

Las prácticas restaurativas



Ricard Vilá

pueden ser el punto de apoyo, para la mejora de la convivencia en la comunidad educativa



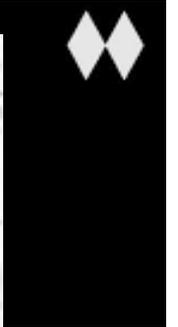
¿Cómo nos organizamos hoy?



Levantar la mano si reconocéis la imagen.....



A vintage BIC advertisement for 1993. The background is white with faint, overlapping scribbles. In the top right corner, the year '1993' is written in a simple, outlined font. The main text is in large, bold, block letters. The top two lines are in orange: 'BIC NARANJA' and 'ESCRIBE FINO'. The bottom two lines are in light blue: 'BIC CRISTAL' and 'ESCRIBE NORMAL'. On the left side, there is a small inset image of a BIC Naranja pen with the text 'BIC NARANJA' and 'ESCRIBE FINO' written next to it. On the right side, there is another small inset image of a BIC Cristal pen with the text 'BIC CRISTAL' and 'ESCRIBE NORMAL' written next to it. In the bottom left corner, the text 'el anuncio de...' is written in a red, lowercase font.



Mi nombre y una habilidad mía que puede facilitar la convivencia en mi centro





Nadie os dijo que fuera fácil

una estrategia para gestionar la convivencia
es plantearse las "dificultades" como retos

las prácticas restaurativas son una propuesta con múltiples estrategias



Coinciden en ..

- 
- Crear espacios de diálogo.
 - Fomentar la empatía y la voluntad de entender.
 - Disponer de estrategias para resolver los conflictos.
 - Mejorar las posibilidades de aprender.

justicia

retributiva / restaurativa

A VECES EN LA **VIDA** TODO FUNCIONA **BIEN**



Y A VECES OCURREN **IMPREVISTOS**



justicia retributiva

- ¿Quién ha sido?
- ¿Qué ha sucedido?
- ¿Qué pruebas tenemos?
- ¿Qué consecuencia le corresponde?

justicia restaurativa

- ¿Qué ha pasado?
- ¿Quién se ha visto afectado?, ¿de qué forma?
- ¿Qué se puede hacer para arreglar las cosas?

actitud restaurativa

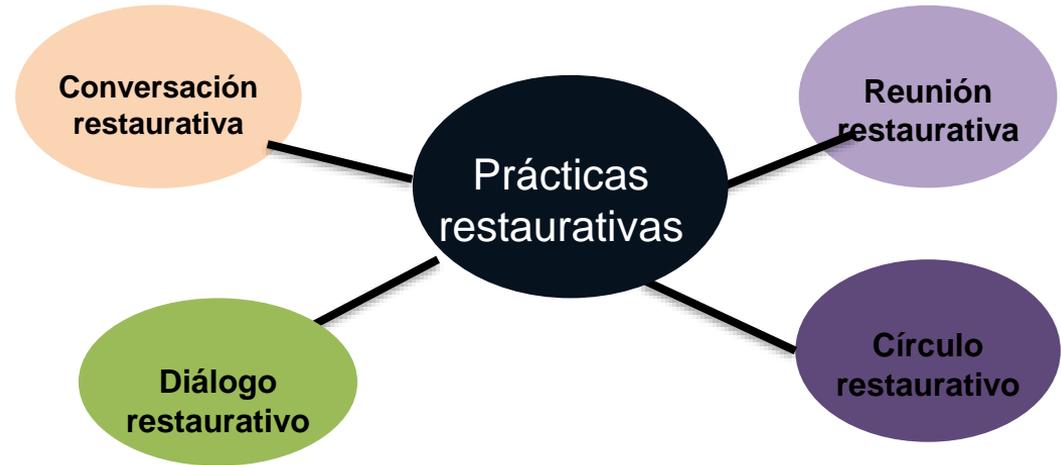
LO IMPORTANTE ES SABER REACCIONAR



**TRANSFORMANDO LOS PROBLEMAS EN
OPORTUNIDADES**

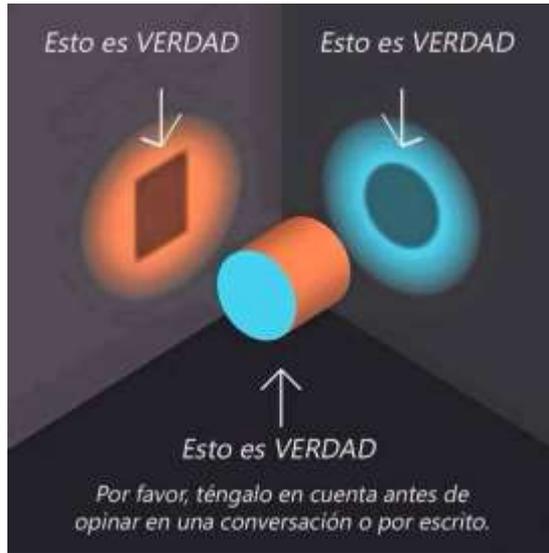
El enfoque restaurativo ante el conflicto

No supone impunidad
y
si supone diálogo y
responsabilización



Puede ser parte del proyecto del centro, que no excluye, si fuera necesario, algunas medidas cuyo carácter sea punitivo

Conflictos

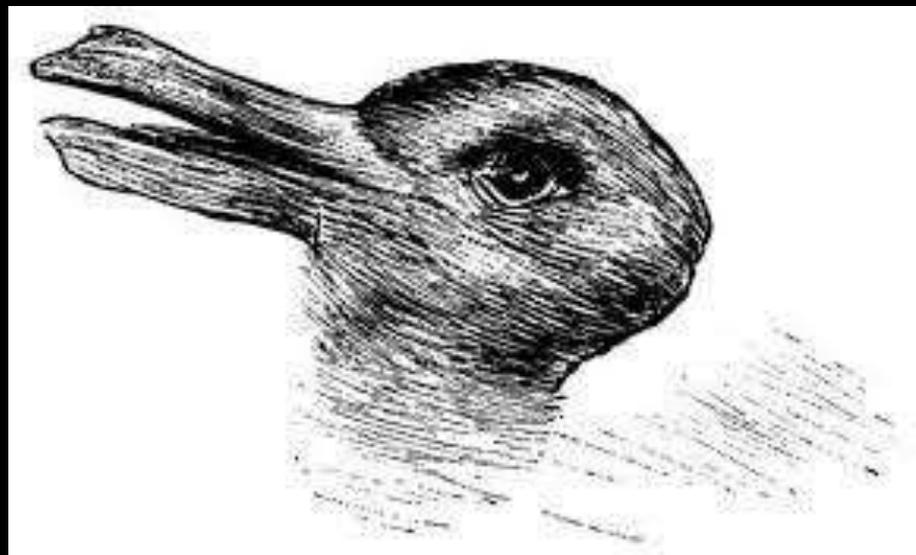


lo que desea un docente

No es que el conflicto sea una oportunidad para aprender
es que la persona aprenda que se debe/ puede actuar de otra forma

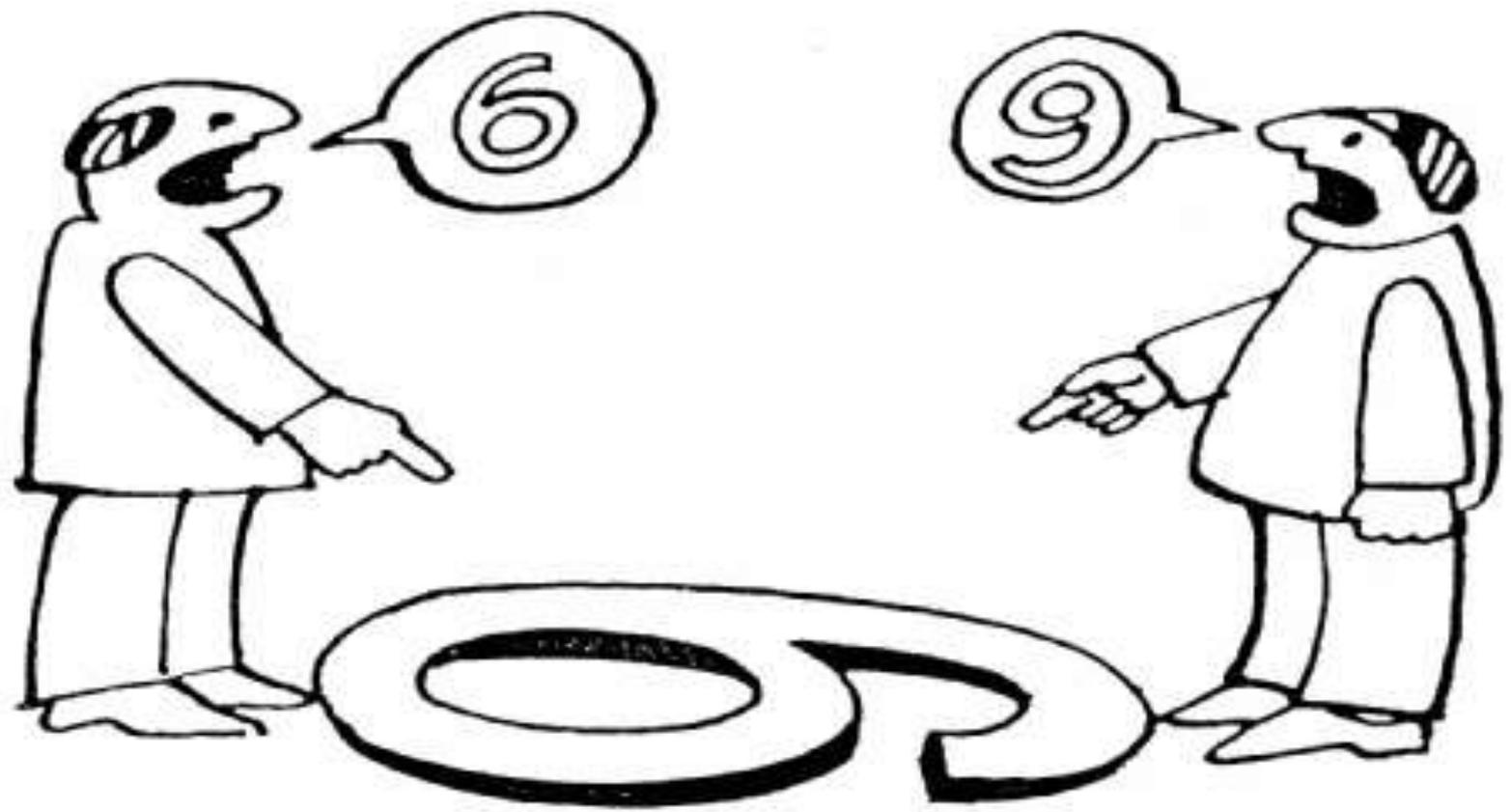
Observemos el conflicto









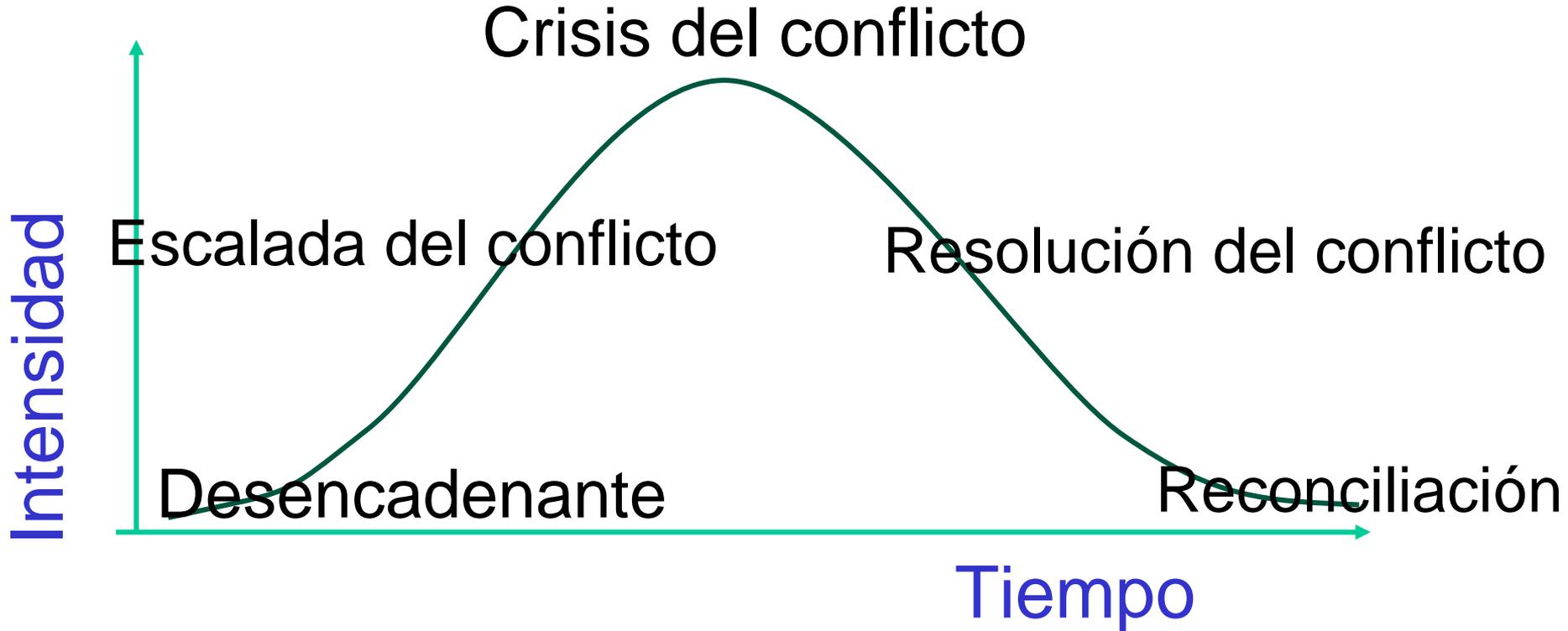


Compartamos

¿Qué similitudes podemos ver entre las imágenes y una situación de conflicto?



el conflicto sigue un ciclo



Podemos actuar en tres momentos

**Durante
gestión**

**Después
Recuperación**

**Antes
prevención**

Prevenir

1. Escala de Provención
2. Círculos de diálogo
3. Programas de educación emocional
4. Planes de acogida (alumnado/ profesorado)
5. Programas de competencia social
6. Todas las presentaciones que hoy nos van a mostrar

Gestionar

Dar la bienvenida al empezar el día

Esperar a decir "Buenos días/tardes" a que la clase esté a punto y en calma

Hacer pausas tácticas

"gracias" en lugar de "por favor"

Dar tiempo para hacer lo que pides

Describir hechos evidentes

Recordatorio de normas

Despacio y en voz baja

Dar opciones

No preguntar "¿por qué lo haces?"

Señales no verbales

Recordatorio diciendo el nombre

Elogios por proximidad

Distracción / cambio de rol

Reorientar el comportamiento

Ignorar comportamientos del alumnado como: tono de voz, lenguaje corporal)

Hablar siempre "*nuestra clase*"

Consecuencias diferidas

Admitir cuando te equivocas

Felicitar si lo hacen bien

...

Utilizar las preguntas restaurativas

¿Qué ha pasado?

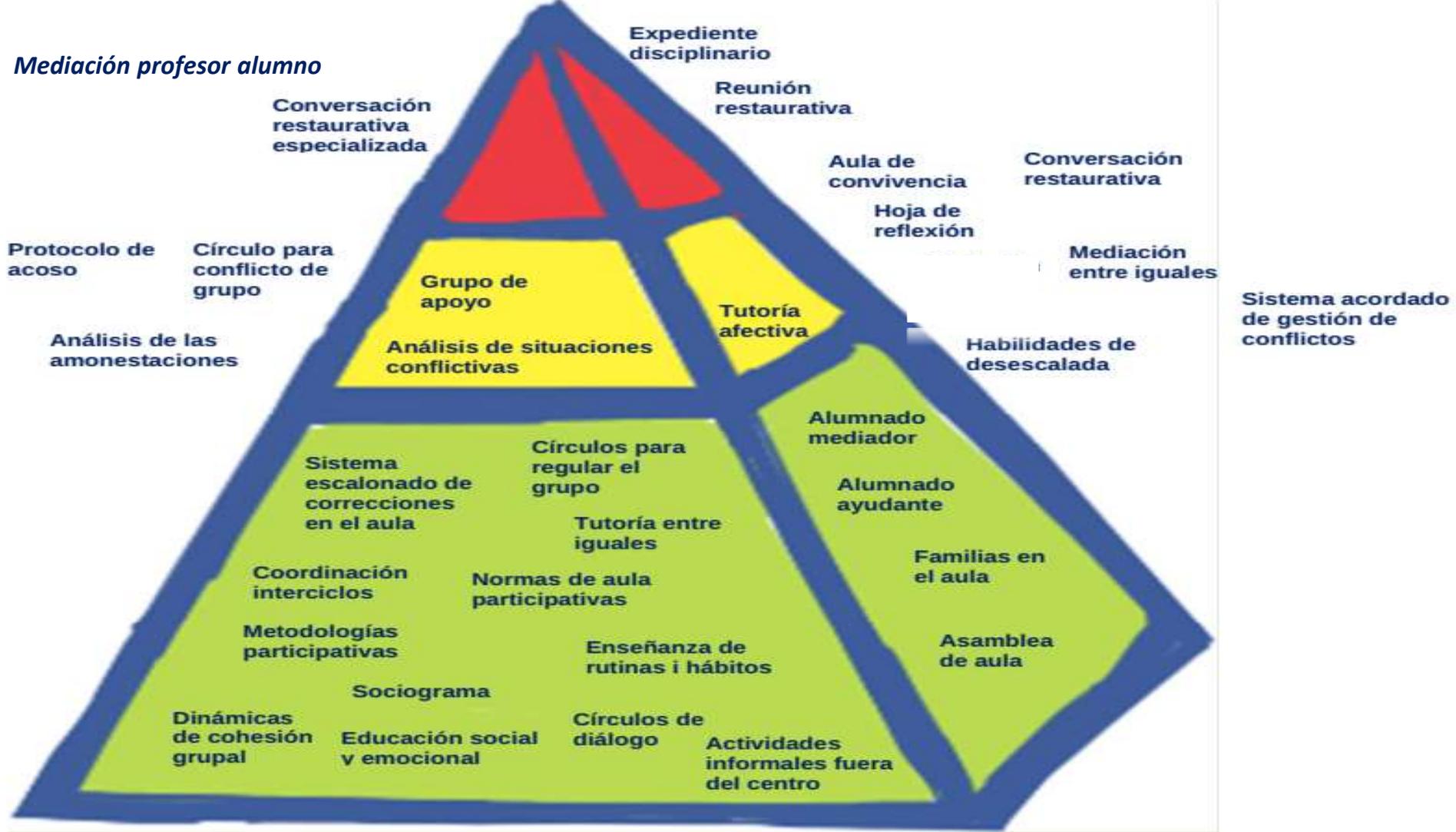
¿En qué pensabas y qué sentías en ese momento?

¿A quien ha afectado y cómo crees que le ha afectado?

¿Qué piensas ahora de lo que ha sucedido?

¿Qué puedes hacer para mejorar la situación?

Mediación profesor alumno



Las prácticas restaurativas tienen que ver con...

A word cloud of restorative practices. The central and largest text is "Círculos de diálogo" in a large, thin, black font. Below it, "escala-de-provención" is written in a bold, dark green font. Other words are scattered around, including "plan-de-acogida" in yellow, "coordinadora-de-bienestar" in yellow and rotated diagonally, "tutor-de-convivencia" in yellow, "mediación-educativa" in yellow, "educación-emocional" in grey, "tutoría-compartida" in grey, "programa-e.social" in yellow, "aula-mindfulness" in grey, "alumnado-ayudante" in yellow, "programa-e.responsable" in grey, "metodologías-participativas" in grey, "mediación-entre-iguales" in grey, "rincón-hablar-escuchar" in grey, and "aula-de-convivencia" in bold grey. The background is white.

tutor-de-convivencia
mediación-educativa
educación-emocional
tutoría-compartida
programa-e.social
plan-de-convivencia
coordinadora-de-bienestar
aula-mindfulness
alumnado-ayudante
programa-e.responsable
Círculos de diálogo
escala-de-provención
plan-de-acogida
metodologías-participativas
mediación-entre-iguales
rincón-hablar-escuchar
aula-de-convivencia



Descripción de un círculo



Alguien facilita el círculo

De pie o sentados en círculo. Seguimos algunas normas:

- Tenemos un objeto de la palabra
- Quien tiene el objeto puede hablar (o pasarlo sin hablar)
- Los que no hablan escuchan con respeto
- Las rondas suelen ser consecutivas



Grupos de 5 o 6 personas, elegis un objeto y decidid quién lo facilitará

1. En una o dos palabras ¿cómo te sientes cuando algo te sale bien?
2. Una habilidad mía que ayuda a generar bienestar
3. Algo que podríamos “implementar” para facilitar el bienestar de las personas.

¿algo que he visto al realizar este círculo?



Valor de implementar los círculos

- Facilita el reconocimiento de la igualdad
- Fomenta de la participación y ayudan a asumir responsabilidad
- Construye la seguridad, y da autoconfianza
- Ayuda el proceso de aprendizaje y permite compartir experiencias
- Crea vínculos, a través de la empatía

Estructura

- **Ronda de entrada:** romper el hielo, sonreir, reforzar, agradecer.
- **Juego de mezcla:** cambiar de pareja, aumentar las relaciones del grupo
- **Actividad principal:** Preguntas del tema que tratamos: la parte larga, explicación y realización de tres o cuatro preguntas. (positiva, a mejorar y compromiso)
- **Energizante:** movernos un poco y cargar pilas
- **Cierre:** cierre, evaluación

¿para qué?

1. Conocerse

2. Aprender

3. Evaluar

Crear vínculos en el grupo

4. Recoger ideas

5. Resolver problemas habituales

6. Crear normas de convivencia

Algunos tipos de círculos

- **Inicio o cerrar**
- Conocimiento de los miembros del equipo
- **Reuniones de ciclo/etapa**
- Establecer o dialogar sobre las normas del grupo
- **Evaluar cómo va el trabajo o lo que hagan en común**
- Dar la bienvenida / despedida a un nuevo compañero
- **Toma de decisiones**
- Tratar pequeños conflictos, de forma proactiva o reactiva

Algunos ejemplos...



Círculo con alumnado de Educación Infantil (Esther Blas Ruiz, Pina de Ebro)



Primero explicar el cuento

Preguntamos

¿Qué es lo que te da miedo?

¿Cómo te sientes y qué haces entonces?

Círculo con alumnado de 2 de BAT (Adrián, IES María de Córdoba)

- Algún libro que has leído y te ha gustado

Tema: La novela

- En parejas ¿Alguna característica de la novela?

(Reparte textos impresos)

- ¿Te parece una novela? ¿Por qué?
- ¿Qué te gustaría saber de la novela?



Círculo con familias (Ceip Rafal Vell)



Se entremezclaron las familias

- Una persona positiva que recuerdo de mi educación
- En parejas ¿Alguna característica de mi hijo/a positivo y que la escuela ha facilitado?
- ¿Algo que me preocupa en el centro?
- ¿Qué podría hacer yo para facilitar una mejora?

Volvamos a probar



Valorar el estado de la convivencia en mi centro



- Algún aspecto que funciona bien en la convivencia
- En relación a la convivencia, si pudiera "revisar " algo podría ser...
- ¿Algo en lo que puedo colaborar para esa mejora?

Situaciones en que podemos utilizar los círculos

Cada día, (semana) para conocer mejor al grupo

Reflexionar sobre la figura de la delegada de clase, previa a su elección

En la reunión de principio de curso con las familias.

Para facilitar nuestras reuniones y agilizarlas

Sobre aprendizajes realizados en un tema, dudas que han surgido, comentarios en relación a...

Para valorar el funcionamiento del grupo y hacer propuestas

Preparar una sesión de evaluación con el alumnado

Parte de un taller de prevención del bullying

Para las tutorías

Para buscar soluciones en algunos conflictos del grupo.

Para trabajar un valor, en relación al grupo *“la amistad”*, *“el respeto”*, *“la empatía”*, etc.

Recoger ideas. (*¿cómo podemos mejorar los tiempos de patio?*)



“Menú” de Prácticas Restaurativas

INFORMALES

FORMALES

Círculo de diálogo

Escucha

Expresión
afectiva

Conversación
restaurativa

Diálogo
restaurativo

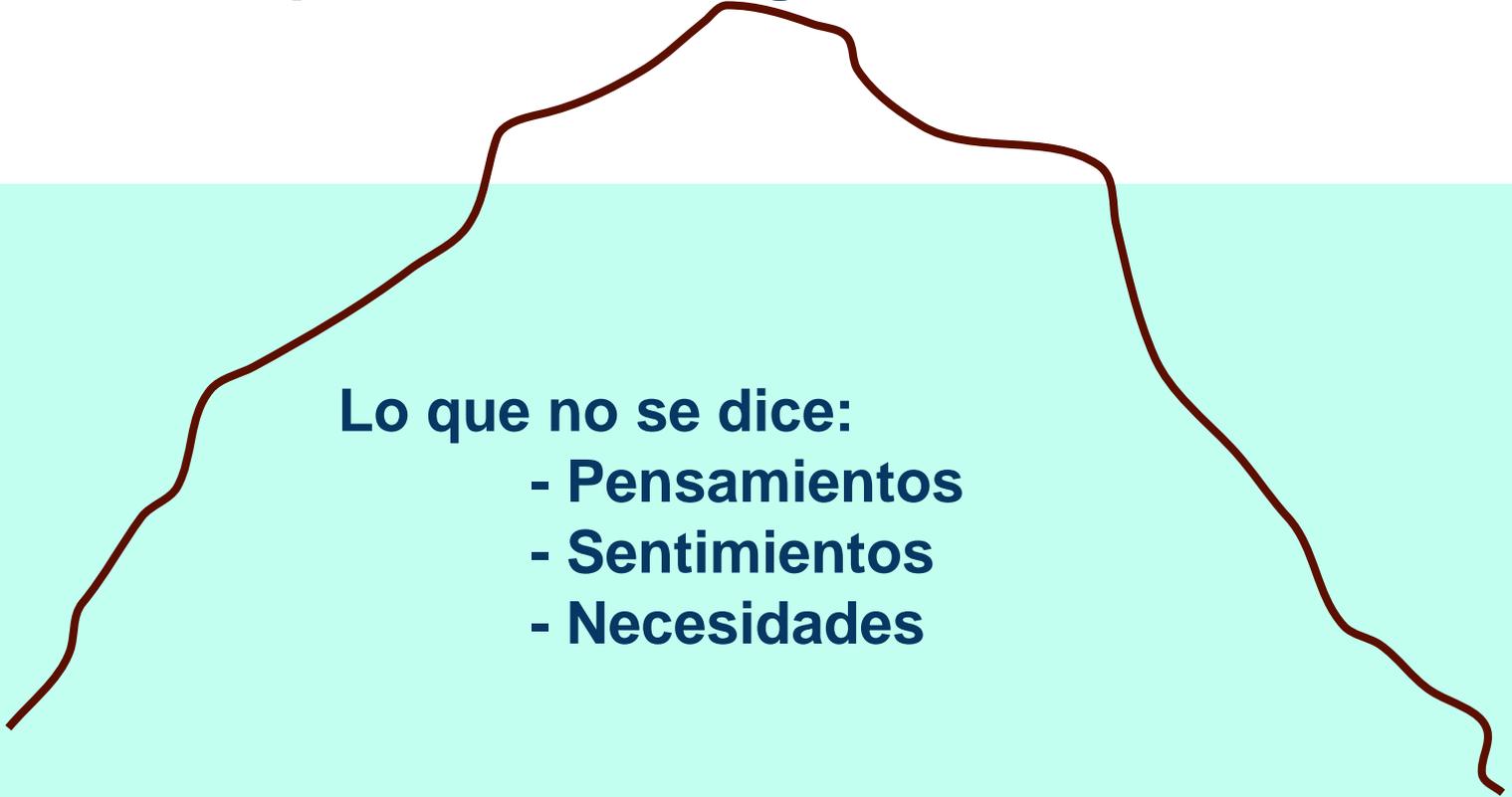
Círculo
restaurativo

La conversación

Lo visible es lo que se dice, los gestos, el tono de voz, ...

Lo que no se dice:

- **Pensamientos**
- **Sentimientos**
- **Necesidades**



La escucha: obstáculos y facilitadores

Obstaculiza	Facilita
Interrumpir	Lugar tranquilo, disponer de tiempo
Criticar	Mostrar interés en su perspectiva
Juzgar	Mirar a los ojos/cara, mover la cabeza, tono y
Interrogar	actitud receptivas algún sonido tipo “aja” ...
Aconsejar	Parafrasear (hacer pequeños resúmenes, eco,...)
Quitar importancia	Reflejar sentimientos
Ignorar	Alguna pregunta que ayude a continuar (¿Qué ha pasado? ¿Quieres que hablemos? Y después, ¿qué pasó?)

Hablamos brevemente



- ¿Qué buenas cualidades tiene tu escucha?

Una herramienta . . . el parafraseo

Parafrasear: hacer un pequeño resumen de lo escuchado, para que:

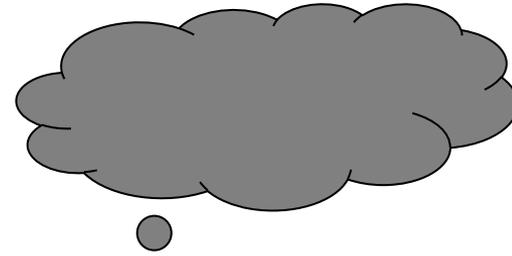
- Asegurarse de que hemos entendido lo que se dice
- Mostrar la voluntad de escuchar y facilitar que quiera seguir hablando

Una práctica del parafraseo en pareja

1. Una de las dos empieza a hablar y puede hablar de lo que quiera
2. Quién escucha hace pequeños resúmenes de la esencia de lo que escucha, hasta que la persona que habla indica que se siente escuchada y comprendida.

Al acabar, dedicad unos minutos a comentar la experiencia de parafrasear

Piensa en un conflicto



¿Qué sentías?



AGITAD@
AGOBIAD@
ANSIOS@
DESBORDAD@
ESTRESAD@
IMPACIENTE
INCÓMOD@
INDEFENS@
INQUIET@
NERVIOS@
PREOCUPAD@
SATURAD@
SOBRECARGAD@
TENS@



ACONGOJAD@
ALARMAD@
ANGUSTIAD@
ASUSTAD@
ATERROIZAD@
AVERGONZAD@
BLOQUEAD@
COHIBID@
DESPERAD@
ESPANTAD@
FRÁGIL
IMPOTENTE
INSEGUR@
SENSIBLE
TEMEROS@
TÍMID@
VULNERABLE



CONFUS@
DESCONCERTAD@
DESCONFIAD@
DESORIENTAD@
DIVIDID@
DUBITATIV@
ESCÉPTIC@
INDECIS@
PENSATIV@
PERDID@
PERPLEJ@
VACILANTE



ACOMPLEJAD@
ASQUEAD@
ARREPENTID@
CELOS@
CONTRARIAD@
CRISPAD@
DISGUSTAD@
ENVIDIOS@
ENFADAD@
FRUSTRAD@
FURIOS@
HART@
INDIGNAD@
IRRITAD@
MALHUMORAD@
MOLEST@
RABIOS@
REPUGNAD@
RESENTID@
VIOLENT@



ABURRID@
AFECTAD@
AMARGAD@
APÁTIC@
APENAD@
CONMOCIONAD@
CONSTERNAD@
DECEPCIONAD@
DEPRIMID@
DESANIMAD@
DESGRACIAD@
DESILUSIONAD@
DISTANTE
DOLID@
HERID@
INDIFERENTE
INFELIZ
MELANCÓLIC@
NOSTÁLGIC@
PESIMISTA
SOL@
TRISTE



ABATID@
AGOTAD@
APAGAD@
CANSAD@
DÉBIL
DECAÍD@
DESCONECTAD@
EXHAUST@
FATIGAD@
HECH@ POLVO
PEREZOS@
QUEMAD@
REVENTAD@

¿Qué necesitabas?

CONEXIÓN

Aceptación
Agradecimiento
Coherencia
Colaboración
Compasión
Comunicación
Conocer y ser conocido
Conexión
Confianza
Consideración
Cooperación
Empatía
Entender y ser entendido
Estabilidad
Inclusión
Interconexión
Pertenencia
Realidad compartida
Reciprocidad
Respeto/autorrespeto
Seguridad emocional
Ver y ser visto

BIENESTAR FÍSICO

Abrigo
Agua
Aire
Alimento
Comodidad
Descanso/sueño
Espacio
Expresión sexual
Intimidad
Movimiento/ejercicio
Protección/refugio
Seguridad
Silencio

CERCANÍA

Afecto
Amor
Apoyo
Calidez
Cercanía
Compañía
Comunidad
Contacto físico
Cuidado
Delicadeza
Interdependencia
Intimidad
Placer
Proximidad
Reconocimiento

CELEBRACIÓN

Alegría
Celebración
Diversión
Humor

AUTONOMÍA

Elección
Espacio
Espontaneidad
Independencia
Libertad
Respeto

INTEGRIDAD

Autenticidad
Honestidad
Identidad
Presencia
Sinceridad
Solidaridad
Transparencia

SENTIDO

Aprendizaje
Auto-expresión
Capacidad
Claridad
Clausura
Conmemoración
Comprensión
Consciencia
Contribución
Creatividad
Crecimiento
Descubrimiento
Duelo
Efectividad
Eficacia
Esperanza
Estímulo
Exploración
Importar
Participación
Realización
Reto
Objetivo
Variedad

PAZ

Armonía
Belleza
Comunión
Equilibrio
Espiritualidad
Igualdad
Inspiración
Orden
Quietud
Soledad
Tranquilidad



Escucha con profundidad, reflejando sentimientos y necesidades

La escucha con sentimientos y necesidades nos da la posibilidad de realizar esta escucha más profunda.

Póquer de sentimientos y necesidades

1. Escucha (¡breve!) con parafraseo
2. Tal vez te sientes.....
3. ¿Podría ser que necesites...?...





“Menú” de Prácticas Restaurativas

INFORMALES

FORMALES

Círculo de diálogo

Escucha

**Expresión
afectiva**

Conversación
restaurativa

Diálogo
restaurativo

Círculo
restaurativo



Situación..evidencia..reacción

Cuando alguien se siente atacado
justificar (es que) ... **o....contraatacar** (y tu más)

Otra forma es ser asertivo



Juicio

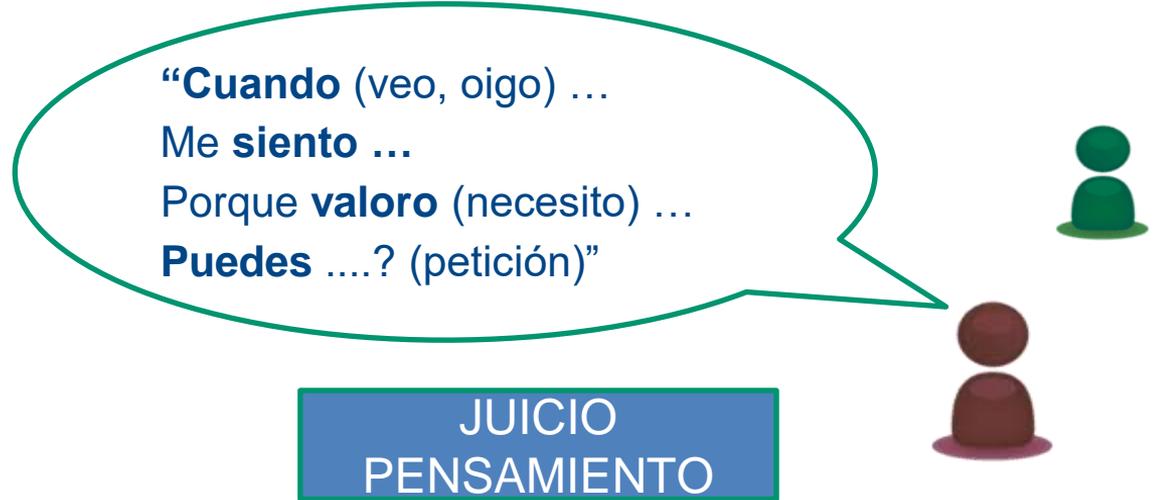
Observación



Expresión afectiva...



- Mensaje en primera persona
- Expresión de sentimientos y de necesidades



En lugar de



*"¡Pero qué día llevas!, ¡Estate quieto!,
¡A ver si te callas de un vez!"*

podemos decir



*"Cuando veo que te levantas, mientras
explico, me distraigo, y necesitaria poder
concentrarme en la actividad ¿Sería
posible preparar todo lo necesario antes
de empezar?"*

Un grupo de alumnos hablan mientras explicas

Ya está bien, ¡callaos!

Una alumna llega siempre tarde

Veo que no tienes ningún interés. No sé para qué vienes

Un grupo de alumnos hablan mientras explicas

Cuando veo... me siento...porque necesito...me gustaria que...

Una alumna llega siempre tarde

Cuando veo... me siento...porque necesito...me gustaria que...

5 Principios restaurativos

Belinda Hopkins





1. Percepción personal

Cada persona tiene su forma de ver las cosas, que hay que escuchar

2. Pensamiento/emoción/acción

Lo que pensamos influye en cómo nos sentimos y ambos afectan a lo que decimos y hacemos

3. Consecuencias

Nuestras acciones afectan a la gente que nos rodea

4. Necesidades

Nuestras acciones son estrategias que aplicamos para cubrir nuestras necesidades

5. Resolución

Las personas afectadas por una situación son las más adecuadas para resolverla

Actuar restaurativamente supone...

- Permitir expresar su percepción desde lo que piensa y lo que siente.
- Escuchar con intención de entender.
- Tomar conciencia de las consecuencias de los actos.
- Buscar la comprensión de “querer reparar, mejorar”.

Las soluciones a las situaciones desde las personas implicadas son mejores y más efectivas.



Conflicto y nivel madurativo

En los pequeños,



es **más importante ser escuchado y reconocido**, hay menos pensamiento en perspectiva, menos suposiciones acerca de intenciones del otro, mayor espontaneidad y soluciones rápidas

En los mayores

narrativas más complejas, hay más pensamiento en perspectiva y más suposiciones acerca de las intenciones del otro



Secuencia restaurativa

1.- Regularse: calmarnos.



2.-Relacionarnos:

recibir empatía, que alguien escuche y valide nuestra experiencia (no que nos dé la razón).



3.-Reparar y restaurar: llega el momento de comprometerse a hacer cosas que reparen los daños y restauren la relación.





“Menú” de Prácticas Restaurativas

INFORMALES

FORMALES

Círculo de diálogo

Escucha

Expresión
afectiva

**Conversación
restaurativa**

Diálogo
restaurativo

Círculo
restaurativo

Preguntas restaurativas

Una sola implicada (o varias en igualdad)

¿Qué ha pasado?

¿En qué pensabas cuando lo hiciste?, ¿Qué sentías en ese momento?

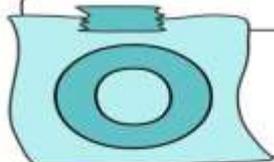
¿A quién ha afectado el incidente? , ¿Cómo crees que le ha afectado?

¿Qué piensas ahora de lo que ha sucedido?

¿Qué puedes hacer para mejorar la situación?

NO es un interrogatorio ni un juicio

Buscamos estimular la participación y promover la responsabilidad



QUÉ OBSERVAMOS

Cuento qué ha pasado o qué veo



QUÉ SENTIMOS

Digo como me hace sentir esa situación



QUÉ NECESITAMOS

Digo qué necesito para no sentirme así



QUÉ PEDIMOS

Hago una petición. Nos comprometemos.



Material compartido por
el Ceip La Guindalera
(Logroño)

Mi nombre:

Fecha:

Hoja de reflexión



¿Qué ha pasado?

¿Qué pensabas cuando lo has hecho? ¿Cómo te sentías?

¿A quién ha afectado? ¿Cómo?

¿Qué piensas ahora de lo que has hecho?

¿Qué podrías hacer para mejorar las cosas?

Full de reflexió

Nom: ..

Data:

31/01/2022

Què ha passat? Com he actuat?

Perquè estava en el patio i jugant
la pegado un puñetazo a un companyero i me
me llabado de tado d'adireccions

Què pensava en el moment en que he actuat? Com me sentia?

Pensava que no me i va a decir nada
perquè el també es suega a sin conmigo
me sentia furiosa i conbuidada

A qui ha afectat el que jo he fet? Com li ha afectat? Com m'ha afectat a mi?

Afectado a mi companyero i afectat
a mi i a mi companyero el pot el puñetazo
i a mi porque me expulsan

Què pens ara del que ha passat i de com he actuat?

Pienso que no es gusta i que tampoco
tendria que haber jugado a sin

Què puc fer per a millorar la situació?

Què vull demanar a altres persones?

Si la situació es torna a donar, què faré?

Para millorarla pues le pediria perdón
~~A otro de mis compañeros~~ no quiero demandar
nada

i si la situacion se vuelve a repetir

Preguntas restaurativas

Quando hay dos personas implicadas (desigualmente)

¿Qué ha pasado?

¿En qué pensabas cuando lo hiciste?

¿A quien ha afectado y cómo crees que le ha afectado?

¿Qué piensas ahora de lo que ha sucedido?

¿Qué puedes hacer para mejorar la situación?

¿Qué ha pasado?

¿Cómo te sientes con lo que ocurrió?

¿Cómo te ha afectado esto a ti y a otros?

¿Qué ha sido lo más difícil para ti?

¿Qué necesitas que pase a partir de ahora?

Rincón boca - oreja



Material compartido por el centro Juan de Vallejo de Burgos

¿ESTOY CALMADO/A Y DISPUESTO/A A DIALOGAR?

ABORDAMOS NUESTROS CONFLICTOS

TÓMATE TU TIEMPO HASTA QUE ESTÉS CALMADO/A

- 1 ¿QUÉ HA PASADO?** 
- 2 ¿CÓMO TE SIENTES?** 
- 3 ¿QUÉ NECESITAS?** 
- 4 ¿CÓMO PODEMOS RESOLVERLO?** 
- 5 ¿CUÁNDO Y CÓMO PODRÍAMOS HABER EVITADO EL PROBLEMA?** 

¿ESTAMOS CONFORMES CON LA SOLUCIÓN? 

Un reto que me llevo de la sesión de hoy
podría ser

