



**INCULCAR CONDUCTES**  
**DISCIPLINA POSITIVA**  
**BUSCAR EL PERQUÈ**  
**COMPRENSIÓ**  
**RESPECTE**  
**VALORS**



La Massana

ordino **O**

**ESCOLA DE**

*pares i mares*

DE LES VALLS DEL NORD 2017

# INTRODUCCIÓ

## Què és la disciplina positiva?

La disciplina positiva és una metodologia educativa que promou la comprensió en el comportament dels nens. Té els seus orígens als anys 20 del darrer segle i parteix de les idees del psiquiatre Alfred Adler i del seu deixeble Rudolf Dreikurs. A partir dels anys 80, Jane Nelsen i Lynn Lott van sistematitzar, experimentar i establir com a mètode les teories d'Adler i van començar a implementar-ho a escoles i a grups de mares. L'experiència va evidenciar importants beneficis educatius.

Aquesta metodologia parteix de la base que tota conducta amaga una creença i persegueix una finalitat. Aborda les dificultats reconduint de manera positiva i afectuosa, evitant les lluites de poder però essent alhora fermes i respectuosos tant amb el nen com amb l'adult.

Aquest enfocament no inclou ni el control excessiu ni la permissivitat. Defuig de premis, recompenses i càstigs com a mètodes per a modelar conductes, ja que no considera adequat l'establiment d'una conseqüència positiva o negativa per incitar o evitar maneres de comportar-se. La disciplina positiva busca i promou desenvolupar en tot moment la motivació intrínseca en els nens. Es basa en el respecte mutu, fomentant competències bàsiques per a la vida.

## Metodologia

Les sessions tenen un format tipus taller amb metodologia vivencial a partir de roleplayings i dinàmiques de grup. D'aquesta manera ens posarem en la pell dels infants, entendrem l'efecte de les nostres estratègies educatives i aprendrem des de l'experiència i l'emoció.

Es facilitaran lectures complementàries així com el resum dels continguts treballats durant les sessions.

Les sessions tenen una continuïtat i no estan plantejades de manera individual, tot i que tothom hi serà benvingut.

## Participants

El nombre màxim de participants per sessió serà 20 persones.

## Quan i on es faran?

Atès que és una activitat mancomunada, les taules sessions es combinaran entre les dues parròquies de forma alterna. Es realitzaran a la Casa Pairal d'Ordino i a la sala de L'Indret de la Massana. L'horari sempre, en dimarts, a les 21.30h. L'activitat és oberta a tothom (pares, mares, tutors, professors, associacions de pares...).

## Com inscriure's?

Les inscripcions són gratuïtes. Es poden fer al servei d'Informació, Orientació i Assessorament de la Massana, o bé a les adreces [martamaestre@comumassana.ad](mailto:martamaestre@comumassana.ad) i [secretariacultura@ordino.ad](mailto:secretariacultura@ordino.ad).

# CALENDARI DE SESSIONS

7/02

## ORDINO. SESSIÓ 1

*Ni autoritaris ni permissius. Característiques d'una disciplina eficaç*

En aquesta sessió traçarem el nostre "full de ruta" en l'educació dels nostres fills, desenvoluparem el concepte de l'educació a llarg termini, valorarem els diferents mètodes educatius, i establim els criteris per a una disciplina eficaç.

21/03

## LA MASSANA. SESSIÓ 2

*Connexió abans que correcció: "guanyar-se" els nens en comptes de "guanyar-los"*

Els nens són éssers socials i necessiten sentir que se'ls té en compte. És per això que la connexió amb el nen serà la base per poder implementar la disciplina positiva. En aquesta sessió entendrem aspectes del funcionament del cervell i això ens donarà eines per poder connectar amb els nostres fills.

4/04

## ORDINO. SESSIÓ 3

*Per què els nens fan el que fan? Què hi ha darrera d'una mala conducta?*

Tota conducta té un propòsit i una meta. Analitzarem què hi ha darrere de les conductes dels nens. Si volem que un nen millori el seu comportament hem d'entendre la creença que amaga la conducta i d'aquesta manera motivar-lo perquè millori.

16/05

#### LA MASSANA. SESSIÓ 4

##### *Com modelem conductes? Alternatives al càstig*

Aprendrem maneres de modelar conductes basades en el respecte mutu, eines que no són humiliants ni per als nens ni per als adults, que ens permeten ser fermes respectant les necessitats i els sentiments d'uns i altres.

3/10

#### ORDINO. SESSIÓ 5

##### *Establint ponts de comunicació: com parlar perquè els fills escoltin i com escoltar perquè els nens parlin.*

Treballarem noves habilitats per a millorar la comunicació amb els nostres fills evitant caure en amenaces, crits o sermons, amb l'objectiu de guanyar-nos la seva cooperació i evitar les lluites de poder.

14/11

#### LA MASSANA. SESSIÓ 6

##### *Baralles entre germans i gestió de conflictes: posant-los a tots al mateix vaixell*

Ajudarem a promoure estratègies perquè els nens aprenguin a trobar solucions als seus conflictes i gestionar-los de manera adequada. Veurem quines eines ens poden ser útils per gestionar les baralles entre germans.

## Formadors

### Carolina Cerqueda

- Llicenciatura en Psicologia, Universitat Autònoma de Barcelona
- Diplomatura en Teràpia Ocupacional, Escola Universitària de la Creu Roja. UAB
- Màster en neuropsicologia: Diagnòstic i Rehabilitació Neuropsicològica, Servei de Neurologia de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau (HSCSP) i UAB
- Certificació d'educadora de pares en disciplina positiva, Positive Discipline

### Lorena Nieto

- Llicenciatura en Psicologia, Universitat Autònoma de Barcelona
- Màster en neurologia de la conducta i neuropsicologia. UAB
- Postgrau en psicopatologia clínica. Universitat de Barcelona
- Certificació d'educadora de pares i mestres en disciplina positiva, Positive Discipline

ordino **O**

Comú d'Ordino

T. (+376) 878 132

[www.ordino.ad](http://www.ordino.ad)



**La Massana**

Servei d'Informació, Orientació  
i Assessorament

Àrea Social Comú de la Massana

Av. Sant Antoni 29. AD400 La Massana

T. (+376) 736 925 [www.lamassana.ad](http://www.lamassana.ad)