



## Hábitos para la paz en las aulas de las Escuelas Normales

**Diego Muñoz Ramírez**

La Escuela Superior de Jalisco

Correo electrónico: [diego.munozramirez@ensj.edu.mx](mailto:diego.munozramirez@ensj.edu.mx)

Eje temático: Comunidades de Aprendizaje en y para la Vida: Espacios de Colaboración para la Construcción de Cultura de Paz

### Resumen

La comunidad educativa, especialmente las Escuelas Normales, cuentan con un papel crucial en la formación inicial de docentes. Pero, la violencia en el entorno educativo plantea un desafío para el desarrollo armonioso de los individuos. La definición de la Organización Panamericana de la Salud sobre violencia propone erradicar cualquier forma de abuso que amenace el respeto y la seguridad en las aulas. Promover la paz se convierte en un hábito fundamental para cultivar una convivencia saludable y libre de violencia. La propuesta de "Hábitos Para la Paz" busca transformar la identidad y los comportamientos de la comunidad educativa, fomentando una cultura de diálogo respetuoso y solución pacífica de conflictos. Muestra una metodología basada en leyes para crear hábitos: hacerlo obvio, atractivo, sencillo y satisfactorio. Reconocer, clasificar y promover hábitos que fomenten la paz se convierte en el motor del cambio hacia una convivencia pacífica en las aulas y en la sociedad.

### Palabras clave

Hábitos, Paz, Violencia, Identidad, Escuelas Normales, Nueva Escuela Mexicana (NEM).

### Introducción

Nuestra comunidad es esencial en la formación y preparación de futuros docentes/educadores, como impulsores del cambio social nos confiere un poder extraordinario en el crecimiento y apoyo del desarrollo personal de quienes confían en nuestra labor. Las Escuelas Normales tienen como objetivo mejorar la educación obligatoria en México, dotando de habilidades a las futuras y futuros docentes con capacidades disciplinares, didácticas, pedagógicas y sociales que resultan

indispensables para la educación y la enseñanza. Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, nos corresponde brindar un espacio predilecto para el estudio, espacio que podría verse afectado por factores como la violencia.

Siendo tal la magnitud de nuestra responsabilidad con la sociedad, no podemos permitir que el principal obstáculo que se busca erradicar se desarrolle en nuestras aulas. Lamentablemente nuestros espacios se ven influenciados por actos violentos, lo que puede causar el desequilibrio en la armonía de la convivencia que nos ayuda a desarrollarnos como individuos de comunidades normalistas.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) “La violencia es el uso intencional de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra uno mismo, una persona, grupo o comunidad que tiene como resultado la probabilidad de daño psicológico, lesiones, la muerte, privación o mal desarrollo.” No se puede permitir ningún tipo de abuso que atente contra el respeto, aprecio y seguridad de quienes nos rodean (tanto compañeros, como profesores) en nuestros grupos e instituciones, ya que nos brindan pasión, conocimiento y responsabilidades a través de una sana convivencia que forma un ambiente de paz.

Para las Naciones Unidas La Paz se define como: “un proceso positivo, dinámico y participativo en que se debe promover el diálogo y solucionar los conflictos con un espíritu de entendimiento y cooperación mutuos.” Tomando en cuenta el concepto de paz se espera reforzar y convertirla en un hábito que perdure dentro de nuestras aulas normalistas.

En el siguiente escrito se presenta la propuesta de Hábitos Para la Paz como promotor de una convivencia sana libre de violencia, no sólo de género sino también de sus posibles variantes dentro de nuestros grupos y comunidades. Partiendo desde la explicación del concepto hasta el entendimiento de cómo la instauración de los mismos pueden fortalecer esta cultura en dichos entornos.

### ¿Qué es un Hábito? Analogía y Significado del Concepto “Hábitos Para la Paz”

Nos referimos a un hábito a la acción que surge de manera automática en respuesta a un acontecimiento que nos brinda una señal para ser interpretada, la respuesta es casi inmediata gracias a que la acción ha sido repetida constantemente. Para (Wood & Rünger, 2016). Los hábitos son asociaciones implícitas entre contextos y respuestas que se desarrollan a través del aprendizaje repetido de recompensas.

El hábito es una de las muchas disposiciones conductuales adquiridas (Campbell, 1963). Desde que nacemos desarrollamos hábitos que nos impulsan a realizar todas las actividades que sin darnos cuenta terminamos por hacer para lograr todos nuestros objetivos a diario (de manera consciente o inconscientemente), sin embargo, no solo resultan beneficiosos para nuestros intereses, ya que dependerá el enfoque y nuestras acciones lo que nos brinde un resultado satisfactorio.

El concepto entra en tema controversial al referirnos a los hábitos como buenos o malos, ciertamente esto dependerá del objetivo que se quiera alcanzar, por ejemplo:

No ser clasista

Quiero dejar de ser clasista.

Hábito malo: criticar y reírme de mi compañero que no comió pues su economía no le permite gastar dinero para su desayuno.

Hábito bueno: incluir y apoyar a mi compañero, ofrecerle un poco de mi comida o prestarle dinero.

Partiendo del ejemplo, criticar y ser ofensivo repetitivamente, en situaciones similares nos aleja del objetivo que se espera lograr, en este caso, evitar ser clasista. A contraparte si cada vez que se nos presente una oportunidad de apoyar a dichas personas con dificultades económicas y lo hacemos, estaremos formando una nueva identidad que nos acerque más a lo deseado y evitar dicho comportamiento para generar humildad.

Al momento de cambiar un hábito también moldeamos nuestra identidad, para (Clear, 2019) la transformación de la identidad se relaciona con cambiar tus creencias: tu visión del mundo, la imagen de ti mismo, tus juicios acerca de ti mismo y de los demás. Por lo que realizar actividades afectarán tu identidad dependiendo de lo que hagas. Todo aquello que repitas te acercará a lo que deseas convertirte, si apoyas a tu compañero con su desayuno te sentirás bien contigo mismo y te convertirás en alguien humilde, si lo sigues humillando serás el mejor de los clasistas.

A la hora de hablar de Hábitos Para la Paz tenemos en cuenta todos aquellos comportamientos que promueven una cultura para La Paz, un estado de diálogo respetuoso en el que se puedan resolver y evitar conflictos de manera sana, dichos comportamientos tendrán que adoptarse y llevarse a cabo repetitivamente para su instauración en nuestras aulas. En el siguiente apartado se presentarán datos recabados de alumnos de la ENSJ para comprender la situación de violencia actual y así poder implementar y llevar a cabo dichos hábitos.

Nuestra Participación como motor del cambio

Nuestro bienestar depende de nosotros y nuestra comunidad, debemos partir del cambio de identidad como principal resolución de problemas derivados de la violencia. Un cambio que parta de nuestra sociedad como normalistas apoyándonos de hábitos que fortalezcan el liderazgo, el respeto y la autoridad, para crear una identidad de paz.

Planteando las siguientes preguntas se espera encontrar un sentido a nuestro papel como docente en formación inicial o continua ¿Qué actitudes se esperan de un docente?, ¿Cuáles son mis responsabilidades?, ¿Cómo resolver problemas dentro del aula? Reflexionar y analizar dichas cuestiones nos harán replantear nuestras responsabilidades y actitudes.

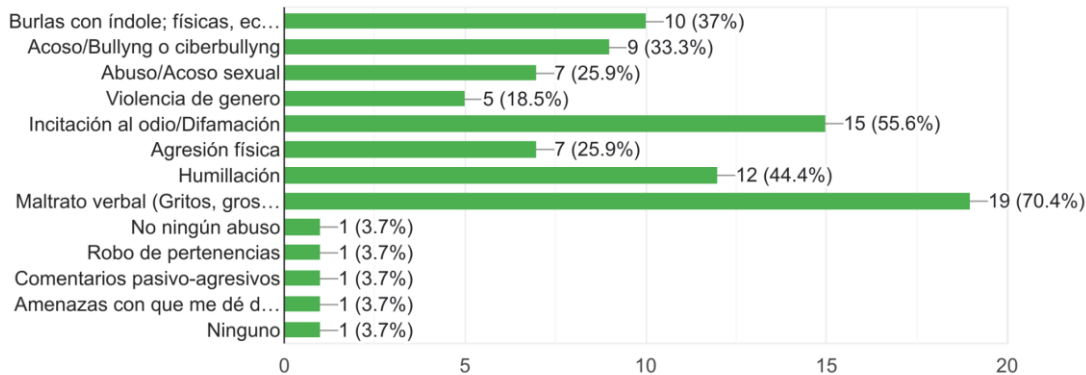
En base a una encuesta realizada a 27 alumnos de distintas especialidades y semestres se logró rescatar la siguiente información. La premisa de la pregunta era responder (con la posibilidad de marcar más de una casilla) los acontecimientos que se hayan presentado en el transcurso del

semestre que se cursaba, esto para tener en cuenta cuáles eran los problemas más comunes dentro de nuestras aulas.

Gráfica 1. Actos de Violencia en la ENSJ

En las siguientes casillas marca las que se hayan presentado en el transcurso del actual semestre dentro de nuestra institución.

27 respuestas

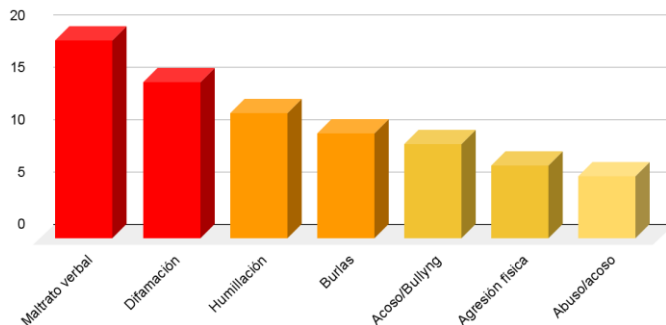


Fuente: Elaboración propia

Al observar los resultados obtenidos e interpretar los datos nos percatamos del problema en cuanto a la existencia de dichos indicadores de violencia (me refiero a indicadores ya que principalmente son actos que sé interpretan como tal), dicho problema nos deja poco que desear ante la calidad de personas que se están formando en nuestra institución, esto refiriéndonos a los principios que fundamentan a la NEM, específicamente en la responsabilidad ciudadana.

Gráfica 2. Actos de Violencia Ordenados por Categorías en la ENSJ

Situaciones de violencia presentadas en la institución en el semestre actual



Fuente: Elaboración propia

La NEM (Nueva Escuela Mexicana) en su documento de principios y orientaciones pedagógicas nos señala por incisos los fundamentos que la respaldan. En este caso nos enfocaremos en el inciso B)

que habla principalmente en las características a las que los alumnos se deben ver sujetos: ser formados para responsabilizarse y cumplir con los derechos humanos.

Como docentes en formación inicial o continua somos los encargados de formar individuos que estén a favor del bienestar social y la promoción de la cultura de la paz, esto para que las y los estudiantes actúen con respeto a los derechos humanos.

El mismo fundamento nos indica el compromiso que tienen al participar en su comunidad hablando de sus actos y cómo repercuten en la misma.

Abordando desde otra investigación acerca de la educación para la paz fortalece aún más nuestro papel, para ello se debe comprender que a la hora de apoyar en el desarrollo de cada individuo este tiene que tener en cuenta que pueden generar bienestar en sí mismo y en los demás con quienes convive, es decir, es trabajo de todos fomentar la paz para el desarrollo de nuestra sociedad, capacitando personas que denuncien, normas y hechos injustos y a su vez proponer posibles soluciones.

En el siguiente apartado se espera plantear una metodología que será llevada a cabo para desarrollar nuestro papel como docentes y ser un ejemplo a seguir, teniendo manejo de nuestras emociones y teniendo un desempeño en la creación de relaciones que partan del respeto con nuestros compañeros, maestros, directivos y sobre todo los más importantes: las y los estudiantes.

Creando nuevos Hábitos que Apoyen al Proceso de la Formación de nuestra Identidad como Promotores de una Cultura de Paz

Las siguiente metodología parte de un modelo que no se enfoca en alcanzar una meta ya que nuestro principal propósito es generar hábitos que perduren y queden implementados en nuestro desarrollo personal y profesional, la metas suelen ser mal interpretadas, Clear (2019, pág. 37) nos dice en su libro Hábitos Atómicos “Las metas son buenas para establecer una dirección, pero los sistemas son mejores para realizar verdaderos progresos.” No significa que por tener una meta llegaremos a alcanzarla, tampoco se plantea como una solución espontánea sino constante y que cuando obtengamos resultados que nos benefician, en este caso evitar la violencia y generar una cultura para La Paz en nuestras aulas, seguir ejerciendo compromisos para que perduren y mejoren. Tampoco se espera erradicar la violencia en nuestras instituciones en todas sus variantes, de un día para otro, pues además de ser un proceso continuo, rompe completamente el concepto que se plantea como hábito. Por ello se propone la siguiente metodología basada en el mismo libro, teniendo en cuenta todos los puntos de vista del autor para relacionarlo con una posible solución a nuestra problemática como institución, dichas ideas se basan en una de las 7 estrategias nacionales de los cinco puntos centrales en el Plan de Estudios 2022. La sexta de ellas, la estrategia nacional con perspectiva de género para mantener a las escuelas libres de violencia y acoso, así como en las condiciones para construir un clima escolar positivo.

¿Qué es un clima escolar positivo?

Entendemos por clima escolar como un ambiente que es generado por las relaciones interpersonales entre los miembros de una comunidad o institución educativas. El clima escolar se convierte en un factor que influye en los comportamientos de los que intervienen tanto dentro como fuera de la escuela. Por lo que un clima escolar positivo se refiere a la construcción de

relaciones que promuevan conductas sociales adecuadas. Nos enfocaremos en las 4 leyes de Clear que propone en su libro para implementarlas en la metodología y así generar un ambiente favorable para que los casos de violencia se minimicen en nuestra institución, la cuales son:

Primera ley: hacerlo obvio.

Segunda ley: hacerlo atractivo.

Tercera ley: hacerlo sencillo.

Cuarta ley: hacerlo satisfactorio.

Primera Ley: Reconocimiento y Clasificación de Nuestros Hábitos

Hay que tener bien claro lo que deseamos, los alumnos normalistas serán conscientes y desarrollarán hábitos por su cuenta. Dicho esto, aclarar nuestra meta a alcanzar nos dará inicio a reconocer aquello que nos acercara o alejara de la misma. Por lo que el primer paso de la propuesta es un punto de partida para enfocarse y analizar los hábitos que nos beneficien o perjudiquen para crear reglas dentro del aula que generen un ambiente de paz.

Para clasificar dichos comportamientos será necesario tener en cuenta los tipos de violencia que existen y que se puedan propiciar dentro de una institución educativa. Una vez teniendo en cuenta dichos comportamientos se creará una lista grupal en la que todos plasmen acontecimientos que regularmente se realizan en clases una vez realizada dicha lista se espera catalogar entre los que beneficien y detengan la posibilidad de alcanzar nuestra meta.

La estrategia pretende catalogar con +, - e = y así tener en cuenta las debilidades y puntos a favor. Una vez clasificados, el grupo deberá crear reglas que eviten o promuevan según su clasificación dichos comportamientos.

Segunda ley: Hacerlo atractivo

Promover actividades en las que todos puedan participar, generando una participación activa por parte de los estudiantes con la temática relacionada con atender y erradicar la violencia, la creación de un ambiente de paz o prevenir el acoso escolar. Las actividades pueden ser propuestas por docentes o por los mismos estudiantes, deberán de ser llamativas, creativas, interactivas o que promuevan un reto para crear interés.

Para hacerlo aún más fácil y tengamos mayores posibilidades de generar un hábito es importante la participación de nuestras instituciones, brindándonos la ayuda a manera de herramientas recursos y pláticas por parte de expertos en los temas. Los temas importantes a abordar serían: la fomentación de la empatía y comprensión, incorporar la diversidad cultural, promover la solución pacífica de conflictos, la meditación en lo personal sería para mí la más interesante y agradable de llevar a cabo, y entre otras.

Tercera Ley: Transformando nuestro entorno

Crear actividades para que los alumnos se relacionen entre sí, haciendo equipos de manera aleatoria para fomentar la actuación e interacción promoviendo una comunicación abierta con respeto mutuo.

Cuarta Ley: Motivar los hábitos que favorezcan la paz

Nos toca a nosotros como alumnos encaminar a nuestra comunidad a un buen desarrollo en ambientes de paz, y en este caso a alentarnos como comunidad.

¿Por qué si un compañero hace algo malo no perdemos ni un segundo haciéndolo saber?

En todo caso si fuera lo contrario en nuestra meta, una actitud o un comportamiento que impulse el respeto reconocer y felicitar de manera positiva los comportamientos respetuosos y pacíficos sería lo adecuado, darle un aplauso, agradecer o promover su actuación de manera inmediata lo impulsa no solo a él a seguir haciéndolo sino que generaría una reacción en cadena en la que nuestra comunidad se vería beneficiada.

### Reflexión y conclusión

Al iniciar a escribir esta ponencia no tenía en cuenta tanta información a la que me llevo mi investigación, mi idea es influenciada principalmente por el libro “Hábitos atómicos” teniendo en cuenta algunos conceptos fui estructurando dicha metodología que por supuesto busca disminuir la violencia en nuestras aulas normales a partir de la adopción de hábitos pero no de manera directa sino con pequeños cambios en nuestros compañeros que se lleven a la práctica constantemente y así asegurar un desarrollo personal que siga ejerciendo valor en ellos al ejercer como docentes. Se espera implementar dicha metodología en las comunidades normalistas para el mejoramiento continuo de la misma y las posibles proporciones de mejores soluciones. El proceso de cambio no será sencillo ni rápido, pero es fundamental iniciar con la adopción constante de hábitos positivos que perduren y se arraiguen en la identidad individual y colectiva de la comunidad normalista, convirtiéndose en promotores activos de una Cultura de Paz.

### Referencias

- La Mejora Continua de la Educación, C. N. P. (s. f.). Las Escuelas Normales son actores fundamentales en la construcción de un conocimiento pedagógico que apoye la mejora educativa. gov.mx. <https://www.gob.mx/mejoredu/prensa/las-escuelas-normales-son-actores-fundamentales-en-la-construccion-de-un-conocimiento-pedagogico-que-apoye-la-mejora-educativa#:~:text=Las%20Escuelas%20Normales%20tienen%20un,de%20an%C3%A1lisis%20de%20las%20realidades>
- Prevención de la violencia. (s. f.). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia#:~:text=La%20violencia%20es%20el%20%E2%80%9Cuso,muerte%2C%20privaci%C3%B3n%20o%20mal%20desarrollo.>
- United Nations. (s. f.). Día Internacional de la Convivencia en Paz | Naciones Unidas. <https://www.un.org/es/observances/living-in-peace-day>
- Wood, W. (2017). Habit in Personality and Social Psychology. Personality And Social Psychology Review, 21(4), 389-403. <https://doi.org/10.1177/1088868317720362>
- SEP (2019). La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas. Recuperado en: <https://dfa.edomex.gob.mx/sites/dfa.edomex.gob.mx/files/files/NEM%20principios%20%20orientaci3n%20pedag3gica.pdf>



Centeno, Rebeca. La paz y la igualdad entre los géneros: una relación indisoluble Espacio Abierto, vol. 23, núm. 1, enero-marzo, 2014, pp. 7-21 Universidad del Zulia. Maracaibo, Venezuela

Clear, J. (2019). Hábitos atómicos. Planeta Publishing.

Gonzales-Benito, 2018 GUÍA PARA LA MEJORA DEL CLIMA ESCOLAR EN LOS CENTROS EDUCATIVO. UNICEF COMITÉ ESPAÑOL. 1-26  
<https://drive.google.com/file/d/1cDf0JEMXkSLMQ9ctS7FEesWxGssFMras/view?usp=drivesdk>