



Crianza Restauradora: Construyendo relaciones más sólidas con nuestros hijos

Meagan Novara
Educador en Prácticas Restaurativas
Febrero 28, 2024

Meagan Novara

Profesor/Entrenador de Prácticas Restaurativas

Activista comunitario/padre



EVANSTON/SKOKIE
SCHOOL DISTRICT 65



Club de Vecinos por la Paz de Twiggs Park



¿Qué son las Prácticas Restaurativas?

¿Y cómo se aplican a la crianza de los hijos?



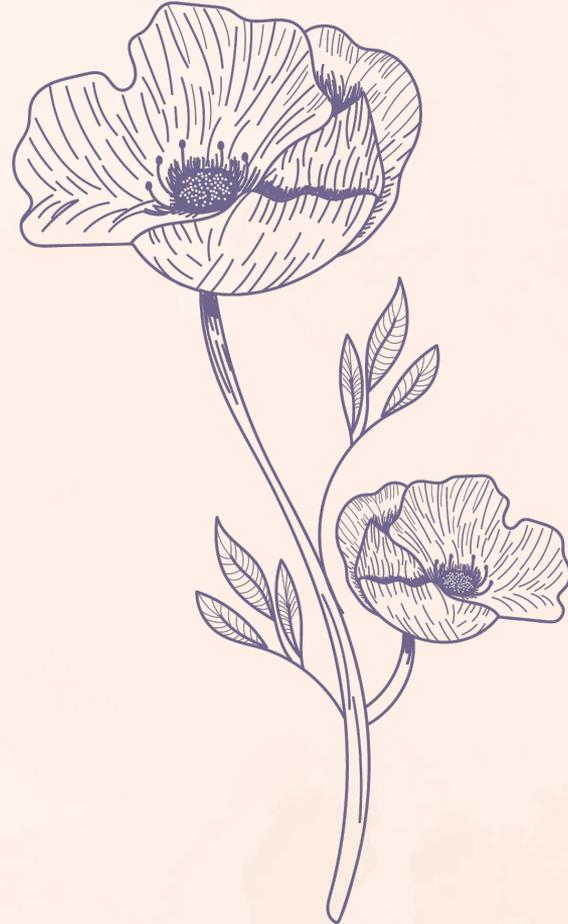
La hipótesis fundamental de las prácticas restaurativas

"Los seres humanos son más felices, más cooperativos, más productivos y más propensos a realizar cambios positivos en su comportamiento cuando esas personas con autoridad hacen las cosas **CON** ellos en lugar de **PARA** ellos o **POR** ellos".



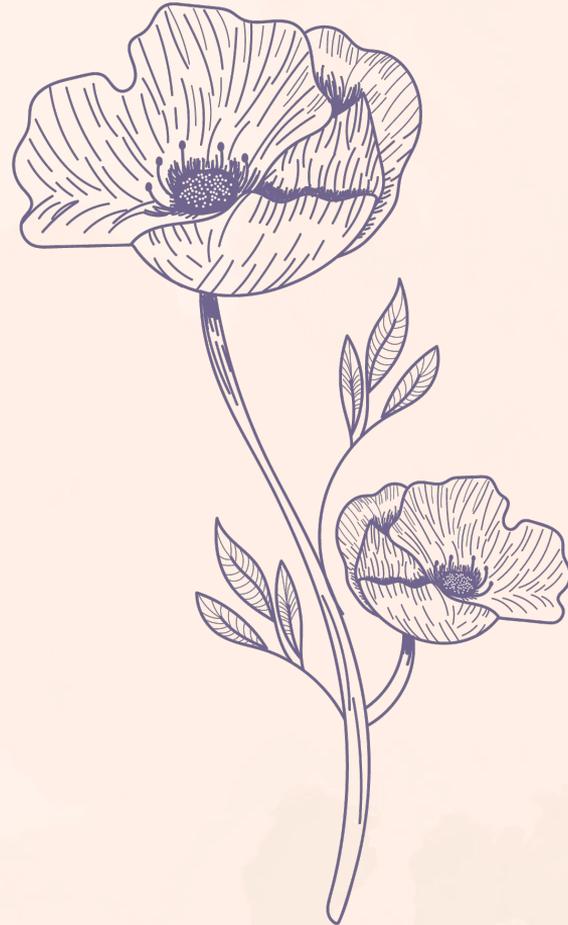
Qué son las prácticas restaurativas:

- Un cambio de mentalidad
- Una cultura
- una filosofía
- Una forma de ser, no sólo de hacer
- Para todas las partes interesadas en cualquier comunidad: lugar de trabajo, escuela o familia.
- Un modelo colectivista en el que todos tienen voz y son vistos como miembros y contribuyentes valiosos de la comunidad.



¿Qué prácticas no son restaurativas?:

- **Una práctica única**

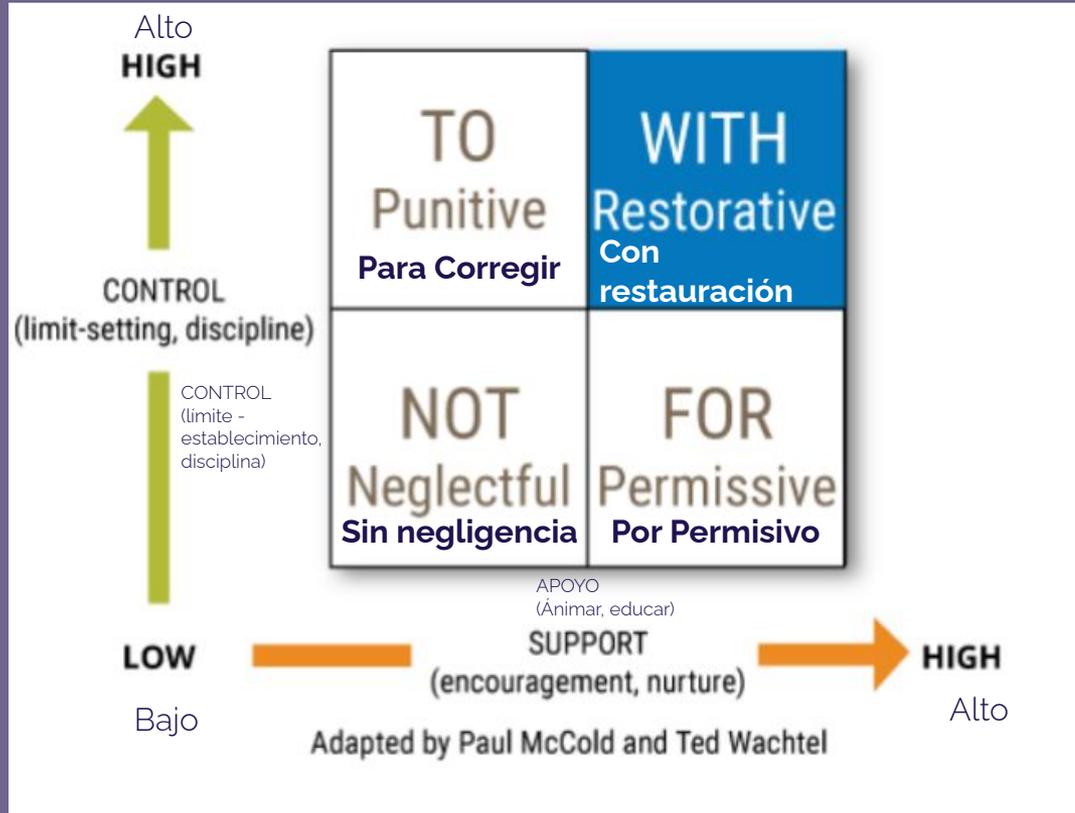


¿Cómo se manifiestan las **Prácticas Restaurativas** en la crianza de los hijos?

- **PR** construyen relaciones sólidas y resilientes con sus hijos.
- **PR** ayudan a identificar las causas fundamentales del comportamiento.
- **PR** ayudan a identificar estrategias para cambiar los aspectos negativos del comportamiento.



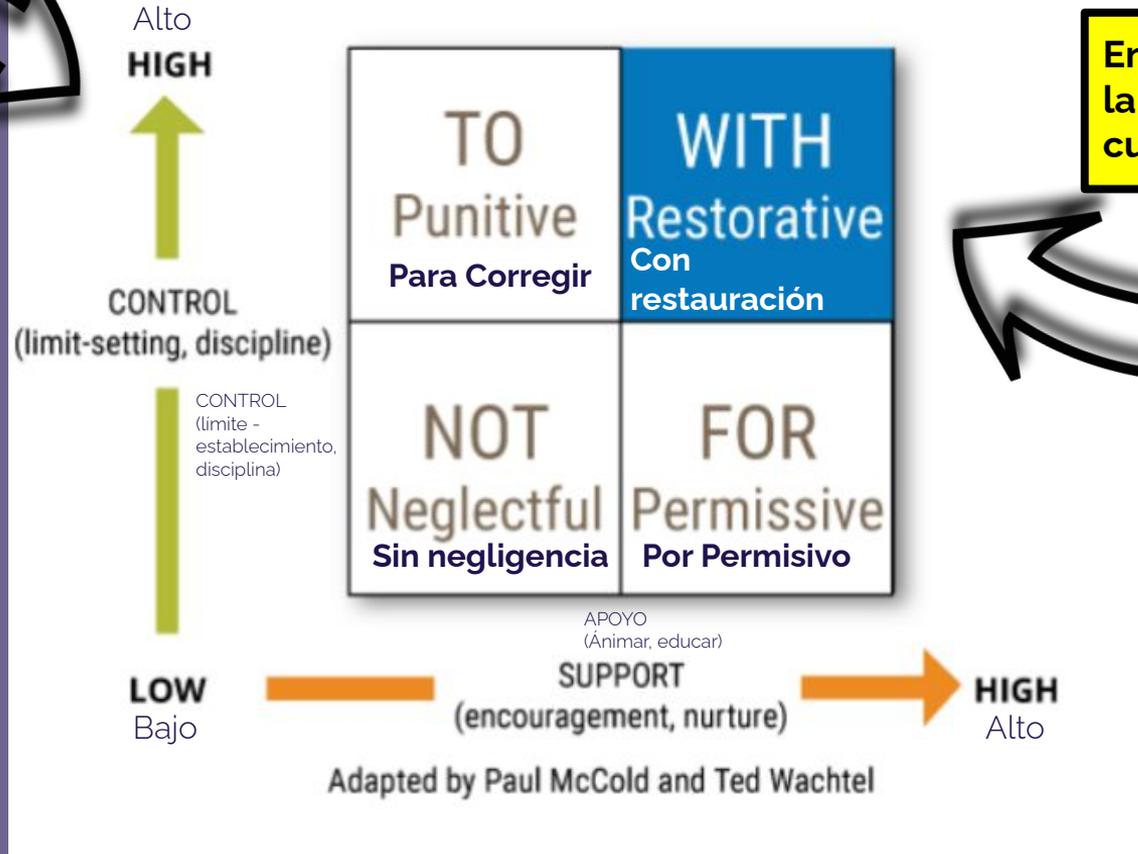
La ventana de la disciplina social



Adaptado por Paul McCold y Ted Wachtel

La ventana de disciplina social

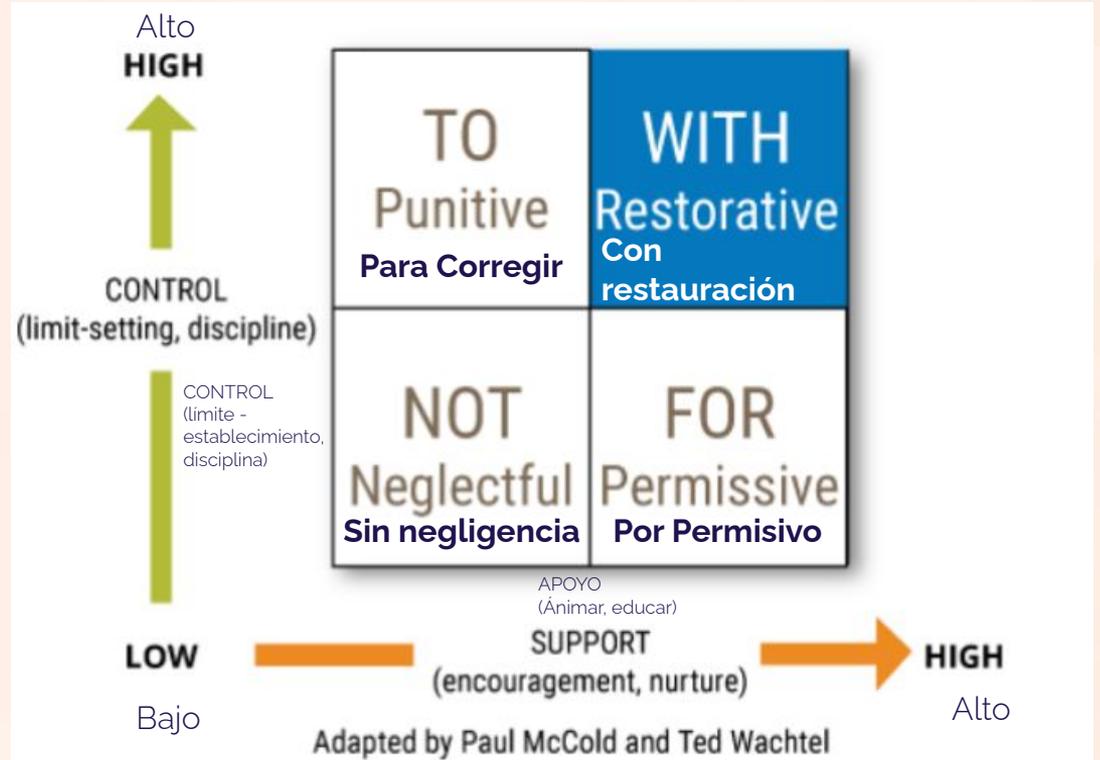
Humillar
Culpar
Castigar



En relación con
la rendición de
cuentas guiada

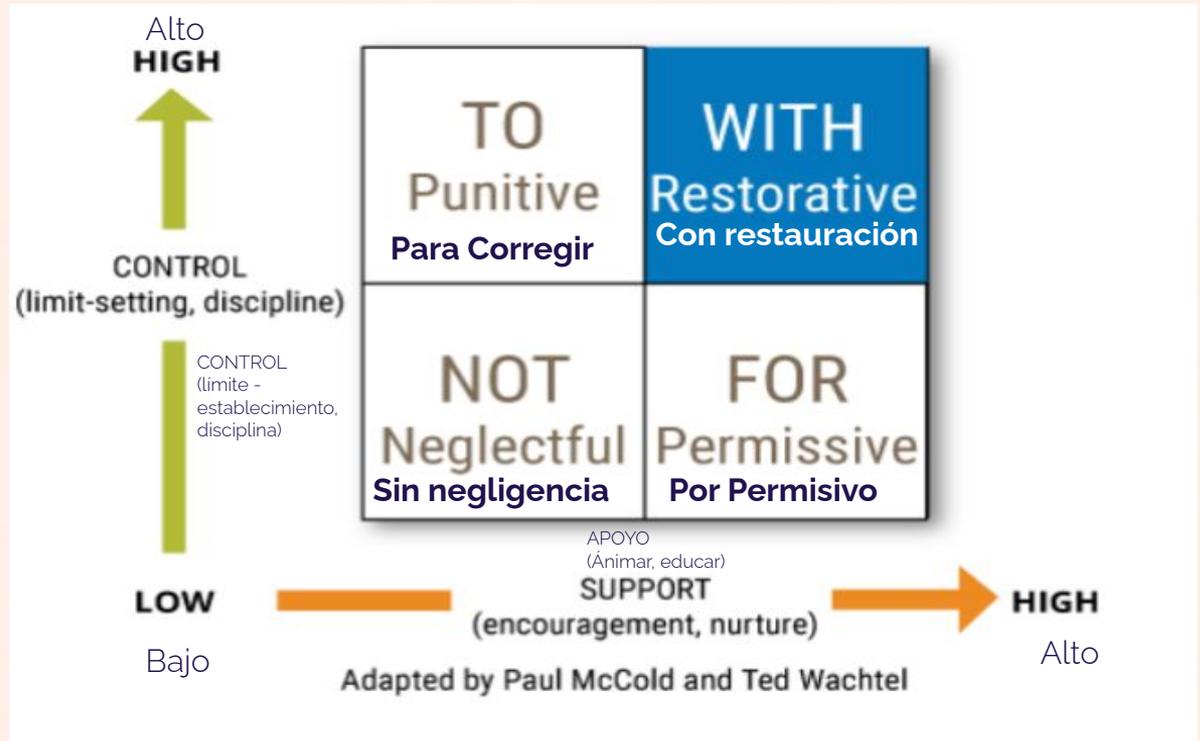
Considere el estilo de crianza de sus propios padres...

Utilizando la Ventana de Disciplina Social como herramienta, ¿cómo vivió su crianza?



Considere SU estilo de crianza...

Usando la Ventana de Disciplina Social como herramienta, ¿cómo crees que eres padre?

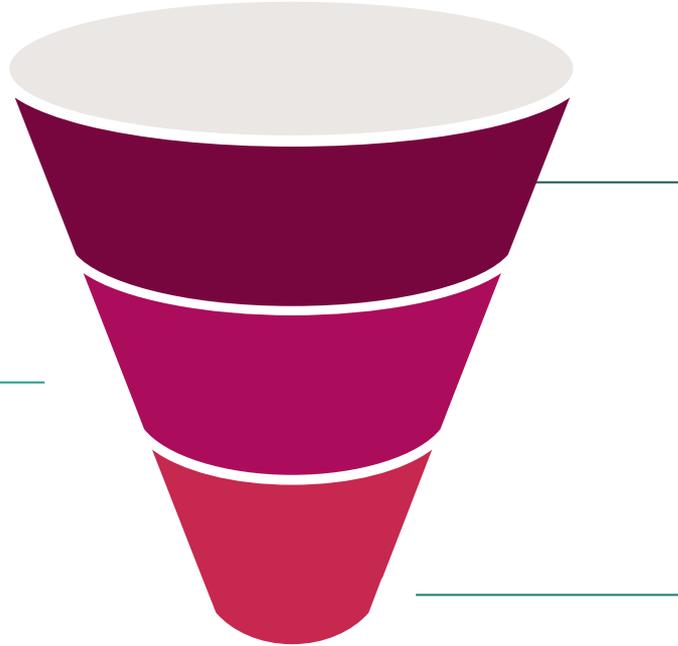


**¿Cómo se ven las Prácticas
Restaurativas en las
escuelas del Distrito 34?**

Prácticas Restaurativas en Nuestras Escuelas

Conversaciones restaurativas

Ocurre cuando ocurre un daño entre dos partes.

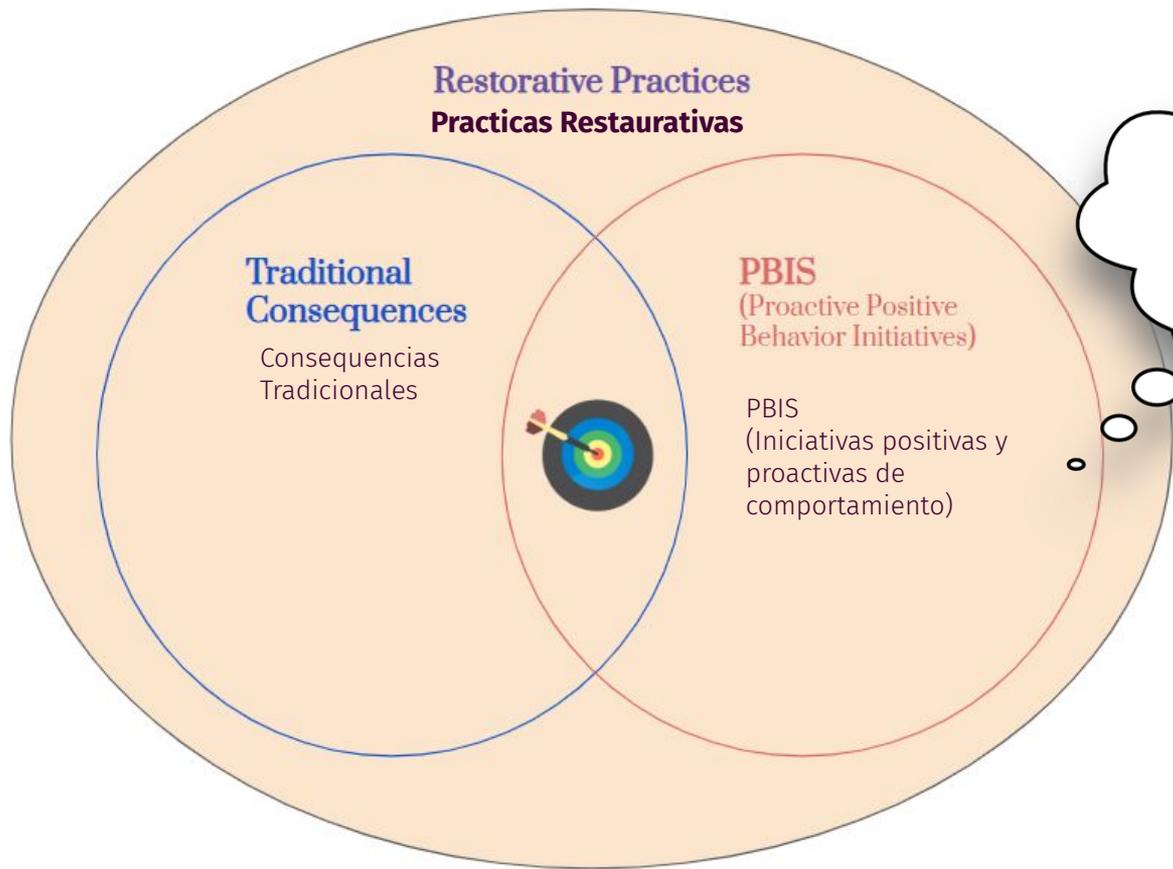


Proactivo Círculos para compartir

La base de las Prácticas Restaurativas en las escuelas

Conferencias Restaurativas

Sucede en la oficina con el equipo administrativo. Las conversaciones restaurativas son la columna vertebral.



¿Qué habilidades o comportamiento necesita ser enseñado o ser enseñado otra vez?

"Cada comportamiento
es una expresión de una
necesidad".



Relación, Responsabilidad y Regulación, Van Marter
Souers y Hall, 2019



Áreas de necesidad

Necesidad emocional

Necesidad relacional

Necesidad física

Necesidad de control

Áreas de necesidad

Necesidad emocional:

La persona necesita regresar a un
Estado regulado.

Necesidad relacional:

La persona necesita sentirse conectada y
tener un sentido de pertenencia.

Necesidad física:

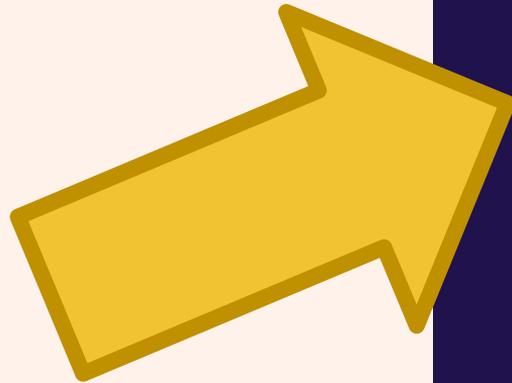
La persona debe tener satisfechas sus
necesidades fisiológicas o biológicas.

Necesidad de control:

La persona necesita tener voz y voto en lo que
está sucediendo.

Estamos intentando
dejar de ver
comportamientos

...



Para identificar la
necesidad.

Disciplina Restaurativa

Responder cuando el daño ya ha
ocurrido



Disciplina Tradicional

Permisivo
Permissive



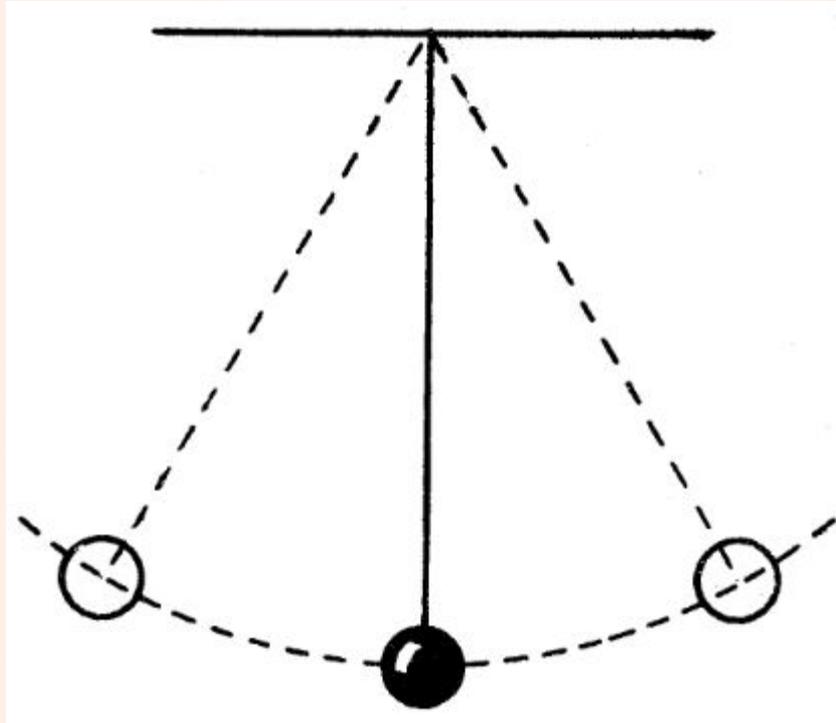
Punitive
Correctivo



"Si bien el castigo puede ser eficaz cuando se refuerza una conducta ya aprendida, casi siempre es ineficaz si aún no se ha enseñado o aprendido".

Kelvin Oliver-Saliendo del pueblo

Oscilación del péndulo



Crianza de los hijos en el siglo XX:

De arriba hacia abajo
Punitivo
Estricto
"Pop"
Padres como padres

Crianza de los hijos en los años 2000

Igualitario
Permisivo
Casual
"Con" o "Para"
Padres como amigos

"Hice algo malo."

CULPA



LÁSTIMA

"Hice algo mal porque soy una mala persona".

Movimiento de la vergüenza



Lástima

Culpa

Reparación del
daño

El antídoto contra la vergüenza es la empatía.

Las preguntas restaurativas estándar

- ¿Qué pasó? ¿Qué ha estado pasando?
- ¿Qué estabas pensando o sintiendo en ese momento? ¿En qué has pensado desde entonces?
- ¿A quién ha afectado lo que has hecho y de qué manera?
- **¿Qué crees que necesitas hacer para hacer las cosas bien?**
- ¿Qué puedes hacer para evitar que esto vuelva a suceder?

(Compromiso socrático - IIRP, Conferencia sobre Justicia Real, 2007)



Mentalidades y estrategias proactivas

Creando el clima de su entorno
familiar





ELEMENTOS CLAVE

COMPORTAMIENTO INFLUENCIAS EN EL COMPORTAMIENTO

You get more of the behavior
you notice the most.

CONSISTENCIA

Reglas y rutinas



DESHÁGASE DE LOS “DEBERÍAS”

Simplemente los inventamos
de todos modos.

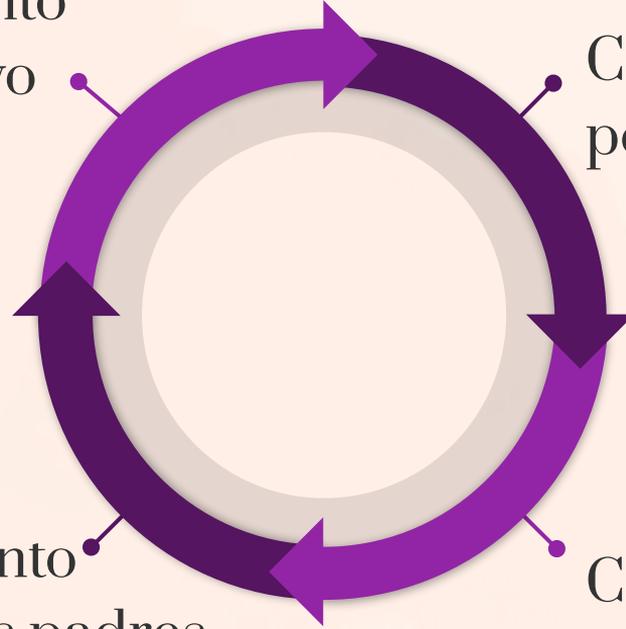
COLECTIVISMO

¿Qué tipo de clima familiar
queréis cultivar juntos?

Ciclo de comportamiento

Comportamiento
infantil negativo

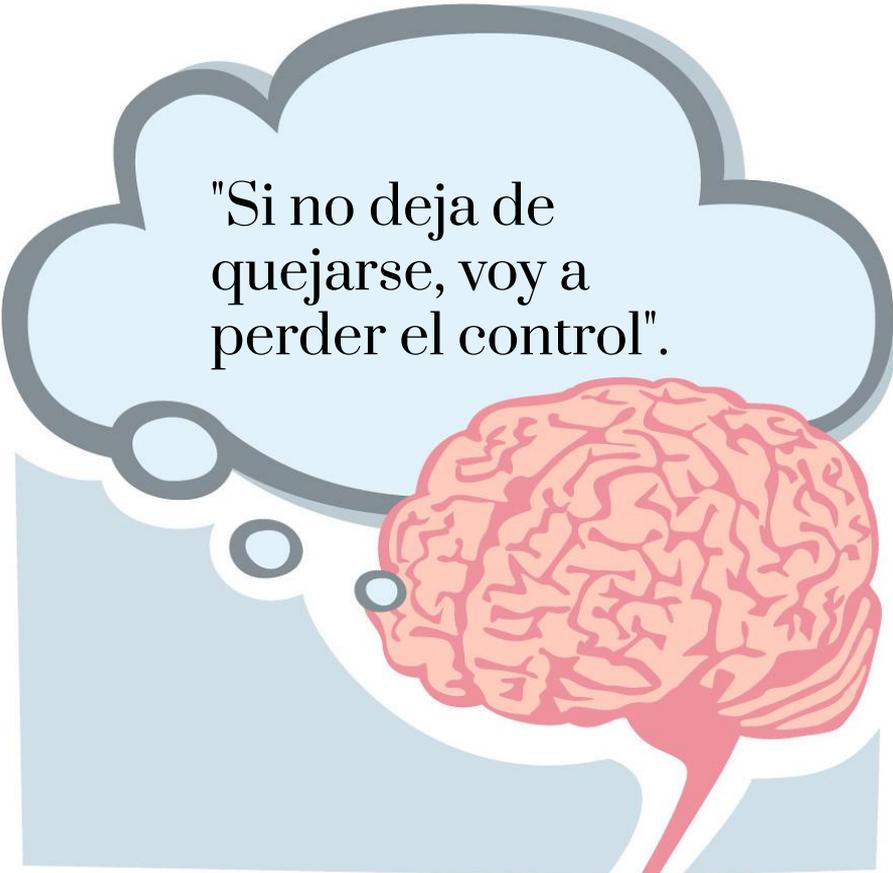
Comportamiento
positivo de los padres



Comportamiento
negativo de los padres

Comportamiento infantil
positivo

Todo comportamiento es comunicación. ¿El comportamiento indica una necesidad insatisfecha? ¿Es una pérdida de poder? ¿Es conexión/búsqueda de atención?



"Si no deja de
quejarse, voy a
perder el control".

Nuestro cerebro emocional se hace cargo de nuestro cerebro pensante.

Estrategias para comportamientos inesperados: respirar profundamente, alejarse, golpear una superficie segura, simplemente observar el comportamiento objetivamente.

Cuando el comportamiento de un niño es elevado:



Mantenga sus mensajes breves, simples y claros.
"Pareces bastante enojado. Cuando dejas de gritar entonces estaré listo para escuchar".
¡Y luego DEJA de hablar!

REFLEXIÓN

1. Nombra la situación de crianza que realmente te entusiasma.
 - ¿Cuál es tu reacción habitual?
 - ¿Es eficaz para usted y para la situación?
 - ¿Hay alguna técnica diferente que te gustaría probar la próxima vez?
2. ¿En qué áreas cree que le está yendo bien en términos de reglas y expectativas claras y consistentes?
 - ¿En qué áreas le gustaría mejorar?

CONSISTENCIA

**Sometimes
the bravest
and most
important
thing you can
do is just
show up.**

— BRENE BROWN

cupofcharisma.com

A veces lo más valiente e importante que puedes hacer es simplemente presentarte.

- Brene Brown

ESTABLISHING ROUTINES

01	Explique por qué la rutina es importante.	Use un lenguaje positivo y proactivo
02	Sea explícito al explicar los pasos	Utilice dispositivos de organización: listas de verificación, gráficos de pegatinas, dibujos, diagramas, Google Calendar, etc.
03	Obtenga información de su hijo.	Ofrecerán una perspectiva diferente y con la aceptación vendrá una mayor responsabilidad.
04	Practiquen la rutina juntos.	A su hijo/a le llevará más tiempo del que cree internalizar la rutina.
05	Sigue practicando la rutina.	Continúe con el refuerzo positivo hasta que su hijo pueda realizar la rutina de forma independiente.



RUTINAS y EXPECTATIVAS CONSISTENTES

- **¿Cuáles son algunas reglas irrefutables en tu casa?**
- ★ Las expectativas consistentes de comportamiento con consecuencias naturales para la elección del niño ayudan a fomentar la seguridad y proporcionan el telón de fondo para una mejor (con suerte) toma de decisiones y rendición de cuentas.

DESHACERSE DE LOS “DEBERÍAS”



La lista de verificación matutina de mi hijo/a:

Empacar el almuerzo

Empacar Ipad y teléfono

llenar la botella de agua

Mascarilla

usar el baño

Calcetines, zapatos, chaqueta.

iPantalla!

Re - Compromiso

- Come más

- Bebe más agua

- Revisar la tarea todas las noches.

- A dormir a partir de las 9:00



Lo que el cerebro de su hijo/a necesita para estar sano:

Dormir

Los niños de 6 a 12 años deben dormir normalmente entre 9 y 12 horas cada 24 horas. Los adolescentes de entre 13 y 18 años deben dormir entre 8 y 10 horas.

American Academy of Sleep Medicine

Comida saludable y mucha agua

Desayunos ricos en proteínas y beber de 6 a 8 vasos de agua (no refrescos) al día.

Tiempo de pantalla limitado

Considere lo que su hijo se está perdiendo al estar frente a las pantallas. Apague las pantallas entre 30 y 60 minutos antes de acostarse. ¡No te lleves el teléfono a la cama!

Ejercicio diario

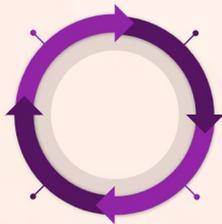


EL CLIMA Y CULTURA DE SU ENTORNO FAMILIAR



Ciclo de comportamiento

Behavior Loop



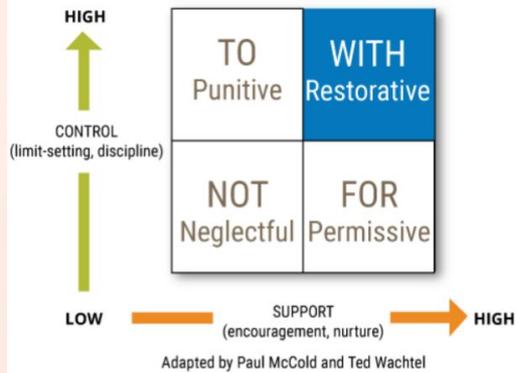
Conversaciones
restaurativas



Rutinas estructuradas



Consistencia



“Los niños no sólo necesitan ser amados; necesitan saber que nada de lo que hagan cambiará el hecho de que son amados”.

Alfie Kohn





¡Gracias!

No dude en comunicarse conmigo si tiene más ideas o preguntas.
Megan Novara

novaramegahn@gmail.com



Vídeo de Prácticas Restaurativas