

# BLOQUE CERO. REPASO 12. LA MESA DE LA PAZ

En la lección de hoy comenzamos hablando de la mesa de la paz, un recurso muy utilizado en las escuelas Montessori (AMS), y que podemos adaptar muy fácilmente como una opción más a la hora de resolver conflictos en casa.

«Para alcanzar la paz en el mundo necesitamos dos cosas:

~ Primero: nuevos seres humanos, mejores seres humanos.

~ Segundo: un ambiente sin límites para el deseo infinito de este nuevo ser humano.»

*«Un Nuevo Mundo para un Nuevo Ser Humano, esta es la mayor necesidad»*

Dentro de la pedagogía Montessori, la educación para la paz es una parte importantísima del currículo. En las Escuelas Montessori existen numerosos recursos para mantener la paz en el aula y resolver los conflictos entre los pequeños, uno de ellos es la Mesa de la Paz, que permite desarrollar la expresión oral, la negociación, la inteligencia emocional y la empatía.

Cuando cualquier niño se siente agobiado o triste, puede acudir a la mesa de la paz y permanecer allí un tiempo hasta que recupere su ánimo habitual.

Uso  
individual



Como herramienta para la resolución de conflictos.

Uso  
colectivo



La mesa de la Paz es un instrumento de convivencia que puede implantarse en cualquier aula u hogar. Sirve como uso colectivo para resolver los conflictos, pero también como uso individual si nos sentimos agobiados, ya que podemos tomarnos unos minutos frente a ella para reponernos. No tiene nada que ver con la tradicional silla de pensar.

Los conflictos surgen en todos los ámbitos de nuestra vida, la visión Montessori consiste en sacar partido de ellos, potenciando la autonomía y el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, en vez de recurrir a distraer, solventar nosotros el conflicto o, peor aún, forzar a “hacer las paces”, ignorar o castigar a los pequeños. Se les proporciona un método, a la vez que un lugar para expresar sus sentimientos y conseguir llegar a un acuerdo exitoso entre las partes. Habilidades sociales que les serán de extrema utilidad a lo largo de toda su vida.



La educación constructiva de la paz no puede ser limitada por la escuela e instrucciones: es un trabajo de magnitud universal. Se necesita una buena evolución de la personalidad humana, pero también una orientación hacia las finalidades humanas y las condiciones presentes de la vida social.

## ¿QUÉ NECESITAREMOS?

Organizar una Mesa de la Paz es sencillo, tanto en casa como en el aula. Para ello, necesitaremos:

- Una mesa, que será utilizada única y exclusivamente para este menester y, como todo en Montessori, será de tamaño infantil y estará bellamente decorada (un mantel bonito y una plantita o un arreglo de flores puede ser suficiente)



- Se pueden añadir un par de sillas, pero quizás, como los conflictos a veces surgen entre más de 2 niños, puede ser más sencillo que sea una mesa sin mucha altura y que se sienten en el suelo. Las banquetitas pequeñas de plástico de Ikea son una opción muy económica para organizar la Mesa de la Paz en el hogar familiar.
- Un reloj de arena, de unos 3 minutos de duración. Mejor de cristal que de plástico, el más bonito y especial que encontremos.



- Un instrumento de la paz, una flor o un pequeño objeto muy especial, como una piedra pulida con una forma curiosa, una concha o una perlita, que será el símbolo de la paz y permitirá organizar los turnos de palabra.





- Una campana, que se hará sonar cuando los pequeños lleguen a un acuerdo.

## ¿CÓMO SE LO PRESENTAMOS A LOS NIÑOS?

Antes de animar a los niños a utilizar la mesa, se les debería explicar cuando estén tranquilos como pueden usarla tanto de forma individual como de forma colectiva:

La primera presentación consiste en presentar la mesa de la paz para su uso individual, dejando solo la plantita y el reloj de arena y explicándole al niño: “Esta es la Mesa de la Paz, podemos utilizar esta mesa cuando nos sintamos tristes o agobiados. Venimos a la mesa y nos sentamos tranquilamente en ella y observamos como caen los granitos de arena del reloj. Si alguien está sentado en esta mesa, no podemos molestarle, ni nadie puede molestarnos a nosotros cuando estemos aquí sentados. ¿Os gustaría probarla por turnos?”

## Mesa de la paz

Se invita a acudir

Pueden elegir estar solos o acompañados

Pueden levantarse cuando consideren

Sirve para relajarse, resolver conflictos, en definitiva sentirnos mejor

Los niños aprenden a ser responsables de las consecuencias de sus acciones

## Silla de pensar

Se obliga a acudir

Deben estar solos

El adulto decide cuando pueden levantarse

Sirve para conocer el abuso de poder por parte de los seres en los que deberíamos confiar

Los niños aprenden que si les pillan, les castigan

Una vez que los pequeños están familiarizados con su uso individual como sitio para descansar y recobrar el ánimo, se les puede presentar el segundo uso de la mesa de la paz. Les mostramos el instrumento de la paz (flor, objeto especial, etc.) y la campana, y les explicamos: "La Mesa de la Paz también podemos usarla cuando estemos disgustados con otros compañeros/hermanos/familiares. Les podemos invitar a sentarse con nosotros en la Mesa de la Paz y exponerles porque nos sentimos así. Si aceptan nuestra invitación, tomaremos esta flor (u otro instrumento de la paz) y hablaremos mientras la sostenemos en nuestras manos. Entonces pasaremos la flor para que la otra persona pueda hablar. Solo una persona puede hablar a la vez mientras tiene la flor, y cuando termina su explicación vuelve a pasar la flor hasta que lleguéis a un acuerdo. Entonces, juntos haréis sonar la campanita. Si consideráis que no podéis estar tranquilos podéis posponer la conversación un rato. Si necesitáis a un adulto para moderar la conversación, podéis venir a pedirnoslo".



El proceso puede modificarse y adaptarse totalmente, teniendo en cuenta estas particularidades:

- Las normas deberán adaptarse a la idiosincrasia de la clase o la familia, podrían ser las siguientes: No pegar, no interrumpir, no gritar, no insultar y no burlarse del otro.
- Las frases comenzaran siempre con “yo me siento” no con “Tú has...” Ejemplo: Yo me he sentido triste porque me has quitado este juguete. Yo me he asustado porque me has gritado, etc.
- Si en algún momento la conversación sube de tono o alguno de los niños comienza a ponerse nervioso, el proceso se interrumpirá brevemente, nunca se pospondrá para siempre, dando oportunidad a los niños para que resuelvan el problema cuando se encuentren más relajados.
- En general, los adultos no intervienen, pero sí puede ser necesaria su presencia como “moderador” -no como juez-, sobre todo, en el caso de niños más pequeños, menores de 4 años.
- Se les puede proponer a los niños un “role play” o juego de roles para que observen como puede utilizarse la mesa. Podemos elegir un conflicto recurrente, en mi casa sería



quitar un juguete de las manos, los padres podemos escenificarlo para que los niños, sobre todo los más pequeños, entiendan como utilizar esta herramienta.



Evitar los conflictos es el trabajo de los políticos, pero construir la paz es trabajo de la educación. Es urgente entender la necesidad de la colectividad y unirnos en el esfuerzo para la construcción de la paz.

Algunas consideraciones adicionales:

La Dra. Montessori no inventó la mesa de la paz. Igual que muchos otros materiales y actividades que hoy en día se usan no todo fue inventado por ella. María Montessori se dedicó principalmente a la etapa 3-6. Al final de su vida se dio cuenta de la enorme importancia que tenía la etapa 0-3 pero no le dio tiempo a escribir mucho al respecto (su discípula, Silvana Quattrocchi, continuo sus investigaciones en esta etapa), y también se dio cuenta de la importancia de la educación para la Paz (Ella escribió un par de libros al respecto. pero fundamentalmente fue su hijo, Mario, quien terminó de *rematar* la Educación Cósmica) En las formaciones AMI no se contempla este recurso, pero en mi formación AMS sí que hablamos de la mesa de la paz.

En la mesa de la paz no se niega el conflicto, sino que se trabaja en él - y no es obligatorio resolverlo, ¡ni si quiera es obligatorio acudir!-, no se les “manda” en plena rabieta, no se reprime a los niños sino que se les da un lugar neutral en el que poder expresarse y



serenarse, solos o acompañados, como ellos deseen - De hecho, nosotros ya la hemos *quitado* porque ya tienen interiorizado el proceso y les vale cualquier sitio para gestionar sus conflictos, ahora es una cestita-

A mis hijas les gusta jugar juntas y si se pelean no lo hacen, les gusta estar en paz porque están siempre juntas, a veces hay conflictos irresolubles y tampoco pasa nada. Estas son las frases que escucho cuando quieren resolver un conflicto:

- *Me siento frustrada porque llego tarde a Teatro porque te entretienes antes de salir de casa.*
- *Estoy triste porque me has quitado la muñeca de las manos y no me la devuelves.*
- *Estoy cabreada porque siempre eliges la peli en el día de peli.*
- *Me he sentido mal cuando me has dicho que nunca más iba a ser tu hermana.*
- *Me molesta que te escaquees para recoger lo que hemos desordenado las dos.*

A mí me parece increíble que niñas tan pequeñas (de casi tres y casi cinco años) sean capaces de expresar sus sentimientos mejor que algunos adultos. A veces los conflictos se resuelven (ahora hacen turnos para el día de peli), a veces se disculpan pero el conflicto se repite (quitar la muñeca, llegar tarde, recoger, etc.) y a veces simplemente necesitan un abrazo y una disculpa (que eligen darse ellas, no porque yo se lo diga sino porque conocen el efecto que tiene: Sentirse mejor)

Igual en un casa donde no hay hermanos no es necesaria tener una mesa de la paz, pero mi experiencia como bimadre es muy positiva al respecto: Mis hijas están siempre juntas, hasta en extraescolares, 16 horas al día juntas, por lo que el hecho de que haya conflictos y que puedan resolverlos sin mi intervención (aunque si me necesitan siempre estoy) me parece algo positivo.



Os añado los aportes que nos ofreció una guía Montessori con el uso de la mesa de la paz en su aula en el curso Tester.

*Sobre la mesa de la paz, aparte del uso diario que tenía en mi clase ya que siempre estaba llena, nos ayudo a resolver todo tipo de conflictos:*

*En ese momento estaba en una clase de 60 alumnos 5 adultos.todos en el mismo ambiente, todos moviéndose libremente.con niños de 6-9 años. De repente llega uno de los niños con su hermana pequeña , su mama y el.coloca todas sus cosas y se sientan los 3 en la mesa de la paz. El niño hace todo su ritual, están allí hablando durante unos 15 minutos, lloran, habla. Ningún adulto o niño les hace ningún caso. Acaban, soplan la vela y la mamá y la hermana se van. No le preguntamos ya que consideramos que él nos explicaría si quería lo que había sucedido. Cuando llego la madre nos contó que mientras venían al colegio , la madre había atropellado a un perro, y por supuesto los niños en el coche lo vieron y se asustaron. La madre venía llorando y la hermana también, en la reunión que su hijo convocó en la mesa de la paz, la madre expresó su tristeza y el niño le dijo que no se preocupara que no era su culpa...y resolvieron esa situación. La madre nos dio las gracias por tener la mesa de la paz y por estar ayudando a su hijo a resolver esos conflictos.*

*Y como esos mil. Una niña había entrado nueva a la edad de 6 años. tímida, introvertida, callada. Entre otras muchas cosas siempre dibujaba y en el dibujo siempre dibujaba a un angelito y cuando le preguntaba me decía que era su hermana. Yo sabía que ella no tenía ninguna hermana. Y la cosa escalo a mas. Decidí hablar con la madre y ella me explicó que antes de que naciera esta niña habían tenido otra hija y había muerto en un accidente. Que si que sabían que la niña a veces hablaba de su hermana angelito. Bueno durante mucho tiempo la niña continuo así y cada vez parecía que iba a peor. Fue creo cuando ya tenía 9 años, en su ultimo año que se me acerco y me dijo que les quería contar a todos los de la clase lo de su hermana y que le pasó. Yo le dije que al igual que ella quería contarlo a lo mejor había alguien que no quería escucharlo y que tendríamos a la mañana siguiente preguntar a los niños si ellos lo querían oír o no( yo quería comprar tiempo para hablar con la madre).esa tarde hable con la madre y me dijo que si, que si la niña quería contarlo que si. Bueno la mañana siguiente le preguntamos a los niños y todos quisieron oír la historia. Ella contó la historia, el accidente...todo en detalle pero muy relajada.nunca la había oído hablar tanto.los niños le preguntaron un par de cosas y ella las contesto. Yo no intervine en ningún momento.cuando acabaron les dije que ahora ya podrían ir a trabajar.y así lo hicieron. A media mañana otra niña vino a pedirme si podíamos cerrar las luces de la clase. No me quiso decir el porque pero insistió. Le dije que si, otras dos niñas cogieron la mesa de la paz y la trasladaron delante de donde estaba la niña que había contado la historia de su hermana. Encendieron la vela, apagaron la luz. Poco a poco todos los niños de la clase fueron moviendo sus mesas alrededor de la niña. Y de la mesa de la paz. Se pasaron así alrededor de 1 hora trabajando en silencio a su alrededor.Era ya la hora de recreo.toque la campana y se lo dije. Encendieron la luz y ordenaron todo en su sitio.salieron a jugar como si nada hubiera pasado. Desde ese día la niña ya no dibujo mas a su hermana.*

*Bueno y otra muy buena aunque no tan emotiva como esta. Los viernes por la tarde después de asamblea nos juntábamos todo el ciclo para hablar de cosas.ya sea partidos que venían la semana que viene, excursiones, tocar algún tema general....en una de esas reuniones una niña levanto la mano y digo que quería llamar a la mesa de la paz a un niño en concreto. Le preguntamos si querían hacerlo en privado o delante. Y decidieron delante de todos. El niño aceptó. No recuerdo lo que se hablo hasta llegar al punto que en el recreo el niño le tocaba el culo y a ella no le gustaba. Otras niñas pusieron la mano en alto y dijeron que a ellas también se lo había hecho. La niña explico como se sentía cuando se lo hacia y que no le gustaba. Después de indagar*

*un poquito salio que el niño quería jugar con ellas y no sabía como hacerlo pero que cuando les tocaba el culo ellas le perseguían y eso le gustaba, jugar con ellas. Que les había pedido a veces jugar con ellas y siempre le decían que no. Un par de otras niños dijeron que ellos también habían intentado jugar con ellas y que no hubo suerte. Allí intervine. aproveche el momento para explicar lo importante que es el espacio personal. como un caballero debe tratar a una dama y viceversa. como podemos hacer sentir a otra persona etc..etc... La niña entendió que el quería jugar con ellas .Buscamos soluciones y diferentes maneras de pedir a nuestros compañeros y compañeras si quieren o si podemos jugar con ellos/ellas etc...se disculparon y prometieron arreglar la situación y así fue. Lo que mas me sorprendió de todo fue que a ese niño nadie le dijo nada. Se podían haber reído de él o le podían haber llamado toca culos hasta que se fuese del colegio y nadie, ningún alumno nunca lo menciona. Jugaron juntos unas cuantas veces y nunca mas hubo un problema.*



También podéis leer aquí la experiencia del uso de la mesa de la paz en un entorno educativo.



**Resumen de la lección:**

- La mesa de la paz es una herramienta más a la hora de resolver conflictos en un aula o en una casa.
- No es la solución a rabietas, ante eso solo podemos acompañarlos.
- Se puede utilizar de dos formas: como espacio neutral para resolver conflictos o como tiempo fuera positivo (término tomado de la disciplina positiva) para que el niño se serene (puede elegir estar solo o acompañado y depende mucho de la edad del niño)
- No tiene nada que ver con la silla de pensar, su uso es voluntario y como en todo, decide cuándo, cómo y cuánto tiempo quiere estar en este espacio.