

---

# Convivencia Positiva

---

---



Cuando reflexionamos sobre la educación de nuestros hijos e hijas, es inevitable preguntarnos si lo estamos haciendo bien, si hemos tomado la mejor decisión ante un problema o si la convivencia diaria con ellos es realmente la mejor manera de contribuir a su formación como ciudadanos y ciudadanas responsables.

Como profesores y profesoras, nos enfrentamos a las mismas dudas: nos cuestionamos si hemos elegido la medida adecuada para cada alumno o alumna, si la dinámica de clase ha funcionado ese día o si hemos sabido escuchar y apoyar a quien lo necesitaba. Son preguntas difíciles de responder y, con frecuencia, no obtenemos respuestas inmediatas. Incluso aquellas decisiones que en un principio parecen no dar resultado pueden, con el tiempo, demostrar su eficacia.

La principal preocupación como padres y madres es que nuestros hijos e hijas lleguen a ser adultos autosuficientes y, ante todo, felices con lo que hacen. Para lograrlo, el camino más efectivo es educar desde la positividad. Los niños y las niñas rinden mejor cuando se sienten bien. Todas las personas, sin importar la edad, necesitamos una sonrisa, un gesto amable o el reconocimiento cuando hacemos algo de forma adecuada. Está demostrado que reforzar sus fortalezas y virtudes, así como trabajar su autoconocimiento mediante talleres socioemocionales, mejora el comportamiento del alumnado y aumenta su participación y motivación en el aula. Lo mismo ocurre en casa: para educar, debemos invertir tiempo, transmitir confianza y creer en ellos. Será esencial dedicar un rato a conversar sobre cómo se han sentido o simplemente a que nos cuenten cómo ha ido su día.

---

# Convivencia positiva

---



Para crear un ambiente seguro, afectuoso y lleno de apoyo, es indispensable que se sientan escuchados y comprendidos. Más aún, si el alumno se encuentra en la adolescencia, una etapa que marcará fuertemente su desarrollo.

Este periodo es crucial porque supone un momento de transformación: la persona tiene que empezar a tomar decisiones de manera independiente, además de asumir nuevas responsabilidades.

Todo esto, en una fase en la que se pide mayor autonomía y en la que las dudas no dejan de aflorar. Es natural que los cambios traigan consigo confusiones y estrés. Así pues, el apoyo y acompañamiento de los adultos será primordial. Lo cierto es que no basta con estar ahí, hay que conocer a la persona que tenemos cerca.

Cada ser humano es distinto, y por tanto, sus necesidades también se diferencian. Algunos requieren una presencia más estrecha, un mimo constante o el reconocimiento explícito de cada logro. Por su parte, otros sólo necesitarán un pequeño gesto o palabras de ánimo. Lo mismo ocurre con el acompañamiento: hay quien precisa mayor cercanía para avanzar hacia la independencia, y otros sólo necesitan un leve impulso para seguir creciendo. Debemos tener claro que acompañar no es presionar. Cuando el niño o la niña ya cuenta con las herramientas necesarias para resolver una situación, lo dejamos actuar con independencia; si aún no está preparado, seguimos a su lado hasta que lo consiga. Acompañamos únicamente cuando lo necesiten, con un objetivo claro: que desarrollen las habilidades que les permitan construir una vida plena. Asimismo, la construcción de esta también pasa por que los adolescentes asuman responsabilidades y tareas tanto en el hogar como en la escuela, y que se les incluya en la toma de decisiones. Han de sentirse valiosos y aceptados dentro del grupo.

---

# Convivencia positiva

---



Desde el IES Granadilla hemos intentado trasladar estos valores al aula. Nuestros alumnos han reflexionado sobre la importancia de reconocer y expresar aspectos positivos de los demás; sobre el valor del apoyo mutuo para superar miedos y retos personales; sobre la necesidad de aprender a enfrentar la frustración, el fracaso y el error, buscando siempre soluciones; y, sobre todo, sobre la relevancia de saber escuchar, comprender y no juzgar al otro.

Durante estas semanas hemos querido compartir algunas de sus opiniones y reflexiones honestas y sensibles. Se tratan de pequeñas ventanas a su mundo interior, a sus inquietudes y a sus avances.

Unos avances que pasan por la educación, la guía de cada individuo para encontrar el camino hacia su futuro. Dicha guía, en nuestro Centro, viene dada desde esa mirada optimista, que es, al fin y al cabo, un acto profundo de confianza. Significa creer en ellos, en su potencial y en su capacidad para convertirse en personas competentes, capaces y, por encima de todas las cosas, felices. Deseamos que disfruten de su lectura y que, al hacerlo, puedan reconocer el valor inmenso que tiene acompañar a nuestros jóvenes con paciencia, respeto y esperanza.

---

## El rincón del alumno

---

*“Esta semana en las dinámicas de grupo que hemos hecho, me di cuenta lo difícil que resulta a las personas expresarse o decir algo positivo del otro. Me parece que hay que aprender a exteriorizar lo que pensamos y sobre todo a no sentir vergüenza de decirle algo bonito a las personas que te acompañan día a día”  
(Jazmín, 4º ESO)*

*“¡Qué poco apreciamos y reconocemos las cualidades positivas de las personas! Puedes hacer mil cosas, de esas, novecientos noventa y nueve buenas y una no tan buena. Ante esto, los demás siempre se fijarán en lo malo, a pesar de que la acción tenga poca importancia” (Mía Cristina, 4º ESO)*

“

*“A veces por una experiencia dañina, nos invaden los pensamientos negativos y nos infravaloramos. Es nuestra propia mente la que nos contamina, pero es muy bonito escuchar a otras personas diciendo cosas positivas sobre nuestra manera de ser, pensar y actuar, devolviéndonos a la realidad. Es importante que sepamos que las palabras, gestos, acciones positivas influyen en nuestra consciencia.” (Leyre, 4º ESO)*

*“A mí las cosas que más me ayudan son la confianza, la comprensión, cuando creen en mí, me entienden y me esperan” (Bianca Sofía, 4º ESO)*



---

# La pildora de positividad “Esta semana en el instituto...”

---

“Un día, cuando estaba en segundo me llamaron por megafonía. Yo pensaba que era algo malo, pero había sido elegido como el alumno estrella del mes. Me dieron un desayuno junto a otros compañeros de otras clases y me gustó mucho que me eligieran a mí, porque me di cuenta que el esfuerzo que estaba realizando estaba dando sus recompensas. Además tenía que seguir comportánome como lo estaba haciendo. Los profesores me felicitaron por mi conducta y cuando mi madre se enteró me dio un abrazo, un beso y me dijo que se alegraba muchísimo. Yo sabía que ese era el buen camino para poder sacar buenas notas y superar el curso sin ningún estrés.” (Agoney 4ºESO)

“El martes de esta semana, en el instituto me pasó algo genial. El profesor me felicitó frente a la clase por el trabajo que hice en grupo y dijo que se notaba el esfuerzo que había hecho.

Me sentí muy orgullosa y motivada para seguir dando lo mejor de mí, y después de unos días se lo conté a mis amigas de la otra clase, y las ayudé porque tenían ese mismo día examen con ese mismo profesor. Al terminar el instituto, vinieron a darme las gracias, muy felices, porque les había salido genial el control. Me di cuenta de que ayudar a los demás está muy bien” (Miriam 4ºESO)

---

# La pildora de positividad “Esta semana en el instituto...”

---

“Esta semana se me hizo muy larga, pero me pasó algo muy importante en la clase de matemáticas.

Siempre me cuestan mucho las ecuaciones de segundo grado porque me lío con la fórmula. Estaba a punto de no hacer el problema, que encima era superlargo. Miré a mi amiga Enola, que es muy buena en matemáticas, me vio y me dijo: “No pienses la fórmula, es mejor que pienses los pasos como si fuera una receta”. Y me lo explicó usando un ejemplo.

Lo entendí todo mejor y pude hacer el siguiente problema yo sola. No fue solo que me ayudara a resolver el problema, sino que me hizo darme cuenta de que solo necesitamos mirar nuestros obstáculos desde otro punto de vista para poder solucionarlos.” (Paula 4ºESO)

“Lo que más me ha gustado esta semana es disfrutar de la compañía que me han dado mis compañeros. Yo me incorporé nuevo al instituto, llegué de un nuevo país y antes de asistir a las clases me sentía asustado y con muchos nervios. Me preocupaba por cómo me iban a tratar mis nuevos compañeros, si no me iban a aceptar o si me iban a recibir de mala manera. Lo que ocurrió fue todo lo contrario, me recibieron con mucha empatía, se preocuparon por mi bienestar y me he sentido querido. Me han tratado de manera excelente.” (Yonelbis, 4º ESO)





---

# La pildora de positividad “Esta semana en el instituto...”

---

“Esta semana en el instituto me di cuenta lo importante que es la amistad. Estaba un poco agobiada y cansada; una compañera se me acercó y me preguntó si estaba bien, si necesitaba ayuda. Se quedó conmigo un buen rato. A veces no nos damos cuenta de cuánto puede significar que alguien se preocupe por nosotros.” (Fabianna, 4º ESO).



“Esta semana en el instituto, haciendo la actividad de cómo ven los demás, a través de las cartas Dixit, a pesar de que no haya salido tan bien, Jazmin me dijo algo muy bonito. Su carta era con un árbol triste con unas flores animándole y ella dijo que yo soy como esas flores que le alegran y animan los días tristes. Me hizo sentir muy especial y darme cuenta de lo mucho que la aprecio y lo importante que ella es para mí” (Mia, 4º ESO).

“Esta primera semana de diciembre ha sido una de las más agitadas del trimestre. El lunes hicimos la ficha de lectura, me tomó un poco de tiempo organizar todas las preguntas, realmente disfruté.

Luego el martes tuve un examen de Geografía e Historia y salí aliviada de que ya lo había hecho y me salió mejor de lo que pensaba.

El miércoles tuve el examen de morfología que me tenía bastante nerviosa, además del examen de inglés. Todo salió bien.

El examen de economía fue el jueves y justo entonces me acordé que el viernes y el lunes sería festivo, así que me alegré bastante.

Fue una semana bastante intensa, llena de exámenes y de muchos nervios. Me demostró que una actitud positiva en semanas intensas pueden dejar buena sensación” (Onomé, 4º ESO)

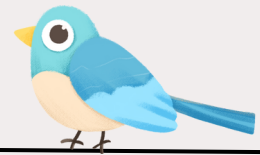
## Recomendación de la semana

“


En cada número que saquemos intentaremos recomendarles una serie de lecturas o cortos que permitan reflexionar y que sirvan de apoyo para la educación de sus hijos e hijas


### Piper. Cortometraje de Pixar


Después de ver este corto se mezclaron una serie de pensamientos y recuerdos; sobre todo cuando Piper tuvo ese primer error. Me sentí identificada con ese mal sabor que queda tras haber fallado y no verte capaz de darte otra oportunidad por el miedo a fracasar. Piper necesitó apoyo para poder avanzar. Nos gustaría ser como Piper, quisiéramos tener esas ganas de conseguir nuestras metas y volvernos optimistas, aunque las cosas se pongan difíciles hay que buscar soluciones y volvernos más fuertes (Isabel, 4º ESO)





### Hoy me llevo de Piper que...

“nada es imposible y el miedo se supera” -Geidy 


“Los errores nos hacen aprender muchas cosas nuevas. Además que no hay que tener miedo a fallar, sino que hay que tener miedo a no intentarlo.” -Naiara 

“Si me atrevo a observar mis miedos más de cerca, puedo descubrir la fuerza y la valentía que no sabía que tenía” -Daniela 

“Un mal momento no te define” -Isabel 

“La perseverancia es importante para poder cumplir mis retos” -Jeffrey 

“el miedo se supera intentándolo otra vez” - Idaira 

“que la felicidad llega cuando logramos algo por nosotros mismos y con esfuerzo” -Enric 





## Recomendación de la semana

“Hoy me llevo de Piper que la vida se trata de valentía, va de enfrentar los problemas pues es la única forma de que se vayan. Es levantarse e intentarlo una vez más, pues lo único que te puede llevar a la victoria es querer, sin rendirse. Los errores te fortalecen, te enseñan y te ayudan a mejorar como persona. También en algunos casos hace falta un apoyo que te dé ese pequeño empujoncito que necesitas para alcanzar tus metas con consejos y motivación.

Lo más importante para superar tus problemas es tener un propósito por el que hacerlo y aspirar a lograrlo más que cualquier otra cosa. En el caso del corto, Piper quería comer, su madre le dio el empujoncito y además su valentía y sus ganas de conseguirlo lo llevaron a intentarlo a pesar de fallar. El motivo principal por el que alcanzó su propósito.”- Alexei

---

### Inma Puig. Cuidar

---

En este vídeo, Inma Puig reflexiona sobre la palabra cuidar, que cada vez utilizamos menos. Cuidar implica reconocimiento, atención, escucha y acompañamiento. Los seres humanos necesitamos ser cuidados y no siempre de la misma manera, mientras a algunos con poco les basta, otros necesitan mucho más. El cuidado puede transformar nuestros entornos: la escuela, la familia; porque nos hace sentirnos bien, crecer y desarrollar nuestras capacidades (Alexei, 4º ESO)



---

### En el Próximo Número...

---

En el próximo boletín profundizaremos en el papel fundamental que tienen las normas en la convivencia y en el aprendizaje. Cómo se deben establecer límites claros y dar respuestas a lo que necesitamos para poder trabajar juntos en una atmósfera positiva, porque es mejor enseñar que corregir.

*¡Te esperamos en nuestra próxima edición!*

## ¡Suscríbete!