



Construyendo Relaciones Respetuosas en el Aula

¿En qué consiste la práctica pedagógica para el desarrollo de relaciones respetuosas?

Una sala de clases respetuosa se puede definir como un lugar en el cual todos los integrantes, es decir profesor y alumnos, se sienten física y emocionalmente seguros y valorados. De esta manera, los alumnos se sienten confiados y se atreven a realizar preguntas, no temen equivocarse, se tratan bien entre ellos y respetan los límites de los demás y las reglas de convivencia, se muestran contentos, cómodos y a gusto, manifiestan interés por aprender, entre otros aspectos. Si los alumnos no se sienten seguros y valorados, será muy difícil que se enfoquen en las tareas de aprendizaje o que desarrollen buenas relaciones con los demás (Wessler, 2003, citado en Miller & Pedro, 2006). El docente, a su vez, siente satisfacción y gusto por su trabajo, y disfruta de las interacciones con sus alumnos. Por otro lado, un docente que se siente estresado y sobrepasado presentará dificultades para desempeñarse en su labor y generar ese espacio emocionalmente seguro para sus alumnos. La evidencia científica da cuenta de la importancia de las relaciones entre el profesor y sus alumnos. Por ejemplo, se ha encontrado que cuando un profesor presenta sentimientos negativos hacia un alumno esto predice significativamente los resultados sociales y académicos del niño o niña, incluso años después (Jennings y Greenberg, 2009). De esta manera, es fundamental desarrollar relaciones respetuosas en todos los niveles educativos, y especialmente en los primeros niveles de escolaridad (Educación Parvularia y primeros años de Educación Básica), ya que en ese período los niños están construyendo su percepción respecto a la experiencia escolar. Un mal comienzo puede afectar las futuras relaciones con sus pares y profesores.

Para lograr una sala de clases respetuosa es necesario crear un ambiente emocionalmente seguro. Jennings y Greenberg (2009) enfatizan que para esto es fundamental cultivar el bienestar emocional y autocuidado del docente, de manera que pueda contar con las herramientas sociales y emocionales para marcar el tono en el aula. Un docente que se encuentra bien emocionalmente y que cultiva sus competencias sociales tiene mayor capacidad para desarrollar relaciones positivas con sus alumnos, preparar sus clases tomando en cuenta las fortalezas y habilidades de su curso, promover la motivación intrínseca, moderar adecuadamente los conflictos, fomentar la cooperación, modelar formas de comunicación apropiada y respetuosa, y actuar en forma generosa y prosocial. De esta manera, es muy importante “partir por casa” y evitar el “burnout” o desgaste profesional. Puede ser útil realizar ejercicio, alimentarse bien y practicar técnicas de relajación y/o meditación (ej: Mindfulness), entre otras estrategias de autocuidado. Lo importante es aprender a escucharse, y evaluar lo que cada uno necesita para sentirse bien tanto física como



mentalmente, ya que lo que es mejor para una persona no es necesariamente la mejor estrategia para otra. En caso de sospechar “burnout” o desgaste profesional es recomendable buscar ayuda.

Así, es importante resaltar que, a diferencia de otras prácticas pedagógicas de alto impacto en el aprendizaje, construir relaciones respetuosas en el aula no es algo que se pueda implementar tan sólo mediante estrategias puntuales sino que requiere un trabajo continuo, e implica velar tanto por el cuidado de la salud mental de los alumnos así como del docente. De esta manera, para construir relaciones respetuosas al interior del aula se requieren, al menos, las siguientes condiciones:

- ✓ Un trabajo personal por parte del docente, evitando el “burnout” o desgaste profesional.
- ✓ Informarse y ser sensible respecto del desarrollo social y emocional de los niños, de manera de saber cuáles son las necesidades y desafíos en las distintas edades, y desarrollar estrategias de manejo de aula acordes para cada etapa.
- ✓ Informarse y ser sensible respecto de características específicas de cada uno de los alumnos, incluyendo aquellos con necesidades educativas especiales, de manera de buscar formas en que todo el grupo se sienta seguro, valorado y a gusto en su clase.

Lo que no es Construir relaciones respetuosas con los estudiantes

- ✗ Transformarse en el “profesor amigo” que hace de todo para caer bien a los alumnos. Es importante construir un ambiente cálido y respetuoso, en el que a la vez se cuente con límites claros.
- ✗ Dejar los objetivos de aprendizaje en segundo plano. Preocuparse del bienestar y relaciones respetuosas de los alumnos es necesario pero no suficiente. Es fundamental preocuparse específicamente de que los niños aprendan.

Estrategias docentes para Construir relaciones respetuosas con los estudiantes

Prevenir conflictos y resolverlos en forma oportuna cuando surgen: Una buena estrategia para estar atentos a las situaciones que pudiesen generar o están generando conflicto entre los estudiantes es circular por la sala. Tener un mensaje claro de que es inaceptable que los compañeros se traten de mala manera o que excluyen a alguno de los estudiantes. Es fundamental que todo el grupo tenga claras las consecuencias si sucede alguna situación de este tipo.

Demostrar que le importan sus alumnos: Valorar y mostrar interés por sus emociones y por lo que ocurre en sus vidas. Saludar a cada uno en la puerta. Cuando algún alumno se ha sentido mal, preguntarle más tarde cómo se siente. Escuchar y empatizar.



Admitir cuando no sabe algo o está equivocado: Los alumnos aprecian la sinceridad y honestidad, aprenden a confiar en el profesor y a la vez reciben el mensaje de que es normal no saber algo o equivocarse.

Buscar formas apropiadas de expresar los sentimientos en el aula: Todos pasamos por momentos en los cuales nos sentimos frustrados y/o enojados, y en ocasiones estas emociones pueden ser bastante intensas. Es importante buscar formas apropiadas de manifestar estos enojos que son parte de la vida. Por ejemplo, expresando verbalmente a los alumnos “Estoy enojado/a, me he sentido muy mal debido a...”, manteniendo el volumen de voz normal y evitando los descalificativos o ironías hacia los alumnos.

Enfrentando situaciones estresantes con la estrategia P.A.R.E: Una buena estrategia para enfrentar situaciones abrumantes puede ser la técnica P.A.R.E. utilizada para ayudar a disminuir la acción de la amígdala (órgano del cerebro que se activa en situaciones de estrés). La letra P indica PAUSA. Es decir, al sentirse estresado en primer lugar realizar una pausa (pueden ser sólo algunos segundos). Luego, la A es ATENCIÓN A LA RESPIRACIÓN. Es decir, llevar la atención a la respiración (pueden ser una, dos o tres respiraciones, o más según necesidad y/o posibilidad). La R es RECONOCER LO QUE ESTÁ OCURRIENDO. Es decir, darnos cuenta de lo que pasa en nuestro cuerpo, en nuestras emociones y en nuestro entorno. Y finalmente, la E se refiere a ELEGIR CÓMO PROCEDER. Es decir sólo después de los tres pasos anteriores elegir qué hacer (o no hacer).

Corregir de manera constructiva: Aceptar los errores como parte normal del proceso de aprendizaje. Es fundamental promover un ambiente en el cual no se juzga negativamente el error, sino que se considera más bien parte del proceso e incluso se aprovechan las instancias de error para profundizar algún contenido. Al corregir, es fundamental evitar el uso de descalificativos que dañan el autoconcepto académico del niño (“Eres tonto” o “flojo”, etc.). Más bien enfocarse en el estado actual (“Esa respuesta no es la correcta, mira...”, “Me parece que te estás equivocando, a ver revisemos” etc.) y mostrar qué es lo que se espera o ayudar a buscar la respuesta correcta. Lo anterior también es válido para corregir conductas inapropiadas en la interacción social. Es decir, en lugar de decir a un niño “Eres un pesado, malo etc.”, decirle “Lo que acabas de hacer no es apropiado, por (explicar razones)... de esta manera ahora tendrás que (explicar consecuencias si no ha cumplido una regla establecida y conocida por él/ella, o ayudarlo a reparar pidiendo disculpas si es el caso, etc.)”. Es importante que el mensaje sea que la conducta es la que es inapropiada y NO el niño, y que aun cuando lo está corrigiendo y enseñando, lo acepta y valora en su integridad como ser humano.

Tener altas expectativas respecto de los logros de aprendizaje de todos los alumnos: Una forma concreta de manifestar altas expectativas es mantener la participación de todos los alumnos. Los alumnos recibirán el mensaje de que el profesor espera que TODOS estén atentos y que TODOS son capaces de responder y participar. Otra estrategia en esta línea es aumentar el tiempo de espera luego de hacer una pregunta. Se ha encontrado que los profesores tienden a dar más tiempo para responder a los mejores alumnos, ya que tienen la expectativa de que ellos saben la respuesta. Es importante dar tiempo a TODOS los alumnos para responder, esto comunica que tiene la expectativa de que ellos pueden hacerlo.



Promover sentimiento de orgullo por el trabajo realizado: Algunas formas de hacer esto son: reforzar conductas en forma positiva de manera regular, poner muestras del trabajo en diario mural, compartir y contar a los padres los buenos resultados.

Tener reglas claras para el trato respetuoso: Las reglas debiesen establecerse desde el comienzo del año escolar, ser elaboradas en forma colaborativa, y quedar por escrito en un lugar en que todos las puedan ver. En ellas se debe señalar lo que se espera tanto al interior de la sala de clases como en el horario de recreo, así como las consecuencias de no cumplir con estos acuerdos.

Incluir las relaciones respetuosas como contenido de aprendizaje: Por ejemplo, incluir temas de lectura y/o conversación enfocados en el valor del respeto y en que se muestren formas respetuosas de interacción con los pares, comunidad educativa y familia. Realizar tareas enfocadas en la alfabetización emocional, es decir, aprender el significado de conceptos relacionados con las emociones y trato respetuoso (ej. Respeto, dignidad, cortesía, individualidad, límites personales, diversidad, etc.). Usar lo aprendido en este tipo de actividades en contexto real, es decir, aprovechar situaciones cotidianas para recordar y reforzar lo aprendido.

Promover la Escucha Activa: La escucha activa es una habilidad comunicacional que se puede desarrollar y que se relaciona con una actitud por parte del que escucha de completa concentración y atención a lo que el hablante está comunicando, tomando en cuenta tanto los mensajes verbales como no verbales. Una posible actividad para fomentar esta habilidad es pedirles a los alumnos que se junten en parejas. Se turnan para hacer el rol del que escucha y del que habla. El que comienza hablando elige alguna anécdota o experiencia que quiera contar al compañero que lo irá a escuchar. El que escucha debe SÓLO escuchar, con toda su atención en el relato. Esto es, no hacer comentarios, no interrumpir, tan sólo escuchar muy atentamente (puede dar mensajes no verbales que indican que está escuchando, tales como asentir con la cabeza, etc.). Luego de unos 3 minutos aproximadamente, el docente les pide a los alumnos que estaban escuchando que le den un “feedback” o retroalimentación al compañero, es decir, que le cuenten qué fue lo que escucharon (“Tú me contaste que fuiste a la casa de tu abuelita, y que te invitó a tomar té, me pareció que eso te puso muy contento. Luego, la ayudaste a enviar un email... etc.”). Enseguida cambian los roles, es decir, el que contó la anécdota ahora escucha y el que escuchó ahora comparte alguna experiencia o anécdota con su compañero. Al finalizar el ejercicio, se realiza una conversación con todo el grupo-curso en que comparten cómo se sintieron al escuchar y ser escuchados recibiendo toda la atención del compañero.



Referencias

Boynton, M., Boynton, Ch. (2006). Chapter 1. Developing Positive Teacher-Student Relations, *Educator's Guide to Preventing and Solving Discipline Problems*.

Jennings, P., Frank, J., Snowberg, K., Coccia, M., Greenberg, M. (2013). Improving Classroom Learning Environments by Cultivating Awareness and Resilience in Education (CARE): Results of a Randomized Controlled Trial, *School Psychology Quarterly*, 28(4), 374-390.

Jennings, P., Greenberg, M. (2009). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes, *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.

Miller, R., Pedro, J. (2015). Creating Respectful Classroom Environments, *Early Childhood Education Journal*, 33(5), 293-299.

Sieberer-Nagler, K. (2016). Effective Classroom-Management & Positive Teaching, *English Language Teaching*, 9(1), 163-172.

Teaching Works. University of Michigan. (2016). High-Leverage Practices. 13 de julio de 2016, de Teaching Works. University of Michigan Sitio web: <http://www.teachingworks.org/>

Sugerencia para citar este documento

Observatorio de Buenas Prácticas Pedagógicas, Facultad de Educación, Universidad del Desarrollo. (2016) "Construyendo relaciones respetuosas con los estudiantes"

Este documento ha sido elaborado por Carolina Corthorn, en el marco del Observatorio de Buenas Prácticas Pedagógicas de la Facultad de Educación de la Universidad del Desarrollo, Santiago, Chile.

Última actualización Diciembre 2016.