

Plan para una Convivencia
Restaurativa y Transformadora



A CONVIVIR
se aprende



Colegio
Portocarrero



¿Para qué? Aprender a convivir

Convivir en un centro educativo es asumir la convivencia en la sociedad y en los ecosistemas de los que formamos parte. Necesitamos un Plan de Convivencia porque necesitamos organizar cómo aprender a convivir en el centro y en el mundo. Y en este momento, nuestro mundo afronta tres grandes divisiones:

2/

DIVISIÓN SOCIAL. Hemos pasado de un índice de polarización de 3,75 sobre 10 en el año 2000 a 5,10 en el 2019. Una sociedad fragmentada es una sociedad donde cada cual se preocupa solo de lo suyo, donde cada persona se tiene que ganar su vida y donde cuidar a otras personas y preocuparse por las injusticias es secundario.

1/

DIVISIÓN PERSONAL. La salud mental está muy dañada. Los trastornos mentales llegan hasta un 15.9% en adolescentes y la dificultad para concentrarse y control de impulsos a un 56%. Hay un aumento del 32,35% de suicidio adolescente.

3/

DIVISIÓN ECOLÓGICA. La pérdida de cosechas debido a la sequía se ha triplicado en toda Europa en los últimos 50 años. Un 70% de la población española vive en zonas que se han calentado más de 1,5 °C. El calor veraniego se ha adelantado ya entre 20 y 40 días. Y la biodiversidad de la que dependemos ha disminuido un 70%.

Aprender a convivir significa aprender a analizar y transformar el mundo en el que convivimos.

Como señala la ley educativa actual: «la meta no es la mera adquisición de contenidos, sino aprender a utilizarlos para solucionar necesidades presentes en la realidad.»



¿Desde dónde? Miradas y principios

Lo importante no es el qué ni el cómo, es el desde dónde.

MIRADA RESTAURATIVA

Marcamos **límites** claros para generar un espacio más seguro y ofrecemos el **apoyo** y cariño para el desarrollo de cada persona.

MIRADA TRANSFORMADORA

No nos conformamos con “resolver” conflictos. **Buscamos la raíz de los problemas para transformarla.**

No nos conformamos con aprender cómo funciona el mundo. Buscamos aprender a transformarlo.

MIRADA PARTICIPATIVA

La práctica de la convivencia se construye colectivamente. **Construimos CON el alumnado y las familias en lugar de PARA.** Si no hay participación, no hay inclusión porque no están todas las voces. Y si no hay inclusión, no hay convivencia real.

MIRADA PROACTIVA

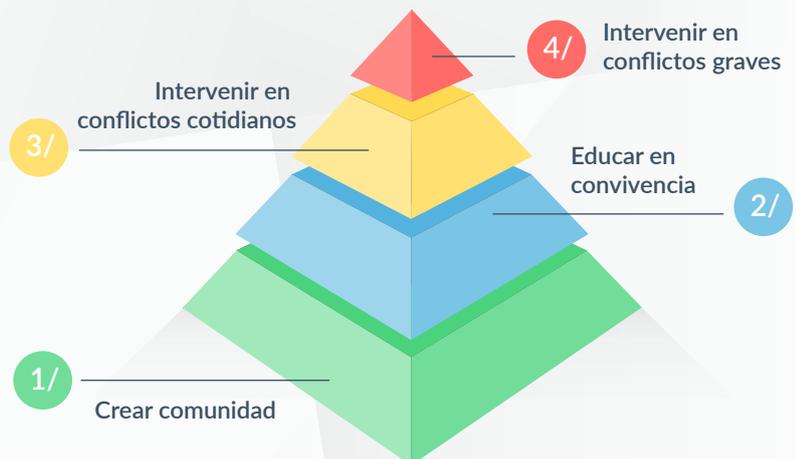
No dedicamos la mayor parte de nuestros recursos a gestionar conflictos, sino a **construir comunidad y aprender a convivir**, para que cuando surjan los conflictos haya más autonomía y herramientas para gestionarlos.

MIRADA REGENERATIVA

Queremos encarnar en el centro el tipo de cultura que deseamos en nuestra sociedad: buscamos **una cultura regenerativa basada en el cuidado y la confianza.**

MIRADA ECOSOCIAL

Creamos una convivencia basada en desarrollar en nuestro alumnado **habilidades para ser agentes de cambio con identidad de ciudadanía global** que construyan equidad, justicia y democracia.





Principios para una convivencia restaurativa y transformadora



¿Qué? Competencias para convivir

COMPETENCIAS PERSONALES

AUTOCONCIENCIA

Comprendo mis emociones, pensamientos y valores y cómo afectan a lo que hago y a lo que digo.

AUTOGESTIÓN

Regulo mis emociones, pensamientos y comportamientos para lograr mis objetivos.

CREATIVIDAD E IMAGINACIÓN

Genero y pongo en marcha ideas originales y diversas para transformar mi entorno.

COMPETENCIAS RELACIONALES

EMPATÍA

Comprendo perspectivas diferentes a las mías, de otras personas, culturas y seres no humanos.

COMUNICACIÓN

Expreso mis sentimientos, opiniones, necesidades y límites. Escucho de forma activa y empática. Ayudo a que se escuchen todas las voces en el diálogo.

COOPERACIÓN

Cuido a otras personas. Ofrezco y pido ayuda cuando hace falta. Trabajo en equipo.

GESTIÓN DE CONFLICTOS

Abordo los conflictos que ocurren buscando cubrir las necesidades de todas las partes, reparar los daños y aprender de lo ocurrido.

COMPETENCIAS TRANSFORMADORAS

PENSAMIENTO CRÍTICO

Cuestiono y analizo información de forma razonada y llego a conclusiones propias.

INICIATIVA TRANSFORMADORA

Decido actuar ante los problemas o injusticias que conozco en mi entorno.

CO-LIDERAZGO

Impulso a otras personas a cooperar o generar cambios sin intentar estar por encima de los demás.

TOMA DE DECISIONES RESPONSABLE

Elijo qué acciones son más coherentes cuando quiero actuar.

¿Cómo?

Estrategias para construir comunidad y aprender a convivir

ESTRATEGIAS PARA COMUNICARNOS

- **ESCUCHA EMPÁTICA.** Partimos del deseo sincero de entender.
- **EXPRESIÓN AFECTIVA Y ASERTIVA.** Hablamos en primera persona.
- **LENGUAJE DE MANOS.** Usamos un código de manos para facilitar el diálogo grupal sin interrumpirnos.

ESTRATEGIAS PARA TRABAJAR LAS COMPETENCIAS DE CONVIVENCIA

- **ACTIVIDADES EXPERIENCIALES.** Juegos y dinámicas para activar las competencias en el grupo y reflexionar para aprender.
- **CAJAS DE CONVIVENCIA.** Materiales manipulativos en cada aula.
- **RUTINAS DE TRABAJO.** Hábitos del día a día en cada aula.
- **METODOLOGÍAS PARA LA VINCULACIÓN CURRICULAR.** Aprendizaje Cooperativo y Aprendizaje-Servicio.

ESTRATEGIAS PARA TRABAJAR LA CONVIVENCIA EN GRUPO

- **CÍRCULOS DE DIÁLOGO.** Metodología restaurativa base para escuchar a todas las voces en orden.
- **CÍRCULOS DE EMPATÍA.** Técnica para practicar el reflejo empático.
- **HERRAMIENTAS DE FACILITACIÓN DE GRUPOS Y GESTIÓN DE AULA.** Técnicas para dialogar y gestionar la energía y los límites.

ESTRATEGIAS ESTRUCTURALES

- **UNIDAD CERO.** Actividades de inicio de curso para asentar las bases de la convivencia y recordar aspectos claves del Plan.
- **ESTRUCTURAS DE PARTICIPACIÓN.** Equipos estables temáticos que trabajan una vez al mes en Secundaria.
- **ALUMNOS/AS MEDIADORAS Y ALUMNAS/OS MENTORES.** Responsables de distintos aspectos de convivencia en Primaria.
- **CONSEJO DE LA INFANCIA.** Equipo autónomo de alumnado de Primaria que toman decisiones para la mejora del cole.
- **OTRAS MEDIDAS ESTRUCTURALES** (acampada, etc.).

¿Cómo?

Estrategias para actuar ante problemas de convivencia

PROBLEMAS DE CONVIVENCIA

AGRESIÓN

Es un acto unidireccional realizando un daño (intencionado o no).

CONFLICTO

Es un choque de necesidades con daños entre varias partes.

ACOSO

Es una agresión que tiene dos características:

- Hay una diferencia de poder
- Se sostiene la agresión en el tiempo.

DISRUPCIÓN O FALTA DE COLABORACIÓN con el desarrollo de las actividades

OBJETIVOS ANTE UNA INCIDENCIA

1/

LA REPARACIÓN DE LOS DAÑOS

2/

LA RESOLUCIÓN DE LAS NECESIDADES DAÑADAS O NO CUBIERTAS

3/

LA RECONCILIACIÓN DE LOS VÍNCULOS

4/

EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS DE CONVIVENCIA

PROCEDIMIENTO GENERAL PARA CONFLICTOS

1/

ACTIVACIÓN

- Informar al Equipo de Convivencia
- Selección de personas encargadas

2/

DIÁLOGO

- Entrevistas a cada parte
- Conversación restaurativa con el modelo ETENA

3/

RESPONSABILIZACIÓN

- Medidas educativas, reparatoras y/o sancionadoras
- Devolución a la comunidad y actuación sobre la raíz del problema
- Seguimiento

¿Cómo?

Estrategias para actuar ante problemas de convivencia



MODELO ETENA CON PREGUNTAS RESTAURATIVAS

EVIDENCIAS

¿Qué pasó?

PENSAMIENTOS

¿Qué se te pasó por la cabeza cuando estabas en esa situación?

¿Qué buscabas haciendo esto?

¿Qué crees que buscaba la otra persona cuando hizo eso?

EMOCIONES

¿Qué sentiste en ese momento?

¿Y qué más?

¿Y cómo te sientes ahora?

¿Cómo crees que se sintió la otra persona?

NECESIDADES

¿Qué ha sido lo peor para tí?

¿Qué necesitas para sentirte mejor?

¿Qué crees que necesita la otra persona?

IMPACTOS

¿A quién ha afectado lo que ha ocurrido?

¿A quién más?

¿De qué manera?

ACCIONES

¿Cómo puedes cubrir las necesidades que tienes tú y que tienen el resto de personas implicadas?

Si en el futuro vuelves a sentirte igual, ¿de qué otra manera diferente y más respetuosa podrías actuar?

¡Y USAMOS EL REFLEJO EMPÁTICO PARA ESCUCHARNOS EN EL CONFLICTO!

Juana dice a Laura cómo se sintió

Preguntamos a Laura:
«Laura, ¿qué has entendido de lo que decía? ¿Podrías repetirlo?».

Cuando termine, comprobaremos:
«Juana, ¿es eso lo que querías decir? ¿Hay algo más que quieras añadir?»



#PlanDeConvivenciaCDPPortocarrero