



Mesa de la paz Montessori

Este escrito está inspirado en la lectura del libro “Educación y paz” de María Montessori, publicado por primera vez en 1949. Este libro aún hoy sigue vigente para la comprensión de la necesidad de educar en la paz y liberar a la infancia de la inadecuada resolución de conflictos que conduce a la violencia que, también hoy, ataca a nuestras sociedades.

Los conflictos son habituales y naturales en todos los contextos donde existe la convivencia. El conflicto responde a la expresión de emociones necesarias y por ello los adultos debemos ofrecer herramientas para gestionarlos de forma saludable. Es habitual encontrar en algunos contextos adultos que, para mediar a un conflicto, invitan a los niños a **que pidan perdón y así se dé por zanjado el conflicto**. Esto, además de **minimizar las emociones de aquellos que han tenido el conflicto, sin darles espacio para expresar cómo se sienten**, o tomar su tiempo hasta que se sientan preparados de verdad para reparar el daño que pueda haber surgido durante un conflicto, produce que no se “practiquen” habilidades reales de comunicación y resolución.

En contraposición a esta “gestión”, Montessori propone que la posición que debemos ocupar como adultos frente a un conflicto sea, en primer lugar, la de **ofrecer ambientes de convivencia pacíficos y tranquilos**.

¿Qué es y para qué sirve?

La mesa de paz es una herramienta propuesta por María Montessori que permite apoyar al niño a gestionar y resolver conflictos ya sea internos o con otras personas, desde la calma y la cooperación. Es un cambio de mirada: “ De decirle que tiene que pedir perdón a permitir expresar cómo se sienten las partes en un ambiente diseñado para ello”.

¿De qué está conformada?

Es una mesa del tamaño de los niños con dos sillas con elementos que alimentan la paz y la relajación, tales como:

- Un ambiente calmado.
- Una planta natural.
- Un libro que hable sobre cosas de paz.
- Elementos que mediante la manipulación y lo sensitivo permitan realizar una acción que favorezca la concentración y relajación.
- Un reloj de arena (puede usarse en la resolución de conflictos para dar turnos de palabra a los niños).
- Una piedra (puede indicar que quien la sostenga tiene el turno de la palabra).
- Una campana y/o una vela y cerillos (la vela se prende al inicio y para indicar la resolución del conflicto se sopla la vela o bien se toca la campana).
- Hojas blancas y dos lápices (por si desean expresarse por escrito).
- Almohadones de semillas u otros elementos que permitan la descarga de la rabia, como pelotas antiestrés.
- Para niños pequeños, muñecos con los que puedan representar aquello que no son capaces de expresar.

¿Cómo la puedo usar?

El adulto funge como observador y de ser necesario moderador.

Ambos niños se sientan en las sillas de la mesa y por turnos de palabra expresan como se sienten en ese momento, cómo les gustaría que se solucionara el problema y cómo se sintieron a la hora del conflicto. Se habla en turnos hasta que se resuelve el conflicto. Una vez resuelto, tocan la campana indicando que el problema se ha solucionado.

La mesa de la paz Montessori también puede ser usada para resolver conflictos internos, es decir, cuando el niño se siente enfadado, frustrado o triste, pero su estado no es por causa de otra persona, la mesa de la paz le ayudará a ver dentro de sí mismo, conocerse mejor al aprender a relajarse solo y volver a estar en sintonía con él mismo.

“Todo el mundo habla de paz, pero nadie educa para la paz”

María Montessori