoy, lo que haré mañana

Lo que hice hoy en clase		Lo que haré mañana en clase
	→	
	→	
	→	

Tabla 9

La próxima vez...

Se le pide al alumno que comunique como actuará la próxima vez que se repitan las mismas circunstancias ante las que ha tenido una conducta inapropiada.

Una semana para cambiar

Para cuando la mala conducta es inadecuada en la mayoría de las clases se le pide que se comprometa a cambiar durante una semana en torno a: asistencia, conducta y trabajo. El control se realiza cada hora y al final del día por el tutor o JE, que analiza con el alumno la evolución. Si la evolución ha sido buena se informará a las familias. Conviene agotar la duración del contrato.

Modelo de compromiso: “Una semana para cambiar”

Una semana para cambiar					
Sr/a. Profesor/a: Te ruego que firmes en la casilla correspondiente a tu clase si el alumn_ ha mantenido una actitud positiva en puntualidad, trabajo y comportamiento. En caso contrario, anota en la casilla correspondiente el incumplimiento cometido: no ha asistido, no ha trabajado, no se ha comportado.					
ALUMN_ : _____					
Semana del: _____ de _____ al _____ de _____					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.ª hora					
2.ª hora					
3.ª hora					
4.ª hora					
5.ª hora					
6.ª hora					
Consecuencias del cumplimiento			Consecuencias del incumplimiento		
☺			☹		
El Alumn_		El Tutor_ / J. de Estudios		Familia	

Cuadro 3

Tabla de retos y logros

Hoja con doble columna en una se anotan los retos y en otra los logros.

Diario del alumno, revisado con los padres

Favorece la comunicación fluida entre el profesorado y los padres, el alumno anota las conductas más significativas, tareas, etc.

Congelación de medidas: aplazamiento

Perspectiva preactiva de la disciplina (resolver el conflicto futuro, no pasado), consiste en aplazar la medida disciplinaria, ligando su aplicación a la conducta del alumno: si mejora su conducta se anula la sanción y se sustituye por una felicitación, pero si persiste el mal comportamiento se incrementa la sanción prevista. La responsabilidad recae en el alumno, el aplazamiento solo se lleva a cabo si se solicita expresamente por el alumno, (Tiempo, no menos de una semana ni más de dos). Durante el aplazamiento conviene hacer un seguimiento y mostrar ayudas al alumno.

Contrato de conducta o trabajo.

Compromiso asumido por el alumno ante el profesor y un testigo, puede ser oral o escrito, su duración variará según las circunstancias, lo idóneo son cinco días prorrogables a otros cinco. Debe especificar las conductas, que serán alcanzables con un esfuerzo razonable y comprensibles y estarán especificadas las consecuencias del incumplimiento que serán disuasorias. Pueden referirse tanto a cambios de conducta como a mejoras del rendimiento académico, elementos que contendrá:

- Conductas objeto del contrato

- Duración

- Consecuencias del incumplimiento

- Garantes del contrato

Contrato de conducta o rendimiento

_____, Alumn_ del grupo _____

Me comprometo a _____

y a presentar este compromiso al final de cada clase al profesor o profesora _____, que lo firmará si lo he cumplido. En caso contrario anotará el motivo de no firmar. Si no cumplo este compromiso, se derivarán las siguientes consecuencias:

a) _____

b) _____

c) _____

Al cumplir cinco días se entregará ese compromiso, con las firmas, a:

Jefatura de Estudios Familia Tutor o Tutora Profesor o Profesora

Firma del Alumn_

Fdo.: _____

Fecha de inicio __/__/20__

Seguimiento del Contrato				
Día 1.º _____	Día 2.º _____	Día 3.º _____	Día 4.º _____	Día 5.º _____
Firma	Firma	Firma	Firma	Firma
Observaciones	Observaciones	Observaciones	Observaciones	Observaciones

Cuadro 4

Compromiso público ante el grupo

Implica al grupo en la búsqueda de soluciones y en el control del cumplimiento (un grupo de compañeros).

Asamblea de clase: los compromisos colectivos.

Cuando un problema implica a todo el grupo o a su mayoría. Para ser efectiva debe cumplir determinados requisitos:

- 1.- Descripción del problema de forma clara, concreta y comprensible.
- 2.- Deben opinar todos.
- 3.-Centrar el debate en el planteamiento de propuestas, más que en comentar lo ocurrido.
- 4.-Las soluciones deben ser aceptadas por todos (consenso y tolerancia).
- 5.-Compromiso para las soluciones adoptadas, evaluación y rectificación.
- 6.-Controlar y limitar el tiempo de asamblea
- 7.- Cerrar los temas abiertos.

Moldeado

Se pretende acercar la conducta deseada con pequeños pasos, reforzados, lo importante es que lo intente.

¿En que quieres colaborar?

La colaboración voluntaria de tareas beneficiosas para la comunidad puede influir en la eliminación o rebaja de una sanción recibida. Es preferible que sea el alumno el que elija la tarea y se responsabilice de ella. El reconocimiento del trabajo realizado ayudará a consolidar una actitud prosocial compromiso con la comunidad.

Observador neutral

Se aplica cuando el alumno niega la autoría de la conducta inadecuada. Se le ofrece al alumno que un compañero le observe durante las clases durante un tiempo determinado e informe de lo observado al profesor y al propio alumno. El observador puede ser pactado, designado o misterioso (designado sin que el alumno sepa quien es).

Compromiso sobre el pupitre

El alumno anota en una tarjeta el compromiso de trabajo o de comportamiento y se mantiene de forma visible sobre el pupitre hasta que el profesor lo considera cumplido.

Borrado de quejas

Posibilidad de eliminar las quejas acumuladas sobre un mismo comportamiento reiterado (hablar en clase, interrumpir...) El profesor propone el borrado mediante la mejora sostenida de la conducta durante un tiempo determinado, si se consigue se deja sin efecto la posible sanción, en caso de no ocurrir así se aplicaría con agravante. Se debe hacer sobre conductas distintas para evitar que el alumno se acostumbre y pierda eficacia la medida.

Conseguir la firma de...

Intenta mejorar la relación profesor-alumno en casos de incompatibilidad entre ambos, consiste en una nota escrita firmada por el profesor con el que ha tenido el conflicto pidiendo al JE que deje sin efecto las quejas sobre el alumno una vez eliminada la conducta. La finalidad es mejorar las relaciones entre ambos al tener que conseguir la mediación del profesor.

S/S^a director-/ jef- de estudios:

Le ruego que **anule** la queja formulada por mi sobre el alumn-----

Debido a que su comportamiento ha mejorado ostensiblemente.

Si continúa dicha mejoría, se lo haré saber a usted más adelante por si procede comunicar dicho cambio de actitud a la familia.

Gracias.

Firmado:

Cuadro 5. Conseguir la firma de

Pacto con un subgrupo negativo

Consiste en tratar de conseguir el compromiso del grupo de alumnos disruptivos, mediante una charla privada con ellos en la que se les describe claramente el papel de cada uno (líder, instigador, etc.) se les plantea la

imposibilidad de mantener su conducta , describiendo claramente las actuaciones que se espera de cada uno de ellos. Tras el seguimiento del acuerdo se aplicarán las consecuencias positivas o negativas de lo conseguido.

¿Puedo fiarme de ti?

Ofrecer ayuda y confianza al alumno acompañada de una demanda asertiva de reciprocidad:”*si confío en ti, ¿no me fallarás?*”, “*¿puedo confiar en ti?*”

¿A quién le haría caso? Tutor de conducta

Tener compañeros del alumno que influyan positivamente en el y le puedan ayudar a cambiar conductas disruptivas, cuando la relación profesor alumno no es la adecuada.

Felicitación anunciada

El profesor deja en la mesa del alumno una nota de felicitación por mejora de la conducta del alumno, anunciándole que será firmada y remitida a su familia cuando esto ocurra (visualización de éxito).

Acumular tiempo libre

Se utiliza para alumnos hiperactivos o con problemas de concentración, se trata de pactar tiempos libres después de la tarea, que puedan ser acumulables.

Periódico: El Mañana

Elaborar un periódico mural donde aparecen actuaciones positivas sobre como se desarrollará la clase mañana (visualizar anticipadamente una clase ideal). El panel se cuelga en la pared y se emplaza al grupo a conseguirlo.

El granito de arena: qué puedo aportar para mejorar el clima de clase.

Trabaja la atribución interna haciendo entender al alumno que el clima de clase es producto de las aportaciones de todos.

Desarrollo:

- a) todos (alumnos y profesor) anotan en un papel su nombre y lo que están dispuestos a hacer para mejorar el clima del aula.
- b) las notas son custodiadas por un alumno, semanalmente se revisan los logros conseguidos haciéndolos públicos y resaltando las mejoras.
- c) cada alumno puede renovar su propósito cuando haya conseguido el anterior

La clase ayuda a:

Implica al grupo en la mejora del comportamiento de determinados alumnos, ante el profesor-tutor, ofrece su ayuda colectiva a aquellos alumnos que lo soliciten, se establece un turno y todo el grupo trabaja ese día para conseguir la mejora académica o de comportamiento del alumno que lo ha solicitado. Si el alumno no aprovecha la ayuda prestada sale de la lista.

Mediador

Negociación asistida por una tercera persona, cuya intención es ayudar a los contendientes a encontrar una solución constructiva, fomentando el diálogo, haciendo sugerencias, eliminando obstáculos malentendidos. La solución debe ser adoptada por las partes desde una perspectiva cooperativa, utilizando la empatía (ponerse en lugar del otro).

Autoevaluación del alumno en rendimiento y/o conducta

Compromiso en el que el alumno anota en su agenda diariamente su autoevaluación (referente a comportamiento o rendimiento), mediante un baremo establecido. Dicha anotación debe ser revisada por el profesor y la familia.

Nota de comportamiento para alumnos conflictivos

Para alumnos muy conflictivos se puede acordar con los padres una información semanal sobre el comportamiento en todas las materias.

Tabla 10. Informe semanal de comportamiento.

Alumn_ : _____ _____ Grupo: _____ Fecha: _____	Baremo 3: Comportamiento excelente. 2: Buen comportamiento. 1: Comportamiento deficiente y mejorable. 0: Mal comportamiento.			
Materias	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
Observaciones:	Firma de los padres			

Pídeme otra oportunidad

Consiste en antes de aplicar la sanción informar al alumno de la posibilidad de pedir una oportunidad como voto de confianza, para si la pide rectificar y evitar la sanción.

Ven todos los días a verme

Sirve para mantener el compromiso recordándolo a diario con la visita al tutor o directivo.

MANTENIMIENTO DE LÍMITES. SANCIONES

Qué hacer:

La sanción se aplica en caso de incumplimiento de límites, se hace caso omiso de las advertencias y no se asume el cambio.

Por qué:

Educan la madurez y la responsabilidad, es decir la asunción de consecuencias.

Evitan la impunidad.

Cómo:

Aplicándolas con carácter formativo, firme pero calmadamente, con intención de ayudar y no con intención vengativa.

Deteniendo su aplicación cuando el alumno da muestras fiables de cambio de actitud.

Usar las sanciones como último recurso, pero usarlas.

Buscan extinguir conductas inadecuadas y/o reconducir actitudes negativas, deben ser el último recurso pues tienen efectos secundarios negativos:

- pueden encubrir las conductas más que hacerlas desaparecer
- provocan un deterioro de la relación profesor-alumno, cargándolas de resentimiento y agresividad
- producen habituación en los alumnos

A pesar de lo cual deben aplicarse sin reparos al fallar las advertencias y los compromisos, ya que ayudan a educar la responsabilidad.

Limitaciones de uso

Dado que los alumnos que sufren castigos indiscriminados se suelen habituar, con la consecuente insensibilización, su uso se debe limitar a:

- Cuando hay que atajar una acción rápidamente por su peligrosidad, violencia o aparatosidad.
- Cuando la conducta afecta a la convivencia y/o el rendimiento de los demás.

- Cuando se hace daño intencionado a bienes ajenos o públicos.
- Cuando han fracasado otro tipo de medidas no punitivas.

Características de los castigos

Para reducir efectos negativos y mejorar su eficacia debe ser:
Avisado, inmediato, disuasorio, consistente, mínimo pero suficiente, razonado, acompañado por el refuerzo de conductas alternativas, formativo.

Las tres vías

Ante los problemas disruptivos caben tres vías posibles:

- 1.- El alumno sigue haciendo lo mismo y no le pasa nada: impunidad. Tiene graves consecuencias para la formación del alumno y es muy difícil de corregir, pero suele ser consentida a veces por fatiga.
- 2.- El alumno sigue haciendo lo mismo y le pasa algo: responsabilidad inhibitoria. Puede crear resentimiento pero es una vía formativa si no se pueden aplicar la responsabilidad creativa.
- 3.- El alumno cambia y no le pasa nada o le pasa algo positivo: responsabilidad creativa, la más adecuada inhibe conductas inadecuadas, crea hábitos positivos y gana en madurez.

Aislamiento interno

Se emplea para evitar conductas no graves pero si persistentes, consiste en aislar al alumno dentro del aula donde sea más difícil distraerse.

Aislamiento temporal en sala con tareas

Desplazar al alumno a otra sala con tareas asignadas y bajo el control de un profesor, que garantice la realización de dichas tareas. Si se aplica durante más de una clase conviene tener la autorización paterna.

Desplazamiento con tareas a una clase de edad muy distante

Se aplica cuando no hay posibilidad de la anterior y pretende separar al alumno de su contexto habitual, que le suele suministrar refuerzo, requiere la autorización previa del profesor receptor.

Hora suplementaria para realización de tareas a petición de los padres

Esta medida debe ser solicitada al centro por los padres por escrito, siendo estos los impulsores de la intervención, para casos graves de alteración de conducta para que el alumno complete las tareas no realizadas.

Por la presente le ruego que atienda a mi hij-, -----
Durante una hora más (de -----a ----- horas) para que realice las tareas no completadas durante el horario habitual de clases.

Firmado:

Cuadro 6. Petición de una hora suplementaria de atención.

Exclusión de duración condicionada a la realización de tareas

Debe ser una medida excepcional previa instrucción de un expediente disciplinario, solo debería recurrirse a su aplicación cuando se hayan dado alguna de estas circunstancias:

- Se han intentado todo tipo de medidas sin resultado
- Hay riesgo de que la actitud del alumno cree mayores problemas
- Se está perjudicando el rendimiento del resto de alumnos
- Se está arrastrando a otros alumnos a conductas inapropiadas
- Se deteriora el clima del aula de manera importante
- Se impide al profesor dar clase

Gana en efectividad cuando s e incluyen otros matices:

- Se condiciona la duración a la realización de determinadas tareas, y muestra una actitud sincera de cambio
- Se implica a las familias para que tomen medidas en casa que complementen las medidas del centro.
- Se entrevista al alumno a su regreso, con intención de averiguar con que actitud se integra al centro y eliminar posibles resentimientos, mostrando una actitud de empatía basada en la confianza mutua.

La sombra: el alumno acompaña al profesor a todas sus clases

Trata de evitar la expulsión abusiva de un alumno por parte de un determinado profesor, se le indica que el alumno lo acompañe durante todo el día a sus clases y complete las tareas encomendadas.

El profesor lo puede controlar mejor fuera de su contexto sin descargar sobre otros el problema. Debe contar con el acuerdo del resto de profesores.

Exclusión temporal del centro con incorporación a un aula externa

En casos muy graves si se cuenta con el apoyo de otras instituciones, ayuntamiento, ONGs. Los alumnos se incorporan a dichas aulas donde son atendidos en estrecha colaboración con el centro.

Cambio de grupo

Intenta suprimir los refuerzos del contexto, antes de aplicarlo debe informarse al alumno para que pueda evitarlo con el cambio de conducta. Puede ser aplicado de forma temporal o definitiva.

Exclusión de algunas clases con tareas.

Solo se debe aplicar en caso de que la relación profesor-alumno esté muy deteriorada, consiste en la no asistencia de este a las clases de un determinado profesor, a cambio de realizar tareas en un aula específica, dichas tareas debe ser intensas.

Recreo controlado: cerca, en lugar visible

En caso de conductas peligrosas o inconvenientes en el recreo. Permanecerá vigilado.

Tareas fuera del horario con acompañamiento de los padres

Con padres colaboradores, se les ofrece en horario complementario del centro que vengan a este y ayuden a realizar las tareas asignadas a su hijo, con intención de evitar la exclusión del alumno.

SUBGRUPOS PERTURBADORES

Qué hacer:

Evitar la formación de subgrupos negativos
Diluirlos o reconducirlos si ya están formados

Por qué:

Suelen aglutinar a los alumnos que no quieren trabajar.
Son un importante vehículo de alteración del clima del aula
Una vez formados son difíciles de desarmar

Cómo:

Actuando al inicio impidiendo su formación
Anteponiendo los intereses colectivos de la clase al grupo
Pactando con los líderes
Pactando con los satélites
Pidiendo soluciones
Separándoles
Condicionando su permanencia al comportamiento

Los subgrupos

Se forman por la necesidad del individuo de integrarse en grupos de iguales y ser aceptado por ellos, ejercen una gran influencia en sus conductas ya que comparten valores, intereses y pautas de actuación. Es imprescindible conocer su existencia e intervenir sobre ellos.

Detectar indicios

Indicios que indican el comienzo de la formación de subgrupos disruptivos:
Agrupamiento de mesas desordenado que indica predisposición ante la distracción y la disrupción.
Agrupamiento de alumnos en las últimas filas.
Agrupamiento de alumnos sin material y con escasa disposición al trabajo
Interrupciones habituales por parte de los mismos
Realización de otras actividades en el aula

Se debe anotar su composición, y los roles de cada miembro. Averiguar si funcionan así en todas las clases, potenciar los subgrupos positivos, impedir la formación de subgrupos perturbadores dispersándolos y reconducir su actitud.

Detección de subgrupos en la clase

Subgrupo 1		Subgrupo 2		Subgrupo 3		Subgrupo 4	
Miembro	Rol	Miembros	Rol	Miembros	Rol	Miembros	Rol

Tabla 11

Impedir su formación

Impedir que estén juntos o condicionarlo a un compromiso de cambio de actitud desde el comienzo.

Anteponer los intereses colectivos de la clase a los del subgrupo negativo

Pactar con los líderes-

Si se consigue el grupo cambiará fácilmente de actitud.

Pactar con los satélites

Se trata de impedir que continúen apoyando a un líder poco colaborador.

Pedir soluciones

Reunirse con todo el grupo y pedir soluciones, debe incluir las consecuencias de su incumplimiento si este ocurre.

AUTOCONTROL

Qué hacer:

-Educar-entrenar el autocontrol frente al heterocontrol del profesor

Por qué:

Es una habilidad intrapersonal asociada a la madurez y al desarrollo pleno de la personalidad
Es propio de estadios avanzados del desarrollo moral
Tiene efectos más duraderos y transferibles que el heterocontrol, al ser independiente de la presencia y vigilancia del profesor
Los avances en autocontrol son un ahorro en las tareas de control del profesor.

Cómo:

Aplicando cuñas socioemocionales en el aprendizaje del autocontrol, cuando aparezcan casos de impulsividad, agresividad o conductas inadecuadas
Talleres de habilidades sociemocionales.

Entrenar la capacidad de autocontrol de alumnos y profesores

El autocontrol es la capacidad de regular las propias emociones, pensamientos y conductas, algunas consideraciones a tener en cuenta:

- Es una variable intrapersonal en la que el sujeto se percibe a sí mismo como objeto de análisis.
- No es una represión de emociones sino la canalización de estas.
- Es un indicador de madurez personal que facilita unas relaciones sociales satisfactorias.
- la mejora del autocontrol del alumno facilita el buen clima del aula.
- La falta de autocontrol está asociada a baja tolerancia a la frustración, irritabilidad, ansiedad y uso desproporcionado de la crítica y/o autocrítica.
- El autocontrol engloba competencias como:
 - 1.- Conocimiento de las emociones propias y sus causas.
 - 2.- Capacidad de anticipar consecuencias y actuar.
 - 3.- Control de impulsos.
 - 4.- capacidad de producir pensamientos y conductas alternativas a la impulsividad.
 - 5.- Resistencia a las frustraciones.

No sé qué haré pero lo haré tranquilo

Se trata de adoptar este pensamiento como principio de actuación, mejorando el afrontamiento de situaciones complicadas y una mayor satisfacción personal, debe ser por ambas partes: entrenamiento del alumno y ejemplo del profesor.

Cuantos días sin...

Consiste en intentar no alterarse por periodos cortos de tiempo, para después ir aumentándolos.

¿Te controlas tú o lo hago yo?

Es una invitación al autocontrol para evitar el control externo, conviene explicar al alumno su relación con la madurez y la responsabilidad.

Esperar a que escampe: contar hasta...

Consiste en evitar “actuar en caliente”, ejercitándose en técnicas de autocontrol como contar hacia atrás mentalmente, etc.

Desnudar los problemas: la firmeza relajada

Supone despojar el problema de aditamentos negativos (sarcasmo, gritos, tensión...), para afrontarlo de forma relajada y despersonalizada, pues la firmeza no tiene que acarrear tensión y reacciones encolerizadas que refuerzan justamente las conductas que se pretenden inhibir.

Para comenzar se pueden seguir estos pasos:

- a) Describir sin juzgar la situación.
- b) Detectar aditamentos emocionales.
- c) Analizar la situación de forma objetiva
- d) Decidir reacción, buscar una respuesta serena.

Después me sentiré...

Consiste en invitar al alumno a imaginarse en un futuro próximo pronunciando frases que expresen satisfacción.

Anunciar una solución próxima: pronto podrás...

Anunciarle al alumno qué podrá realizar en poco tiempo, La demora en la gratificación va unida a competencias socioemocionales tan importantes como: fuerza de voluntad, perseverancia, o resiliencia (superación de adversidades).

Después de...

Condicionar la obtención de una meta al cumplimiento de acuerdos.

No entrar al trapo

Hay que tener en cuenta que la mayoría de las conductas de los alumnos son tácticas, por tanto debemos evitar los desafíos provocadores que a veces buscan deliberadamente.

Siempre un plan en activo

La fuerza de voluntad está íntimamente relacionada con la capacidad de hacer planes y plantearse retos. Conviene entrenar al alumno en tener siempre un plan en activo. Condiciones para ser eficaces:

- 1.- A corto plazo.
- 2.- Verificables
- 3.- Autónomos
- 4.- Compartidos
- 5.- Reforzados

Perseverancia: acabar lo empezado

Debe tenderse a terminar lo empezado a pesar de que suponga un sobreesfuerzo, para ello habrá de tenerse en cuenta los diferentes ritmos de trabajo para proponer las actividades.

Una renuncia autónoma: me gusta, pero no me conviene

Es una forma de fortalecer la voluntad y el autocontrol, deberá plantearse voluntariamente.

Ese será el problema de mañana

Evitar anticipaciones de la ansiedad y desplazar las preocupaciones a su momento, procurando desviar la atención hasta otros temas u ocupaciones.

Es mi trabajo ayudarte a madurar y a ser responsable

Asociar madurez con responsabilidad y autocontrol haciendo patente que es una obligación del profesor

Entrenar al alumno en dichas capacidades ayuda a una mayor colaboración por parte de alumnos reticentes, y al cambio de la intención punitiva en las sanciones por una formativa.

Análisis de situaciones problemáticas

Conviene analizar las situaciones problemáticas y sus componentes: pensamientos, emociones, y conductas explícitas verbales o no, para buscar pensamientos y conductas alternativas.

Cuadro 7. Análisis de situaciones problemáticas.

Situación

Pensamientos asociados: lo que pensé

Emociones asociadas: lo que sentí

Conductas realizadas: lo que hice, lo que dije

Pensamientos alternativos que puedo usar en el futuro

Emociones alternativas que sentiré

Conductas para realizar: lo que haré, lo que diré

Hablar deliberadamente lento y bajo

Ayuda a rebajar la tensión a la vez que es incompatible con la impulsividad y la agresividad y rebaja la de antagonista. Es interesante proponer al grupo esta forma de comunicarse y hacer un seguimiento.

Entiendo tu enfado pero no que no lo puedas controlar

Se invita al alumno irascible a que manifieste su queja con corrección y de manera controlada.

Respirar y relajarse en situaciones difíciles

Utilizar la respiración profunda ante situaciones de ansiedad.

La toma de tierra: inmunización contra las subidas de tensión

Rebajar la línea base de ansiedad mediante ejercicios de relajación o utilización de un objeto con significado sentimental para el alumno. Conviene estar atentos a estos estados de ansiedad para rebajarlos antes de que acaben en problemas violentos.

Modelado del profesor. Empezar por uno mismo

No solo se aprende a través de instrucciones sino de observación de conductas o modelado. Para que sea adecuado debe tener cierta proximidad psicológica entre ambos, carisma y ser aceptado por el observador. Se debe tener especial cuidado en cumplir todo lo que se pide: puntualidad, respeto, autocontrol, responsabilidad..., pues cuando hay una contradicción entre lo que se dice y lo que se hace prevalece lo que se hace.

Elegir reacción

Se debe ejercitar en elegir qué reacción quiere consciente y deliberadamente llevar a cabo, optando por una de las siguientes alternativas:

Hacer lo mismo que ha hecho otras veces.

No hacer nada

Hacer algo diferente a lo que se ha hecho otras veces

Procurar que no nos afecte emocionalmente

El hecho de pararnos para deliberar cual es la opción que queremos elegir, genera alivio, pues nos imponemos un periodo de latencia que baja la tensión.

Desconexión emocional: que no me afecte

Consiste en mantener los problemas en el ámbito profesional y no convertirlos en afrentas personales, para conseguir cierta distancia emocional que evite enfrentamientos futuros el profesor puede recurrir a:

1.- Priorizar derechos colectivos

2.- Hacer referencia a las normas

3.- Establecer relaciones de reciprocidad, exigir los derechos `propios a cambio de respetar los ajenos.

CAPÍTULO: ASERTIVIDAD

El pilar de las relaciones en el aula debe ser el respeto.

Para ello haya que enseñar al alumnado a respetar los derechos de sí mismo y de los demás. Y a mantener relaciones de reciprocidad (respeto mutuo), evitando estilos agresivos(abusos, intimidaciones, insultos...) y pasivos (dejarse intimidar, sufrir en silencio...).

Con esto se reducirán/evitarán abusos y se crea un clima de convivencia más justo y equitativo.

Las estrategias a utilizar:

- Cuñas socioemocionales ante casos de abusos y falta de respeto.
- Priorizar derechos colectivos (nosotros frente al yo).
- Defender los derechos propios como profesorado. **Yo ahí especificaría no solo los derechos si no el lugar propio del docente con todo lo que eso conlleva.**
- Cumpliendo y haciendo cumplir las normas.
- Cultivando la adopción de perspectivas.
- Programas de habilidades sociales **y desarrollo y conocimiento personal.**

ENTRENAMIENTO EN RECIPROCIDAD.

Tres estilos de comportamiento:

1. Agresivo: defiende los derechos propios sin importarle el respeto de los ajenos.
2. Pasivo: renuncia a los derechos propios por no contrariar a los demás.
3. Asertivo: defensa de los derechos propios sin violar los ajenos.

Basada en la reciprocidad: responder eficazmente a los abusos sin dañar las relaciones.

Cuadro Pg 116

- 3.1. Proactivas: por propia iniciativa
- 3.2. Reactivas: reacciones a las conductas de otros.

Cuadro Pg 117

La asertividad, basada en la reciprocidad, puede y debe ser el principio regulador de todas las interacciones en el aula ya que son intercambios entre personas que tienen derechos y deberes similares: dignidad, respeto, buen trato, atención solícita. Esta es una alternativa a las relaciones profesorado-alumnado basadas en la desigualdad, la obediencia y el temor al castigo. **Sin olvidar el lugar del docente, diferente al del alumnado.**

Una frase que lo resume es “NO HAGAS CONMIGO LO QUE NO DESEES QUE YO HAGA CONTIGO”, Fernández(1998). Es decir:

- . No me hables como no quieres que yo te hable.
- . No me trates como no quieres que yo te trate.
- . Sé correcto conmigo y yo lo seré contigo.
- . Respétame si quieres que yo te respete.
- . Atiéndeme si quieres que yo te atienda.
- . Dímelo de otro modo si quieres que te escuche.

Todo esto requiere práctica diaria para convertirse en un estilo de actuación.

PREGUNTAS QUE AYUDAN AL ALUMNADO IRRESPETUOSO:

- ¿Cómo quieres que te trate?*
- ¿Cómo crees que me estás tratando?*
- ¿Sabes cómo me gustaría que me trataras?*
- ¿Me estás respetando como yo a ti?*
- ¿Te estoy faltando el respeto? entonces, ¿Por qué tú me lo faltas a mi?*
- ¿Qué pasaría si todos hicieran lo mismo que tú?*
- ¿Cómo te sientes cuando te tratan mal?***
- ¿Cómo crees que me siento yo?***
- ¿Cómo te sientes ahora que sabes como me siento yo?***

El uso de la reciprocidad permite explicar al alumnado por qué no se le pueden permitir ciertas conductas y sirve para despersonalizar las medidas disciplinarias.

Algunas frases.

“Si te permitiera privilegios sería injusto con los demás”.

INVERTIR LA ESPIRAL: LA GENEROSIDAD O RECIPROCIDAD POSITIVA.

Reciprocidad entendida como EQUILIBRIO entre lo que obtenemos y ofrecemos.

Es negativa cuando se fija en modelos negativos de acción y justifica una conducta inadecuada (*“no soy el único que lo hace”*). Estas personas abundan en críticas destructivas, no suelen implicarse en metas colectivas, se comparan con los demás y racionan el esfuerzo, no adoptan actitudes cooperativas, esto deteriora las relaciones y genera un clima social tenso.

Es positiva, cuando se fija en modelos positivos de acción para intentar realizar conductas similares. Es fuente de aceptación mutua y suele provocar respuestas también positivas.

Para evitar efectos corrosivos, es importante cortar cualquier reciprocidad negativa, con ejemplos positivos.

Por ejemplo *“Si te fijas en los que lo hacen peor que tú, estarás empeorando la clase; si te fijas en los que lo hacen mejor que tú, estarás mejorando la clase y te estarás mejorando tú.”*

PRIORIZAR DERECHOS COLECTIVOS.

“Tengo que garantizar que el resto de alumnos puedan trabajar sin ser molestados”.

HACER REFERENCIA A LOS DERECHOS PROPIOS

El profesor puede recurrir a la defensa de sus derechos, demandándolos explícitamente de forma apacible y firme.

HACER REFERENCIA A LAS NORMAS

Como garantía de convivencia y respeto

LA NOTICIA

La lectura de la propia conducta como si la estuviera realizando otra persona ayuda a la objetividad.

La estrategia consiste en describir una situación problemática como una noticia de prensa (narrada en 3ª persona), buscando un titular que la sintetice.

ADOPCIÓN DE PERSPECTIVAS

Ponerse en el lugar del otro: en lo que piensa y siente; en cómo me sentiría y qué pensaría yo en su lugar. ESTO ES INCOMPATIBLE CON LOS ABUSOS.

El docente puede ayudar:

1. Planteando preguntas: “¿Cómo te sentirías tú si actuaran contigo como tú con?”. **Técnica cognitiva**
2. **Utilizando la técnica de la silla vacía (físicamente sentándose en la silla del otro y hablando como si fuera él, en primera persona). Técnica vivencial que tiene más capacidad de anclaje.**

En el caso de personas con conductas agresivas, se requiere también AUTOCONTROL, ARREPENTIMIENTO SINCER y REPARACIÓN DE LOS DAÑOS CAUSADOS.

APRENDER A DECIR NO Y ENTRENAR LA ACEPTACIÓN DEL NO

Aprender a decir No, ante peticiones improcedentes, críticas infundadas....

Aceptar la negativa fortalece a la persona frente a las frustraciones, aplazando la obtención de recompensas fáciles y rápidas.

DISCO RAYADO

Mantener la propia posición con reiteración y firmeza.

BANCO DE NIEBLA

Se reconoce total o parcialmente un error, sin cuestionarse la propia valía y contraatacar al otro.

“Es cierto que podría haber hecho....”

INTERROGACIÓN ASERTIVA

Consiste en averiguar los sentimientos y propósitos de las personas que nos están criticando con animadversión, afrontando directamente la situación.

“¿Qué te molesta de mi?”

“¿Qué tiene de malo....?”

PARAFRASEAR

Repetición aséptica sin enjuiciar ni mostrar acuerdo o desacuerdo:
“Quieres decir que...”

INVERSIÓN DE PAPELES

Indicada ante abusos verbales o físicos. El abusador ocupa el lugar de la víctima y un profesor o compañero el del agresor (no la víctima para evitar su posible inhibición por temor a represalias).

LA PRÁCTICA DE LA TOLERANCIA

Se puede entrenar mediante debates. Cuidando la aceptación (se pueden utilizar rituales de aceptación), seguida de empatía ponerse en el lugar del otro) y compatibilizando la discrepancia con el AFECTO.

AGRADECER Y RECONOCER EXPLÍCITAMENTE EL RESPETO MUTUO

Reforzándolo periódicamente: *“Otro día más que conseguimos que no haya faltas de respeto”*.

DAR A CAMBIO DE

Habituarse a asociar recompensas con esfuerzo. “ *Cuando.... Podrías...* ”

LAS TRES R (adaptación de Pallarés)

Mediación ante un enfrentamiento. Se trata de recomponer una situación antagónica a través de la comunicación asertiva.

Se requiere plantear la situación de la siguiente forma:

“Este problema se puede resolver de dos formas: mediante medidas disciplinarias, o llegando a una solución satisfactoria para los 3 ahora mismo”.

Se requiere aceptación por las dos partes. Se da la palabra alternativamente a los dos protagonistas:

1ª Fase: RESENTIMIENTO: Una persona expone a la otra los motivos por lo que está molesta con la otra (no se puede interrumpir). Viceversa. Sólo mensajes Tú: “*tú me dijiste...*”, “*tú me hiciste...*”.

2ª Fase: RECONOCIMIENTO: Las dos personas reconocen sucesivamente los aspectos en los que han podido molestar a la otra. Solo se admiten mensajes Yo: “*Yo reconozco que...*”, “*admito que...*”. En ningún caso mensajes Tú.

3ª Fase: REQUERIMIENTO: Cada uno demanda al otro evitar la reaparición de la ruptura. (Si hay más gente implicada entre los requerimientos debe aparecer que cada parte hable con sus seguidores para disuadirles de ese comportamiento inadecuado).

Después de este proceso suele haber bajado la tensión y se puede solicitar un saludo efusivo para plasmar la reconciliación. También hay que tener algunas precauciones:

- . El mediador agradece la colaboración y madurez.
- . El acuerdo no se circunscribe solo al centro, si no también fuera.
- . Seguimiento diario. Si pasados 5 días todo sigue bien, seguimiento semanal durante dos o tres semanas.

. Lo que aparece en rojo son comentarios personales al texto.

CÓMO MOTIVAMOS AL QUE NO QUIERE.

Con frecuencia oímos decir que los alumnos no están motivados, que no se interesan por nada pero es evidente que si están motivados... hacia situaciones no escolares que les resultan más gratificantes. Un alumno está motivado hacia una tarea cuando ésta se encuentra dentro de sus prioridades en ese momento: motivar al alumnado hacia el estudio es pues dirigir sus intereses hacia la tarea escolar.

Y como la atención a la diversidad no solo es para los que no pueden si no también para los que no quieren buscaremos estrategias metodológicas que mejoren los niveles de motivación de la clase porque cada alumno motivado es un alumno menos que controlar.

Al principio debemos combinar estrategias de motivación con estrategias de control que ayuden con presión externa, al menos en los estadios iniciales del proceso, hasta que el alumno autónomamente tenga una disposición favorable al estudio mediante la presión interna que proporciona la automotivación.

PARA CONSEGUIR ENGANCHAR a los alumnos recurrimos a varias vías motivacionales:

- Inducimos una actitud favorable: PREDISPONERLOS.
- Inducimos expectativas: CONSEGUIR QUE ESPEREN ALGO DE LA CLASE.
- Motivación intrínseca o provocar INTERÉS DIRECTO POR LA MATERIA.
- Promovemos la motivación de logro o INTERÉS POR LA TAREA BIEN HECHA.
- Motivación extrínseca, derivada de la obtención de recompensas.

EXPECTATIVAS

Se trata de crear expectativas de éxito en los alumnos que no las tienen, que todos esperen algo de la clase, abrir la esperanza, porque nadie hace nada si no espera nada de ello.

Para ello:

1. Plantearemos a cada alumno y alumna objetivos factibles.
2. Haremos posible que se de la coherencia entre objetivos y criterios de evaluación.
3. Venciendo resistencias e incredulidades iniciales en los alumnos mas reacios.
4. Teniendo claras nosotros las expectativas sobre cada alumno/a.

SOLO LOS QUE ESPERAN OBTENER ALGÚN TIPO DE SATISFACCIÓN (TIENEN ALGO QUE GANAR) SE SUMERGEN EN LA ACTIVIDAD ESCOLAR. Los alumnos calculan la probabilidad de tener éxito subjetivamente, según su historia y los mensajes del profesor, así abandonarán o lo intentarán según este cálculo de obtener buenos resultados, nunca se parte de cero y siempre hay expectativas de éxito probable o casi seguro fracaso.

Nuestra tarea, ABRIR PUERTAS, inducir expectativas dónde no las hay. Haciendo que los alumnos creen que pueden y que el esfuerzo requerido es razonable y no desmesurado.

DIFUNDIR CLARAMENTE OBJETIVOS:

“Te pido esto porque lo puedes dar”. No pidamos milagros y seamos claros, pues el alumnado debe saber qué se le pide y que se le va a valorar. Explicaremos los objetivos en los primeros días con insistencia, para que los hagan suyos. “Todos los alumnos tenéis la posibilidad de superar la materia y lo que os pido es factible”.

DIVERSIFICAR OBJETIVOS:

Incluir capacidades diversas, cognitivas, afectivas, de relación interpersonal... Así no excluirémos a nadie y no engrosaremos el polo negativo). Todo el alumnado mantendrá perspectivas de éxito.

GRADUACIÓN DE OBJETIVOS:

Independientemente del tipo de objetivo que se persiga, todo el alumnado no puede conseguirlo en el mismo grado, por lo tanto debemos graduar o contemplar varios niveles de consecución según las posibilidades de cada uno.

PEDIR LO QUE SE VA A VALORAR Y VALORAR LO QUE SE HA PEDIDO:

No podemos pedir esfuerzo, buen comportamiento y hábitos de trabajo y valorar solamente el nivel de conocimientos.

INCLUIR CRITERIOS DE EVALUACIÓN UNIVERSALES:

Es evidente que no podemos tratar igual a los que son diferentes. Esto que en teoría es fácil de admitir, en la práctica genera muchas reticencias. Estas dificultades podemos salvarlas si aplicamos estos criterios universales, que son independientes del nivel de conocimientos, capacidades o intereses del alumnado, y que sirven de contrapeso para que los alumnos con deficiencias cognitivas, puedan compensarlas con logros de índole socioemocional, alcanzables por todos sin excepción. Algunos de estos criterios son:

- El esfuerzo habitual.
- Los hábitos de trabajo.
- La mejora continua.
- La contribución a la convivencia.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN LA ESO				
Conocimientos	Esfuerzo habitual	Hábitos de trabajo	Progreso, mejora	Contribución a la convivencia
6 puntos (60%)	1 punto (10%)	1 punto (10%)	1 punto (10%)	1 punto (10%)

VENCER RESISTENCIAS E INCREULIDADES INICIALES:

Especialmente en los repetidores y el alumnado con problemas de conducta. Conviene dar muestras de expectativas positivas con calificaciones personalizadas o notas de felicitación a los padres. Si no lo intentan en los primeros días conviene hacer entrevistas personalizadas

FOMENTAR LA PERCEPCIÓN DE AUTOEFICACIA:

Debemos tener en cuenta que las expectativas iniciales se confirman o alteran en función de los resultados que el alumnado va obteniendo: las experiencias de éxito aumentan las expectativas, mientras que las de fracaso las empeoran. Aquí nosotros estaremos atentos para facilitar que los QNQ decididos a intentarlo vayan experimentando logros que afiancen sus buenos propósitos. Será bueno proporcionar ayudas directas del profesor o de otros alumnos.

EXPECTATIVAS DEL PROFESOR HACIA EL ALUMNADO:

“No pedir peras al olmo pero si sombra”

Si un profesor no espera nada de un alumno o una alumna le atenderá menos, esperará menos por sus respuestas, le preguntará menos, le alabará menos y le criticará más, estará a mayor distancia, tendrá relaciones menos amistosas, menos sonrisas y contacto visual, le dará menos explicaciones, Esto acabará repercutiendo en la actitud y el rendimiento del alumnado. El profesorado mediante el tono de voz, el comportamiento y los gestos, transmite mensajes implícitos que reflejan su actitud ante los alumnos, aunque no lo pretenda. Los alumnos lo captan y reaccionan con mayor o menor atención, participación, persistencia, esfuerzo... PROFECIA AUTOCUMPLIDA.

MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

Debemos conseguir que al alumnado le atraiga la materia. Todo lo invertido en motivación se ahorra en control teniendo siempre presente que el aprendizaje va ligado a esfuerzo y persistencia, no todo debe ser interesante y atractivo. Nos ayudará hacer:

Una SELECCIÓN DE CONTENIDOS, suprimimos contenidos prescindibles, convencidos de que la meta no es dar todo el temario.

Una PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS ágil y atractiva que haga parecer interesante los temas más áridos. (Conectar lo nuevo con lo sabido, presentar los contenidos en forma de interrogante, resaltar puntos fundamentales, alternar formas de presentación, utilizar anécdotas representativas, usar abundantes ejemplos, hacer aclaraciones precisas a conceptos confusos, intercalar preguntas en las explicaciones para retomar la atención, dar instrucciones claras sobre los procesos que se han de seguir, presentar contenidos en espiral...)

MOTIVACIÓN DE LOGRO “El alumno no va a la escuela a recibir algo, sino a hacer algo” Sabater

Es el deseo de lograr tener éxito y alcanzar una buena actuación en situaciones que suponen un reto, aumentando así la estimación sobre la propia valía. Si percibimos que somos capaces estaremos en mejor disposición de superar las dificultades y corregir errores. Por el contrario

los fracasos reiterados provocan sensaciones de incompetencia e indefensión que conducen a la evitación de tareas.

Hay varios factores influyentes en esta motivación y que han de tenerse en cuenta, a saber:

- Nivel de aspiración. Lo que cada uno cree que es capaz de alcanzar en función de éxitos y fracasos anteriores.
- Nivel de esfuerzo. Cada alumno tiene una capacidad de liberar esfuerzo dependiendo de si espera tener éxito o una recompensa o reconocimiento, mensajes positivos...
- Experiencias pasadas. El historial de éxitos y fracasos genera el auto concepto académico, así decidirá o no abordar las tareas.
- Si tienen estrategias de aprendizaje rentabilizan el esfuerzo.
- El valor y utilidad de las tareas para el alumnado determina que mantengan la persistencia en el aprendizaje de las mismas.

Cómo conseguir elevar esta motivación:

- Propiciando experiencias de éxito: un pez al día por lo menos. Al menos decirle “LO ESTAS INTENTANDO, QUE ES LO MAS DIFICIL”, plantear tareas con niveles de dificultad diferente, dar retroalimentación frecuente, fortalecer el autoconcepto académico.
- Reconocimiento e incitividad del esfuerzo habitual. Si se les pide, se les debe valorar, verbalmente, mediante calificaciones, y con reconocimiento mediante mensajes a los padres, así los hijos reciben un doble reconocimiento. Con criterios de evaluación diversificados (esfuerzo habitual, hábitos de trabajo, participación, actitud favorable, contribución a la convivencia, progreso).
- Fomentando la participación en actividades de aprendizaje con tiempo y sin prisa, respetando todas las intervenciones, aprovechando las intervenciones para reforzar defectos de comprensión, promoviendo debates periódicamente, fomentando el solicitar ayuda, escuchando activamente, distribuyendo responsabilidades, reconociendo el trabajo, el esfuerzo y la actitud, intercalando preguntas de oxigenación en las explicaciones del profesor.

- Procurando que la actividad sea variada. No basta con que haya actividad ha de ser variada e interesante, pues la monotonía lleva a aburrimiento, y este a la distracción y la disrupción.
- Aumentar el número de evaluaciones a algunos alumnos/ grupos. Proponemos el uso de Boletines Personalizados que permita hacer seguimiento de algunos alumnos a corto plazo (alumnado repetidor), contemplando variables académicas y/o conductuales que el mismo alumnado puede controlar y que se hará llegar a los padres con una periodicidad quincenal hasta que se consolide una mejora significativa, volviendo entonces a una evaluación en las mismas condiciones y la misma regularidad temporal que el resto de la clase. Esta medida ha de ser aceptada voluntariamente por el alumno, para lo cual le explicaremos que es una medida de ayuda y no una discriminación negativa respecto a sus compañeros. Además los padres se comprometen a acudir al centro a recoger el boletín personalmente en los plazos pactados. (Tabla en página 7)
- Promover la automotivación del alumnado, enseñarles a ser capaces de motivarse a si mismos, sin rendirse al desánimo o la ansiedad, sacando fuerzas de flaqueza frente a los obstáculos. Esta capacidad de hacer planes y cumplirlos está en la base del éxito en los estudios. Para fomentar la automotivación ayudaremos al alumnado a tener confianza en sus posibilidades, a hacer un sobreesfuerzo inicial, a buscar objetivos a corto plazo, a combatir distractores, emplear técnicas activas de aprendizaje, autogratificarse, tener siempre un plan en activo, desarrollar la curiosidad. Fomentar en suma un estilo atribucional interno, estable y controlable.

Como ejercicio de automotivación el profesor o la profesora pueden proponer a sus alumnos una tabla mensual de estudio, para planificar de forma sencilla las sesiones mensuales de estudio. (Tabla en página 8)

BOLETÍN INDIVIDUALIZADO

DIFICULTADES DE RENDIMIENTO Y/O CONDUCTA

1. Cada profesor/a, en su correspondiente materia, marcará una cruz en las casillas que observe deficiencias.
2. El tutor, relleno el informe por todo el profesorado, lo hará llegar a la familia del alumno/a, asegurándose de que lo recibe.
3. El informe puede ser utilizado posteriormente por el equipo docente en su conjunto, o por cualquier miembro del mismo, para proponer al alumno pactos de mejora en puntos concretos del informe.

INFORME INDIVIDUALIZADO DE RENDIMIENTO Y/O CONDUCTA											
ALUMNO/A _____						GRUPO _____					
Tutor/a _____				Mes _____		Hoja nº _____					
	P l á s t i c a	L e n g u a	C . S o c i a l e s	M a t e s .	F í s / Q u i .	B i o / G e .	I d i o m a	M ú s u c a	E d . F í s i .	T e c n o l .	O p t a t i.
Asiste siempre											
Respeto las normas											
Es puntual siempre											
Atiende											
Tiene el material											
Trabaja a menudo											
Presenta trabajos											
No molesta											
Respeto al profesor											
Tiene interés											
Comprende explic.											
Comprende textos											

2. Anota que actividad te ha apartado del estudio y busca estrategias para evitar que se repita en el futuro. Puedes anular, reducir o aplazar la actividad distractora.

Distractor	Estrategia para combatirlo

LA ATENCIÓN

“Los procesos atencionales son el centro de control del aula (RINNE)”

Es importante captar y mantener la atención de todos los alumnos durante todo el tiempo y a todos equitativamente.

Es importante porque los procesos atencionales tienen una influencia considerable sobre el control y el rendimiento de los alumnos.

CAPTAR LA ATENCIÓN

- **Creando rutinas de inicio rápido de clase.**

Es importante planificar y practicar la forma de iniciar las clases desde principio de curso. Para ello es imprescindible la puntualidad, preparación previa de materiales de alumnos y profesor, y reclamar la atención generalizada como requisito para empezar.

- **Empezando con actividades incompatibles con la distracción,** pues evita tener que llamar la atención continuamente. Ejemplos son:

- Preguntas sobre la clase anterior.
- Actividades prácticas y cortas (copiar enunciados, escribir el título de una pregunta, abrir el libro por tal página,...hacer preguntas que provoquen la curiosidad e interés.

- **No empezar sin la atención de todos.** Cuando hay alguno distraído:

- Advertirles individualmente a los distraídos o a los líderes de los focos.
- Callando hasta que callen
- Desplazarse a la zona de distracción

- Hacer preguntas o actividades calificables.
- **Neutralizar distractores.** Es necesario controlar qué personas utilizan situarse en las ventanas o cerca del pasillo, en zonas de camuflaje, aglomeración de mesas en zonas como focos de tertulia, mesas alrededor de alumnos que se distraen. Hay que evitar situaciones de este tipo antes de que empiecen a dar problemas.
- **Distribución de clase que favorezca la atención (evitar las zonas de camuflaje y barricadas).** Se puede aceptar la distribución propuesta por los alumnos pero siempre que mantengan la atención. Si ésta se dispersa se propone una distribución más apropiada. La distribución debe ser común a varias materias.
- **Cuidar la ubicación de los alumnos.** Ésta debe estar al servicio del rendimiento y la atención y no al servicio de la distracción. Colocar a los alumnos más disruptivos en zonas de mayor control: primeras filas, en el centro.

MANTENER LA ATENCIÓN

Es importante la influencia que tiene sobre el clima, de clase, el rendimiento y la disminución de los conflictos.

Importancia de mantener la atención. Importante para lograr la constancia en el trabajo. Hay que tener en cuenta que no se puede mantener al mismo nivel todo el tiempo, sino que hay altibajos por la fatiga o el aburrimiento, pero se pueden minimizar los efectos mediante algunas dinámicas como las siguientes:

- **Incrementar la atención positiva y disminuir la negativa.**
 - *Atención positiva: mediante el reconocimiento, aprobación. Tiene consecuencias positivas para el autoconcepto.
 - *Atención negativa. mediante reproches, advertencias o amenazas. Hay que tener cuidado, porque a menudo puede convertirse en refuerzo social, por lo que hay que ser generosos en atención positiva y parco en negativa.

- **Refuerzo diferencial.** Reforzar alternativas incompatibles con las conductas que se quieren extinguir, ej. agradecer la atención prestada en vez de el reproche de la falta de atención,
- **Diversificar las corrientes atencionales.** (distribuir equitativamente la atención entre todos los alumnos. No permanecer inmóviles.
- **Alternar diferentes modalidades de presentación de los contenidos.** la monotonía lleva a la fatiga y el aburrimiento. Algunas modalidades de presentación de contenidos:
 - Exposición oral del profesor
 - Exposiciones de alumnos
 - Lecturas de libros, prensa, textos,...
 - audiovisuales: películas , documentales, programas de TV,
 - Presentaciones multimedia: powerpoints, páginas web
- **Movilidad del profesor.** si el profesor se mantiene estático se pueden producir los efectos nocivos comentados anteriormente. Para prevenirlos hay que:
 - Evitar alejarse de ciertos alumnos de las últimas filas dificultando su control.
 - Si el alumno ve siempre al profesor en actitud estática, puede provocar la fatiga atencional en el alumno.
- **Atención visual preferente.** Dedicar más atención a quien mas se distrae o molesta.
- **Actividad variada del alumno: el tiempo del alumno en tareas.** Se puede hacer una tabla de distribución de tareas, reflejando el tiempo que los alumnos dedican a sus tareas.

Distribución del tiempo del alumno en tareas (TAT)					
M(mucho) B (bastante) R(regular) P(poco) N(nada)	M	B	R	P	N
TOMAR APUNTES					
Atender a la explicación del profesor					
Aclarar y consultar dudas					
Debatir					
Trabajar en pequeño grupo					
Resolver problemas					
Realizar ejercicios					
Trabajar en parejas					
Pedir ayuda al profesor					
Consultar fuentes de información					

Responder a preguntas del profesor					
Resumir explicaciones del profesor o de compañeros					
Exponer un trabajo					
Leer					
Escribir					
Redactar					

Después de detectar el perfil de actividad de la clase, el profesor puede añadir más actividades o incrementar la frecuencia de las más interesantes.

- **Detectar indicios de distracción y/o fatiga: las mesetas.** Son Señales de distracción la mirada fija, la inquietud, la tensión corporal. Detectarlos permite al profesor desplazarse hacia el foco o dirigir la mirada, hacer alguna advertencia,...
- **Moldeado.** Consiste en establecer un plan de aproximaciones sucesivas a la conducta deseada reforzando cada avance parcial.
- **Principio de Premack: alternancia de actividades obligatorias seguida de las agradables.**
- **Mejorar el nivel atencional de la clase.** Esto depende de la materia, metodología, horario, alumnado. Se puede valorar el nivel atencional conseguido en cada tarea y a continuación tomar decisiones como:
 - ❖ Aumentar la frecuencia de actividades de alto nivel atencional
 - ❖ Realizar una planificación semanal de las actividades según el nivel atencional (las de mayor nivel atencional a última hora y las de menor nivel atencional a primera hora).
 - ❖ Cuando la clase esté cansada o haya aburrimiento general utilizar actividades de alto nivel atencional.

NIVEL ATENCIONAL POR TAREAS			
Tarea	Atención alta	Atención media	Atención baja
Exposición del profesor			
Presentación de un trabajo			
Trabajo por parejas			
Proyección de transparencias			
Debate en gran grupo			
Proyección de un documental			

Lectura			

- **Regular las mesetas.** Son los periodos en los que el rendimiento sufre un bajón importante por falta de atención. Suelen aparecer en la segunda mitad de la clase o cuando se alarga excesivamente una explicación oral. Como su aparición suele deberse a causas físicas y psicológicas, podemos hacer algunas actividades de distensión (pasar lista, hacer comentarios informales o bromas, dejar que hablen entre ellos, escuchar, preparar un cambio de actividad que exija menor atención. Esta concesión de minutos de relajación debe estar condicionada al compromiso de volver a la tarea anterior.
- **Intercalar preguntas en las explicaciones** (permite oxigenar la atención). Algunos ejemplos:
 - Resumir lo tratado anteriormente
 - Resumir un texto o párrafo
 - Resumir una Explicación o intervención
 - Ampliar una intervención
 - Sintetizar
 - Decir lo contrario
 - Dar ejemplos
 - Parafraseare
 - Opinar o hacer preguntas siguiendo unas reglas democráticas, con orden, fomentando la asertividad, respetar turnos,...)
- **Preguntar a los interlocutores cuando están a punto de hablar o hacer algo inadecuado.**
- **Disposición en U.** Es útil pues controla a todos por igual, elimina zonas oscuras, permite dirigir la atención del profesor por igual. También se puede variar en O (donde el profesor se intercala con los alumnos.
- **Disposición cambiante.**
 - Diferentes estructuras según la actividad (filas de dos mesas, mesas individuales, grupos de 4-6 mesas, mesas en U, distribución mixta).
 - Cambios de ubicación de un alumno.
 - Cambios de ubicación de un grupo perturbador.
 - Solicitar al alumno que pida el cambio de ubicación.

- **Disposición en parejas.....controladas** (estableciendo un sistema de ayudas entre compañeros, alumnos- tutor y alumnos tutelados.

- **Cuidar el final de la clase.** Para evitar la ansiedad por acabar unido a la fatiga, se puede:
 - Anunciar el final de la clase
 - Resumir la clase
 - Procurar cerrar las actividades abiertas para dar tiempo a los más lentos.
 - Dejar para el final actividades sencillas.
 - Acabar la clase de forma amistosa.

El profesor debe transmitir sus sentimientos de cómo ha ido. Sobre todo si ha ido bien.

EL EQUIPO DOCENTE

El inexistente equipo docente(ED). Deberían reunirse una vez a la semana, pero no tiene horario de coordinación, aunque es necesario tomar decisiones y acuerdos.

Micro- ED. Alianzas de algunos profesores en el que se ponen de acuerdo en algunas estrategias.

Compañero de apoyo. Es la ayuda puntual de un profesor con capacidad de control y gestión de la clase, a otro profesor que no la tiene. Se puede hacer mediante consejos, unificación de criterios o intervención directa con algunos alumnos.

Diario del ED. Es un cuaderno-registro del grupo, ubicado en un lugar accesible (sala de profesores) donde cada profesor anota las incidencias relevantes de ser comunicadas a otros profesores. Permite la comunicación del ED. Debe ser revisado por el tutor semanalmente y decidir si se deben adoptar algún tipo de medidas en función del tipo de quejas sobre cada alumno. Estas medidas pueden ser:

- Reunión de un micro ED
- Reunión del ED si las quejas son generalizadas.
- Entrevista del tutor o Jefe de Estudios con un profesor
- Sanciones

Alumno	Incidencia	Profesor	Fecha

Resumen actitudinal grupal. Es una tabla ubicada en la Sala de profesores en donde se anota solo la actitud habitual de cada alumno en su

CATEGORÍAS												
MM	Muy mala actitud. No trabaja nunca y molesta siempre. No hace caso nunca al profesor.											
M	Mala actitud. Apenas trabaja, molesta mucho y no suele hacer caso al profesor.											
R	Trabaja a veces. Actitud aceptable.											
B	Buena actitud. Se comporta y trabaja aceptablemente, independientemente de su rendimiento.											
BB	Excelente actitud. Se comporta y trabaja siempre, independientemente de su rendimiento.											
NT	Se comporta pero no trabaja.											
	Está mejorando su actitud											
	Está empeorando su actitud											
Evaluación actitudinal del grupo												
Grupo:	Tutor:				Mes:				Hoja n°			
Alumnos/as	PLAS	CAS	SOC	MAT	FQ	BIO	ING	MUS	EF	TEC	VAL	Observaciones

clase utilizando abreviaturas.

El seguimiento se puede hacer así:

- Cuando el tutor detecta una actitud negativa generalizada de un alumno en varias materias mantiene una entrevista con el alumno y le pide una mejora mediante algún compromiso.
- Si persiste en su actitud, se informa al jefe de Estudios para aplicarle alguna sanción o pacto.
- Si la actitud es solo con algunos profesores, éstos hablan con el alumno. Si hay algún profesor que no tiene problemas con ningún alumno es conveniente que tutele individualmente a algún alumno.

ACTUACIÓN DEL ED SEGÚN CASUÍSTICA	
Situación	Actuación
Actitud – de un A con un P	Ayuda de otro profesor con recursos
Actitud – de un A con varios profesores	Micro ED Advertencias conjuntas en privado Advertencia de algún directivo
Actitud – de un A con casi todos los P	Sanción o pacto
Actitud – varios A con un P	Ayuda de otro profesor con recursos Micro ED Advertencia de algún directivo (dar un plazo)
Actitud – de varios A con varios P	Micro ED Advertencias conjuntas Demandas conjuntas de los P a directivos de medidas
Actitud – de varios A con todos o casi todos P	Reunión del ED con directivos Intervención de directivos Sanción o asunción de compromisos
Actitud – generalizada del grupo con un P	Asamblea de un directivo, tutor y grupo para reconducir la situación y averiguar las causas. Entrevista de un directivo con el profesor para averiguar las causas
Actitud – generalizada del grupo con la mayoría de P	Reunión del ED Adopción de medidas de cambio de alumnos Sanciones

Reunión del ED. Hay que tener claros los objetivos, controlar el tiempo, recoger aportaciones y tomar decisiones, existencia de un moderador. Las fases pueden ser introducción, delimitación del problema, intercambio de información, propuesta de soluciones

Modelo de preparación de reuniones						
Análisis de problemas de rendimiento y conducta						
<p>El próximo _____ tendremos una reunión del ED del grupo _____ para adoptar medidas conjuntas que mejoren la marcha de la clase. Para que la reunión sea operativa conviene concretar previamente la problemática que tiene cada profesor en su clase. Por este motivo os rogamos que contéis la siguiente encuesta y la hagáis llegar al tutor.</p> <p>Materia: _____ Profesor/a: _____</p> <p>Problemática general del grupo</p> <ul style="list-style-type: none"> - No presenta problemas de disciplina - Problemas de disciplina en general - Hay grupitos de alumnos que perturban la marcha de la clase pero el ambiente en general es positivo. - Hay grupitos de alumnos que perturban la marcha de la clase y el ambiente en general es negativo. - Hay grupitos de alumnos que no dejan dar clase. <p>Hay algún alumno que no deja dar clase e interfiere la atención al resto de alumnos.</p>						
PROBLEMÁTICA INDIVIDUAL						
Alumno	No quiere	No hace nada	No puede	Molesta	Agresivo	Familia colabora/no colabora
SUBGRUPOS NEGATIVOS QUE INTERFIEREN EN LA MARCHA DE LA CLASE						

MEDIDAS QUE PROPONES QUE ESTÉS UTILIZANDO O QUE PODRÍAN FUNCIONAR	
Responsable	Medidas
Profesor	
Tutor	
ED	
Dirección/J.E.	
Familia	
Otros	
Observaciones	

TUTORIAS

CÓMO ABORDARLAS

Plan de acción tutorial grupal: acciones dirigidas al grupo.

Plan de acción tutorial individual que haga al tutor influir en aspectos personales y académicos del alumno.

Plan de acción tutorial con las familias, con el objetivo de sumar influencias positivas sobre el alumno.

Por tanto si la acción tutorial tiene como objetivo prevenir/resolver problemas que afectan al rendimiento y al desarrollo personal del alumno.

Estas funciones se desarrollan en tres ámbitos:

- Tutoría grupal.
- Tutoría individual.
- Tutoría con familias.

En este capítulo nos centraremos en la individual y en otras acciones menos conocidas.

TUTORIA INDIVIDUAL

Qué es: hora de dedicación semanal del tutor a sus alumnos de forma personalizada o en pequeño grupo

Cuándo: en la hora de tutoría o en nuestra 4ª hora de tutoría.

Dónde: sitio discreto a salvo de interrupciones o molestias.

Cómo: requisitos que debe cumplir la entrevista:

- *Objetivos*: hay que tener claros los objetivos de la entrevista antes de realizarla: resolver problemas de conducta, motivar a alumnos repetidores, abrir expectativas de éxito a alumnos que no las tienen, detectar problemas de convivencia e integración, detectar o resolver problemas de rechazo social, cohesionar al grupo, fomentar la empatía profesor-alumno.
- *Modalidad*: individual o en pequeño grupo, no más de 3 alumnos.
- *Brevedad*: breve y centrada en conductas observables evitando ambigüedades.
- *Empatía*: el profesor ha de ponerse en la situación del alumno sin por ello asumir sus responsabilidades ni las consecuencias de sus acciones.
- *Escucha activa*: escuchar al alumno interesándose por sus intereses y preocupaciones.
- *Acuerdos*: buscar compromisos concretos y hacer un seguimiento hasta que se consoliden las conductas alternativas.
- *Buscar soluciones*: el objetivo es encontrar soluciones, es mejor centrarse en el futuro que remover el pasado.
- *Entrevistas preventivas*: a comienzos de curso llevarlas a cabo con alumnos que estén en riesgo: repetidores, neae, etc.
- *Reconocer, agradecer*: reconocer al alumno si lo intenta aunque los resultados no sean los esperados. Reforzar el esfuerzo y la fuerza de voluntad, insistiendo en la persistencia y la constancia. “El que resiste, gana”
- *Saber preguntar*: usar su nombre, preguntar en positivo no en negativo, no sugerir la respuesta, no plantear disyuntivas cerradas, no llevar a explicaciones extensas, observar si las preguntas generan tensión o distensión, no tener una actitud inquisidora.
- *Conviene evitar*: expresiones absolutas y sentenciadoras: “siempre, jamás...”, expresiones más centradas en los sentimientos del profesor que en la conducta del alumno (estoy harto de...; ya te lo decía yo...); demandas exageradas o inalcanzables, adoptar una postura moralista, posicionarse en contra del alumno.

FASES DE LA ENTREVISTA INDIVIDUAL

1. CREACION DEL CLIMA

Hacer un saludo cordial, llamar por su nombre, aludir a temas conocidos y realizar gestos de aproximación.

2. INTERCAMBIO DE INFORMACIÓN.

Negociar cuanta información se puede compartir con los padres y hacer uso de diferentes técnicas de conducción de una entrevista: clarificación, paráfrasis, reflejo, resumen, auto revelación, inmediatez, resolución, sondeo, afirmación de capacidad, confrontación, concreción, interpretación, instrucciones, encuadre, información.

3. FASE RESOLUTIVA.

Sugerir, respetando la sensación de independencia, centrarse en conductas no en la persona, ayudar a visualizar éxitos, centrarse en el corto plazo, ofrecer alternativas para que puedan elegir, empezar por retos sencillos, derivar problemas supraescolares a especialistas o a la familia.

APADRINAMIENTO: TUTORIA EN EXCLUSIVA

Consiste en que un profesor con carisma y recursos tutela individualmente a un alumno problemático; se basa en la influencia positiva que puede ejercer en el alumno la percepción de tener un profesor apreciado por él dispuesto a ayudarlo y escucharle. Esta tutoría para ser efectiva debe cumplir los siguientes requisitos:

- Exclusividad.
- Excepcionalidad: sólo aplicarlo a casos excepcionales
- Informalidad.
- Carisma, ascendencia, el tutor debe tener capacidad de comunicación, carisma y ascendencia sobre el alumno.

TUTORES FLOTANTES.

Se trataría de designar algunos profesores como tutores en reserva, sin asignarles grupo que quedarán disponibles para autorizar a unos cuantos alumnos de cualquier grupo. Conviene que sean profesores con carisma y ascendencia y no hacerlo con más de cinco alumnos a la vez. Se trataría de una reunión semanal y su eficacia depende fundamentalmente de:

- Establecer una relación de empatía y confianza con el alumno.
- Influencia positiva que un seguimiento personalizado puede hacer sobre el alumno.
- Establecimiento de pactos, más ó menos explícitos.
- Información rápida a los demás profesores y su colaboración.

TUTORIA DISTRIBUIDA

Supone que si un grupo es muy numeroso disponga de más de un tutor.

EL EQUIPO DOCENTE ED

Qué hacer

- Potenciar los equipos docentes
- Facilitar la comunicación
- Unificar criterios

Por qué

- las actuaciones conjuntas aportan poder y coherencia

Cómo

- Medidas y estrategias
- Diario de de ED
- Con criterios unificados
- Informalmente micro de
- Inyecta poder a los profesores que carecen de él
- Reuniones

El inexistente equipo docente de

Unificar criterios en la práctica es casi imposible.

Numerosos fracasos en la gestión de la clase se explican por no entender que la batalla se libra a nivel colectivo y no individualmente. A esto se une el excesivo número de profesores que imparten clases en cada grupo en secundaria, con diferente talante personal y diversidad de estilos profesionales. Por esto, a veces, no hay mas remedio que el micro equipo educativo.

Micro- ED

Son alianzas de algunos profesores de un mismo grupo que tienen problemas similares y una misma percepción de la situación.

Compañero de apoyo

Es la ayuda puntual de un profesor con capacidad de control (la mínima expresión del micro-ED). Inyecta poder a quien carece de él (consejos, pautas, alianzas, intervención directa)

Diario del de

Es un cuaderno registro del grupo ubicado en un lugar accesible, donde se anotan incidencias que se consideran relevantes. Permite la comunicación entre los profesores.

Reunión de ED

- Tener claros los objetivos
- Controlar rigurosamente el tiempo de la reunión. Evitar divagaciones y tener que tomar decisiones al final en muy poco tiempo.
- Cualquier tipo de reunión debe tener dos partes bien diferenciadas: un input, recogida de aportaciones, intercambio de información, y un output, toma de decisiones.
- Moderador.

