

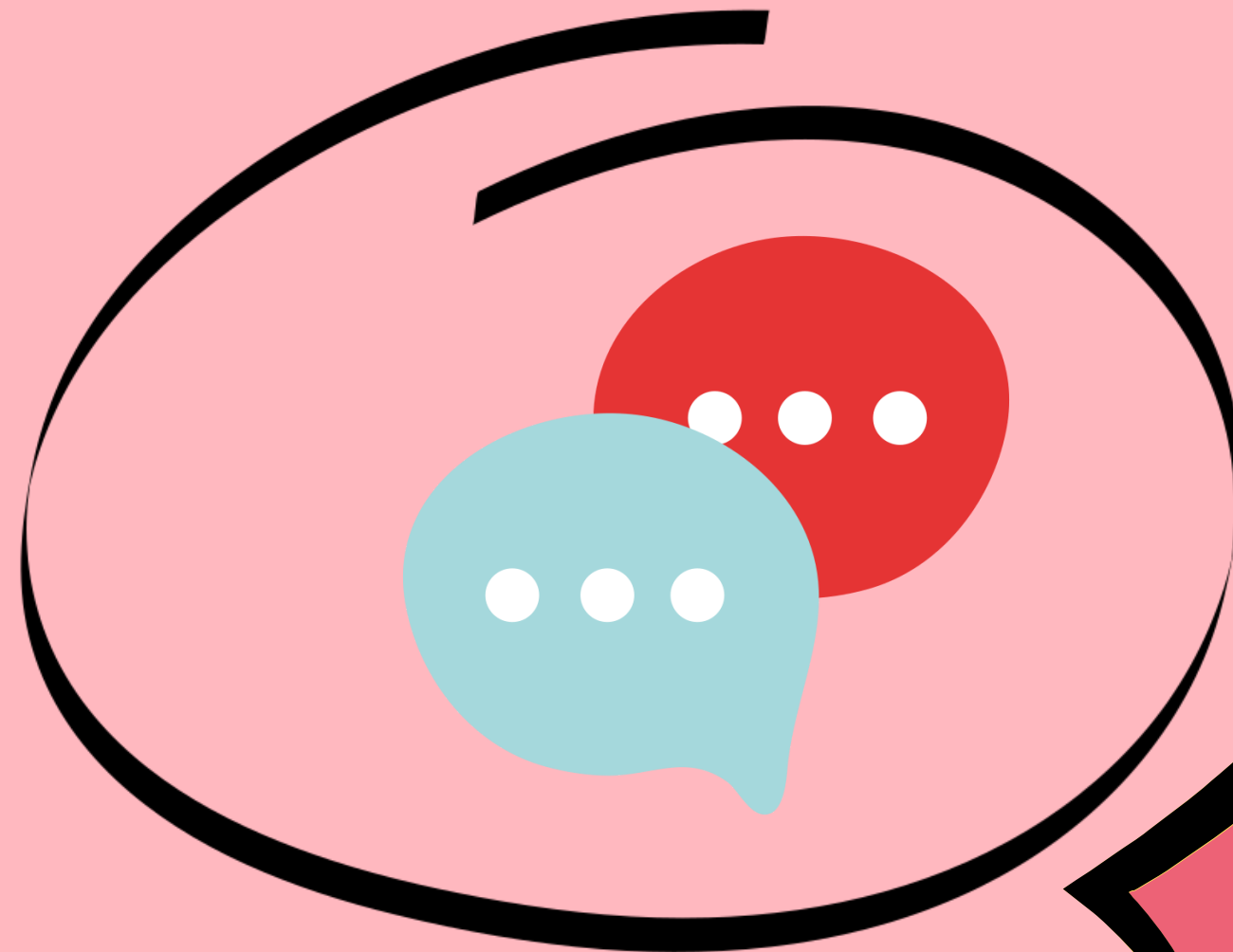


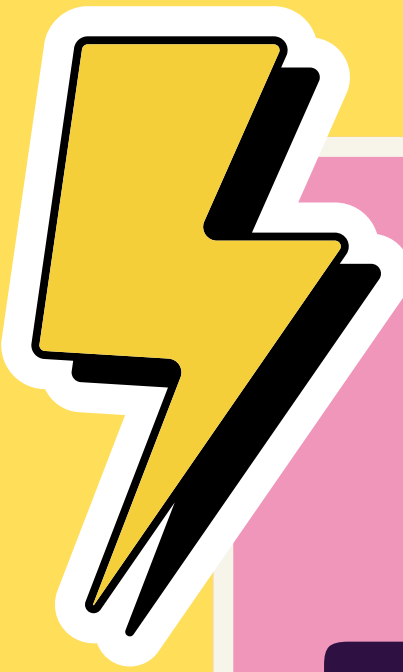
REMATANDO...SAÚDE MENTAL E BENESTAR NA AULA

F2501031 Saúde mental e bem-estar na aula

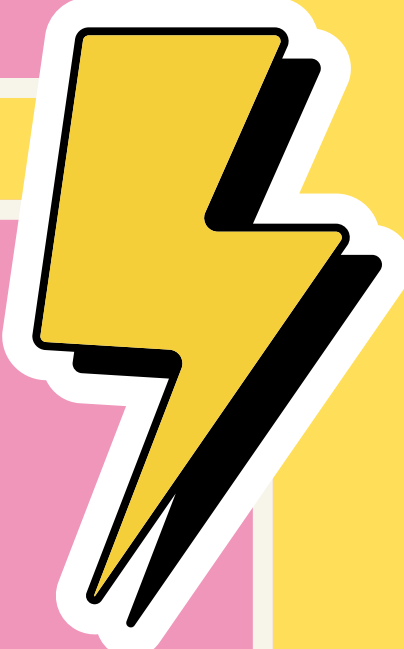
***Paula Dopico
González***

PRESENTACIÓN





**BENESTAR
EMOCIONAL**



**SAÚDE
MENTAL**



BENESTAR EMOCIONAL

QUE É? ?

Acompañar...

Con criterio de **convivencia** e con coñecemento do **proceso de E-A**

-
- ④ Cando se fala de benestar faise referencia a un concepto amplo que ten que ver non só coa experiencia subxectiva de se sentir ben, en harmonía e con tranquilidade, senón tamén coa experiencia persoal de satisfacción por **ser quen de afrontar dificultades e superar de xeito positivo ou adaptativo as contrariedades que se presentan na vida cotiá.**

XUNTA
DE GALICIA

PLAN DE
BENESTAR
EMOCIONAL

GUÍA PARA
O DESENVOLVEMENTO
DO PLAN DE BENESTAR EMOCIONAL



SAÚDE MENTAL

QUE É?



Prevenção

YAM

A OMS recomenda que os programas de prevenção dirigidos á adolescência se orienten á desenvolver accións dirixidas á mellora da saúde mental ofrecendo estratexias de resolución de problemas e de afrontamento do estrés en lugar de centrarse directamente no suicidio (OMS, 2021).

Segundo esta recomendación introduciremos gradualmente o programa de prevención para educación secundaria **YAM** (Youth Aware of Mental Health), un modelo de constatada eficacia    avalado pola OMS (2021)  e recomendado por Save the Children (2021) .

O YAM é unha intervención grupal con rol playing. Está estruturado como intervención breve (5 sesións de 1 hora) centrado na resolución de problemas polos propios pares.

Asabeiro deste protocolo realizárase unha **proba piloto** con YAM nunha mostra representativa de centros. De confirmarse os resultados internacionais o programa escalarase ata chegar á toda a poboación da ESO.



OMS: “Estado de **bienestar mental** que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad(...) Sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para **tomar decisiones, establecer relaciones** y dar forma al mundo en el que vivimos.”

YAM: “Como piensas, sientes y actúas”

SAÚDE MENTAL

QUE É? ?



Prevención

YAM

A OMS recomenda que os programas de prevención dirixidos á adolescencia se orienten a desenvolver accións dirixidas á mellora da saúde mental ofrecendo estratexias de resolución de problemas e de afrontamento do estrés en lugar de centrarse directamente no suicidio (OMS, 2021).

Segundo esta recomendación introduciremos gradualmente o programa de prevención para educación secundaria **YAM** (Youth Aware of Mental Health), un modelo de constatación eficaz    avalado pola OMS (2021)  e recomendado por Save the Children (2021) .

O **YAM** é unha intervención grupal con rol playing. Está estruturado como intervención breve (5 sesións de 1 hora) centrado na resolución de problemas polos propios pares.

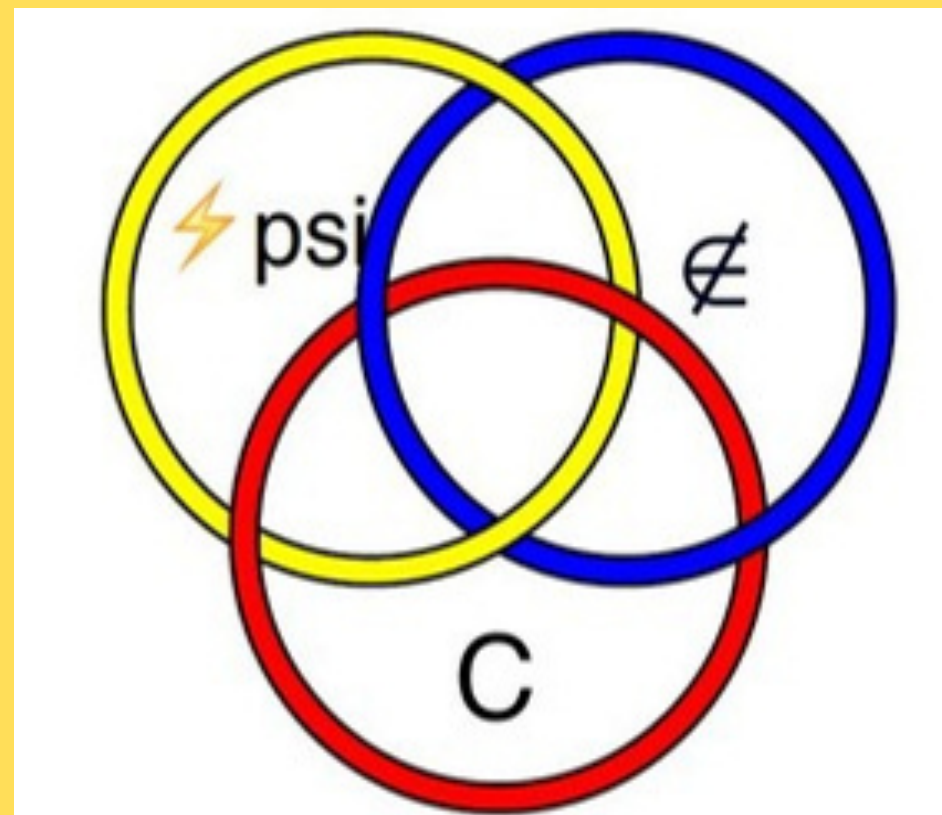


Ao abeiro deste protocolo realizárase unha **proba piloto con YAM** nunha mostra representativa de centros. De confirmarse os resultados internacionais o programa escalarase ata chegar a toda a poboación da ESO.

A escola **perde a súa función formativa** cando asume funcións terapéuticas.

A escola **debe soster a súa función simbólica**, ser un espazo de palabra e lazo, non de eliminación do malestar

Modelo teórico de Joiner (Tª Interpersonal del suicidio, 2005):
Pertenencia frustrada, **sensación de ser una carga** para los otros,
desesperanza e **capacidad de suicidio**.



Pertenencia frustrada – Pertenencia e participación
Sensación de ser una carga – autonomía e escoita
Desesperanza – capacidade de logro/éxito

BENESTAR EMOCIONAL

CAL É A FUNCION DOCENTE
RESPECTO AO BENESTAR
EMOCIONAL?



O Benestar Emocional no ámbito educativo: **convivencia e aprendizaxe**

Sentir ***seguridade, pertenza, participación***

Ser quen de afrontar, aprender, resolver, reparar, ... situacións de convivencia e aprendizaxe

Cultura de centro: criterio, dinámicas e procedementos para construír comunidade e positiva (protocolos como referencia e guía)

BENESTAR EMOCIONAL

CAL É A FUNCION DOCENTE
RESPECTO AO BENESTAR
EMOCIONAL?



Cultura de aula, construír criterio reflexionando sobre:

- Que pasa cando ***aprendemos*** e cando ***ensinamos***?
- vínculo, obstáculos, o erro, o saber, capacidades, planos, roles...

Aspectos a coidar: rol docente, autoridade, clima, xestión do grupo, indicadores sociais do alumnado hoxe, concepto de inclusión, que e como aplicar protocolos...

BENESTAR EMOCIONAL

ACOMPañAR TENDO EN CONTA...

1. O **social**: “Todo é posible, todo vale, inmediatez, individualismo, redes sociais ...”.
Cuestionando: non todo vale, nin é posible, o vínculo, a presenza, a conversa,...
2. A colaboración coa **familia**: “O desexo é que...”. Entre a hiperprotección e a hiperesixencia. Compartindo criterio saudable... para “armar”: Valía (autonomía), Lugar propio e elaboración de dós cotidiás (tolerencia á frustración e capacidade de espera). Límites para medrar e estar no seu lugar.
3. Os **indicadores** no ámbito educativo: “desprestixio do esforzo, do saber,...
Construíndo criterio de convivencia positiva e coidado do proceso de E-A
4. Estructuras de **coordinación**

BENESTAR EMOCIONAL

CAL É A FUNCION DOCENTE RESPECTO AO BENESTAR EMOCIONAL?

“El primer paso para garantizar un buen estado óptimo de las **emociones del alumnado** consiste en que los **docentes dispongan también de este bienestar** y que al mismo tiempo sean capaces de **crear un clima saludable en sus aulas**. La escuela del futuro no solo llevará las competencias inter-intrapersonales de alumnos y docentes en sus proyectos sino que contribuirá a transformar el valor del bienestar personal de nuestra sociedad...”

“Reinventar la escuela” J. Mussons

Jordi Musons Reinventar la escuela

Una brújula para familias y educadores
para comprender la educación del siglo XXI



arpa

GUÍA PARA O DESENVOLVEMENTO DO PLAN DE BENESTAR EMOCIONAL



PROFESORADO

ALUMNADO

FAMILIAS



Alumnado

Convivencia

Desregulación >> Acougar
Enfrontamento >> Restaurar
Illamento >> Interactuar

Aprendizaxe

Apatía >> Conectar
Desorganización >> Planificar
Ineficacia >> Superar



Profesorado

Convivencia

Desgaste profesional >>
Coidarse
Crispación >> Vincularse

Aprendizaxe

Frustración >> Acompañar e
responsabilizar
Atafego >> Confiar e adaptar



Familia

Convivencia e aprendizaxe

Desencontro >> Participar
Desorientación >> Construír
Estrés >> Transformar



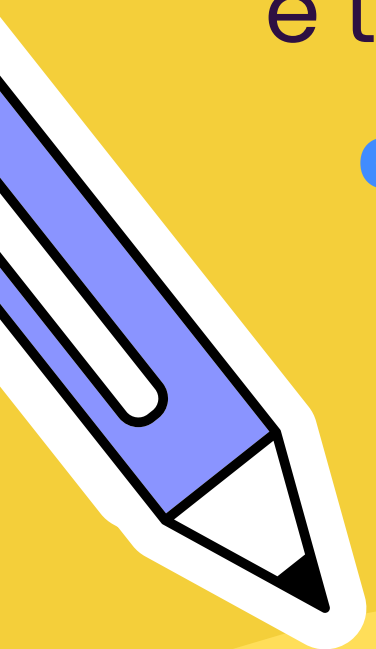
A CONVIVENCIA NO NOSO CENTRO

É a capacidade que teñen as persoas de vivir con outras nun marco de **respecto mutuo** e **solidariedade recíproca**, expresada na interrelación harmoniosa e sen violencia dos diferentes actores e estamentos da **comunidade educativa**.

Ten un enfoque **formativo**, ao tratarse dunha aprendizaxe enmarcada en obxectivos fundamentais e transversais e, a súa vez, é unha **responsabilidade compartida** por toda a comunidade educativa.

CONVIVENCIA

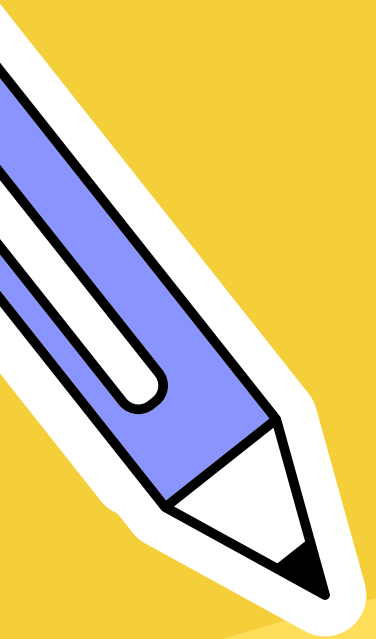
Decreto 8/2015



“Trátase dunha convivencia que se constrúe día a día co establecemento dunhas **relacións** con un/unha mesmo/a, coas demais persoas e co entorno, fundamentadas na dignidade humana, na paz positiva e no respecto aos Dereitos Humanos”

CONVIVENCIA

Nélida Zaitegui

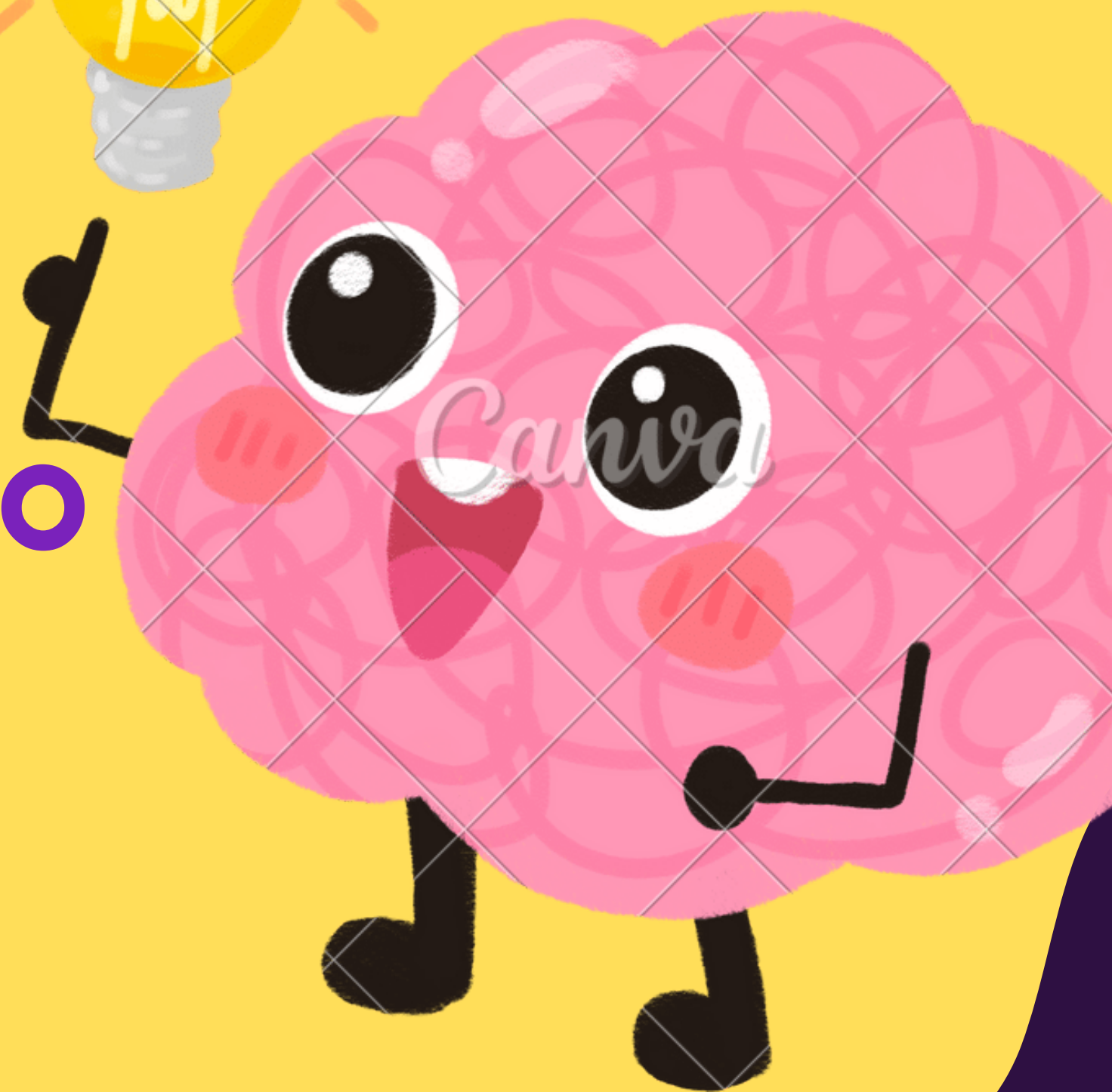


3 Ideas...

**TODO O PROFESORADO
EXERCE A FUNCIÓN
TITORIAL E ORIENTADORA**

**CONVIVENCIA NON É SINÓNIMO
DE DISCIPLINA OU CASTIGO**

**RESTAURAR A
CONVIVENCIA IMPLICA
CONSTRUÍR COMUNIDADE**





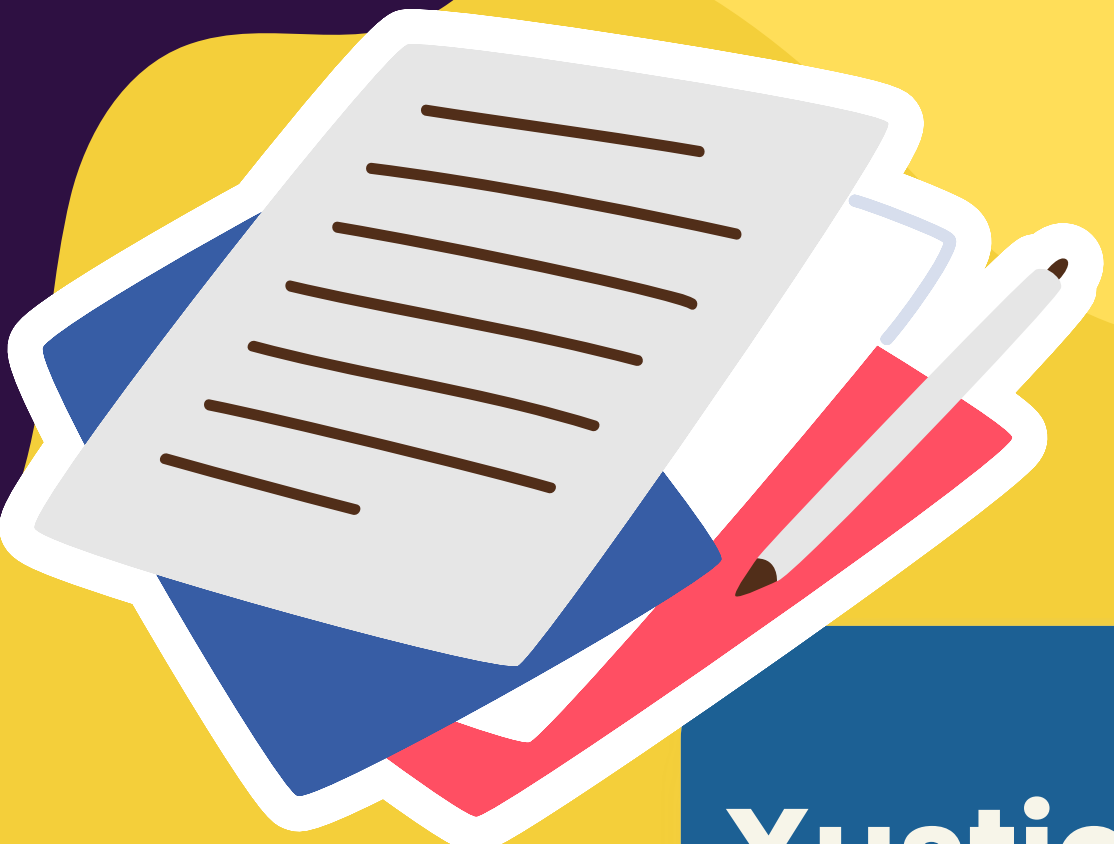
MODELOS DE CONVIVENCIA

Xustiza Retributiva

- Céntrase en buscar o culpable. As **víctimas** non toman parte do proceso. A responsabilidade é **individual**.
- Baséase no **castigo**.
- Céntrase no **pasado**, en establecer **culpables**

Xustiza Restaurativa

- Busca mellorar a **comprensión** entre as partes, reparar e restablecer a relación..
- As vítimas e a comunidade teñen un papel central na resolución do conflito. A **responsabilidade é compartida**.
- Centrémonos no **futuro**, en mellorar a situación, en resolver o conflito, asumir responsabilidades e **reparar o dano causado**.



MODOS DE AFRONTAR CONDUCTAS CONTRARIAS

Xusticia Retributiva

- Busca a **penalización** e “dar exemplo”.
- **Estigmatiza** ao culpable.
- **Causa dor**.
- Promove a **submisión**, pero **non a responsabilidade**.
- É un recurso **fácil e rápido**.
- Non adoita xerar **cambios na conduta** e empeora as relacións

Xusticia Restaurativa

- Busca **reparar** e recuperar o benestar.
- **Acepta á persoa e rexeita o acto**.
- Relaciónase cunha norma necesaria para convivir.
- Promove a **responsabilidade, implicación e o compromiso**.
- É un proceso educativo que **exixe tempo**.
- Impulsa o cambio e a capacidade de autoavaliación.



A LÓXICA

Retributiva

A lóxica retributiva expón que as persoas aprendemos, fundamentalmente, mediante **premios e castigos**.

Restaurativa

- É unha forma diferente de ver un conflito.
- Distingue a **persoa** da **conducta**
- Potencia unha moral autónoma e un proceso de reflexión.

PREGUNTAS....

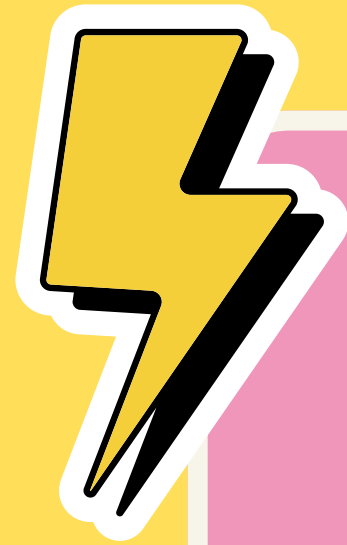
AVAILABLE
NOW

Xustiza Retributiva

- Que normas se violaron?
- Quen o fixo?
- Que se merece?

Xustiza Restaurativa

- Quen foi afectado/a?
- Cales son as súas necesidades?
- Quen ten a obriga de atender esas necesidades?



COMA MEDIO

Modelo punitivo

Modelo reactivo

Evitación conflicto

Perspectiva **INDIVIDUAL**

nos problemas de
convivencia



COMA FIN

Modelo democrático

Modelo proactivo

Conflicto = aprendizaje

Perspectiva **ECOLÓGICA**

nos problemas de
convivencia

NORMAS...? PARA..

*Coidarnos / Atender ás necesidades / Delimitar os lugares /
Coidar a tarefa*

*Segundo Alberto Soler e Kontxín Roger, os **límites deben poñerse de forma innegociable** cando existan 3 ámbitos afectados : **Respecto, seguridade e saúde.***

Os límites non teñen coma finalidade que ***nos obedezan*** pero sí son imprescindibles para que crezcan e articulen *a construción subxectiva* (Se podes andar, tes que andar. Se podes peitearte, debes peitearte).

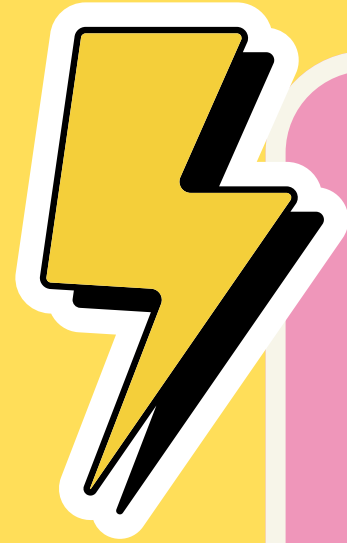
*O proceso de crecemento defínese “**como un camiño de sucesivos desprendementos cara á autonomía de cada nova capacidade adquirida**”.*

*Case **sempre tentarán romper as regras.** Non agardemos que fronte un límite ou prohibición nolo agradezan; **NON O FARÁN!***



COMUNIDADES DE APRENDIZAXE

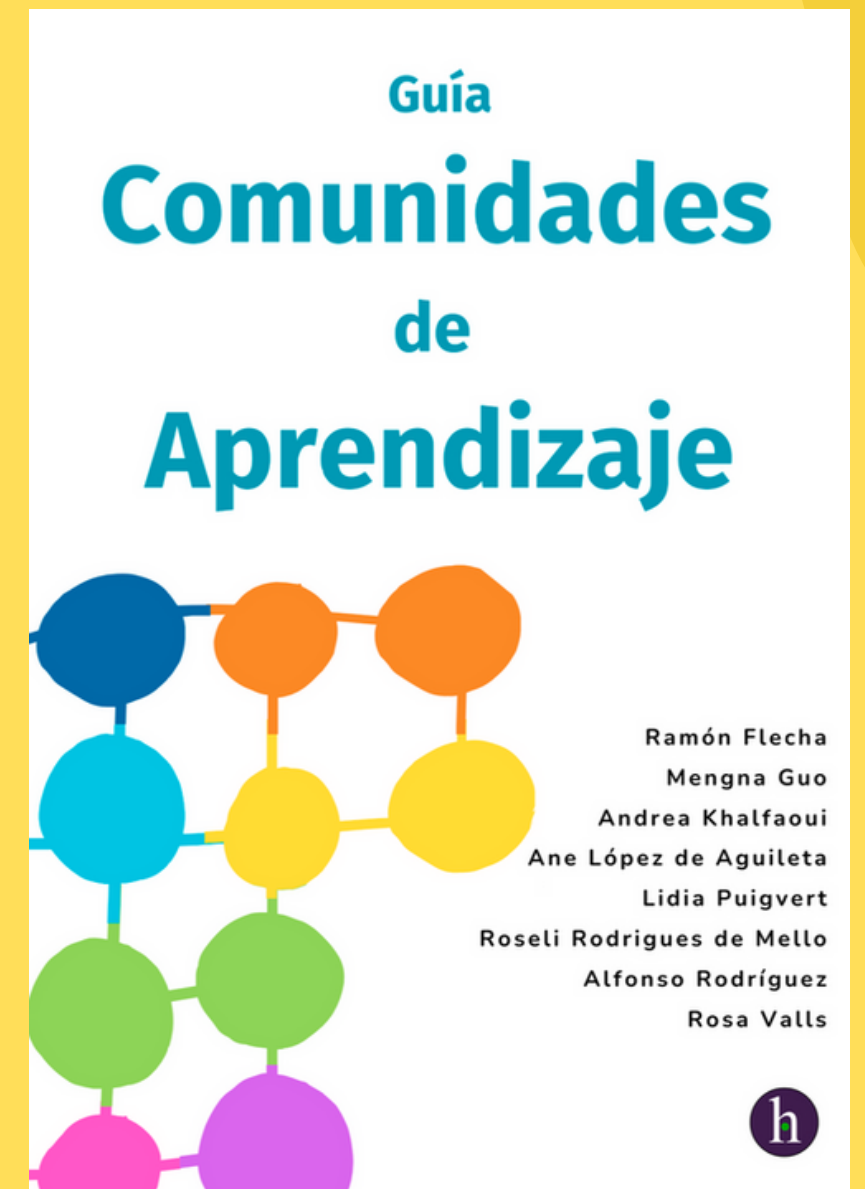


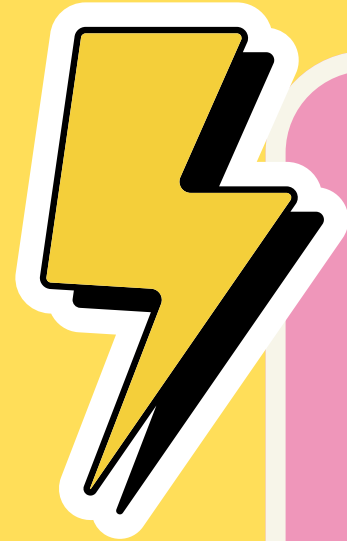


COMUNIDADES DE APRENDIZAXE

Proxecto baseado en evidencias científicas de impacto social (**Includ-ed**). Mellora dos **resultados académicos e da convivencia**.

Participación activa de toda a comunidade educativa.

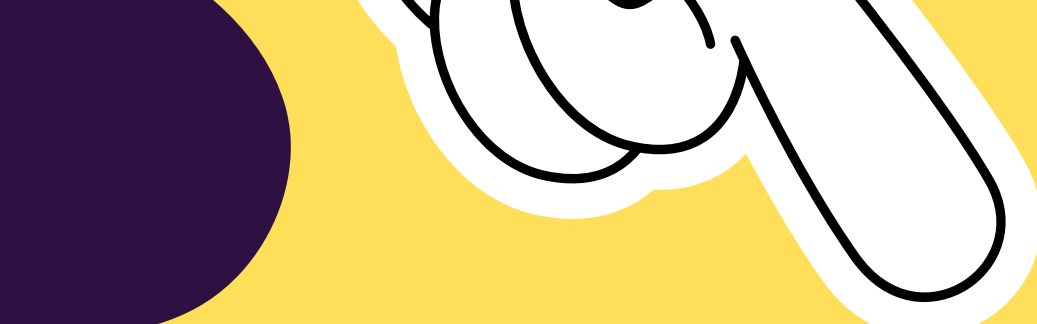




COMUNIDADES DE APRENDIZAXE - INCLUD-ED

Proxecto educativo que promove a ***transformación social e escolar*** mediante actuacións baseadas na evidencia científica. Apoiado en teorías internacionais, destaca dous factores clave para o aprendizaxe na sociedade actual: ***as interaccións e a participación da comunidade.***

Este modelo involucra a todas as persoas que inflúen no **desenvolvemento do alumnado** —comunidade educativa— e constrúe, a través do diálogo e os ideas compartidas.



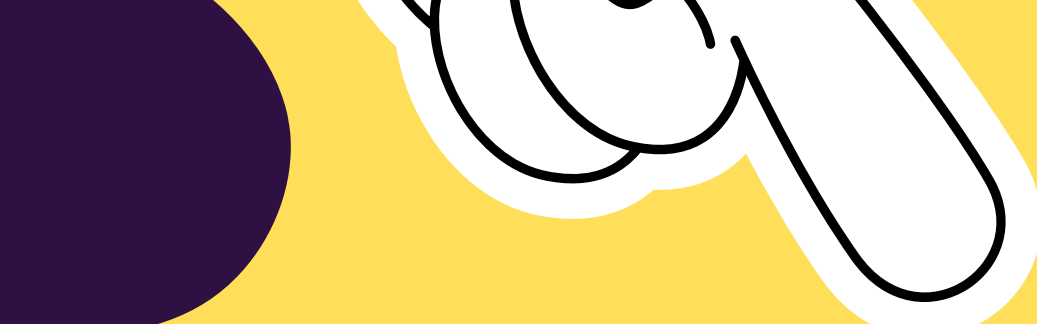
GRUPOS INTERACTIVOS



Que é: Organización inclusiva da aula con grupos heteroxéneos que traballan con apoio de persoas adultas voluntarias.

Como se leva a cabo:

- Grupos de 4-5 estudantes con niveis diversos.
 - Actividades curtas (15-20 min) e rotativas.
 - Cada grupo dinamizado por unha persoa adulta externa.
 - Prioriza a interacción entre iguais e a axuda mutua.
 - Aumenta o tempo de aprendizaxe efectivo.
 - Evita etiquetas, favorece altas expectativas e acelera aprendizaxes instrumentais e sociais.
- 



TERTULIAS DIALÓXICAS

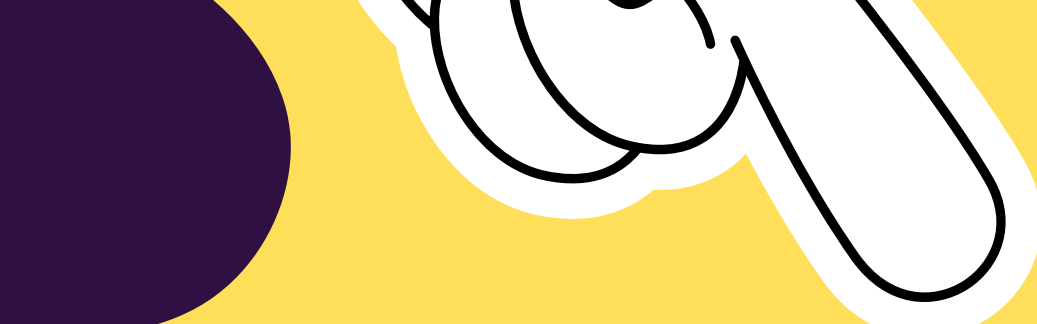
Que é: Espazo de diálogo igualitario sobre obras culturais universais (literarias, musicais, artísticas, científicas...).

Como se leva a cabo:

- Lectura ou escoita previa dunha obra seleccionada de maneira personalizada.
- Cada persoa escolle un fragmento e expícao en voz alta.
- Existe a figura dun moderador.
- Todas as interpretacións son benvidas e valdiadas.

Aprendizaxes instrumentais e emocionais a un tempo. Hai máis de 15.000 experiencias no mundo. Amplíase a todas as disciplinas.





FORMACIÓN DE FAMILIARES

Que é: Proposta formativa aberta a familiares baseada en actividades con evidencias de impacto.

Como se leva a cabo:

- O centro ofrece espazos e programas formativos actividades segundo demandas das familias (tertulias literarias dialóxicas moi utilizadas).
- Participación sen importar nivel académico ou cultural.
- En base a estas premisas, son eles e elas quen decide que necesitan aprender e cando poden facelo.

Hai correlación entre a formación de familias e mellora dos resultados do alumnado. Non importa o nivel de estudos familiar, senón o feito de estar formándose activamente.



PARTICIPACIÓN EDUCATIVA DA COMUNIDADE

Que é: Colaboración directa da comunidade en actividades escolares e na toma de decisións.

Como se leva a cabo:

- Voluntariado en aula, biblioteca, patios, etc.
- Lectura dialóxica dentro e fóra do centro.
- Comisións mixtas (profesorado, familias, alumnado e voluntariado) para organizar e avaliar proxectos.

Iniciativas como a biblioteca tutorizada e a extensión do tempo de aprendizaxe fomentan a equidade sen sobrecargar ao profesorado.

MODELO DIALÓXICO DE PREVENCIÓN E RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Que é: Modelo baseado no diálogo e no consenso para crear normas e resolver conflitos de forma preventiva.

Como se leva a cabo:

- Participación activa da comunidade na elaboración de normas.
- Aplicación dos 7 pasos para consensuar regras efectivas.

1) **Identificar** un problema clave de convivencia; 2) **Propoñer normas** relacionadas directamente con ese problema; 3) **Promover** o diálogo con toda a comunidade sobre as propostas; 4) **Avaliar** se a norma proposta é clara e comprensible para todas as idades; 5) **Comprobar** que conta con apoio verbal e explícito da maioría; 6) **Determinar** se é unha norma que se incumpre actualmente; 7) Acordar **colectivamente** que a súa aplicación pode mellorar a convivencia e servir de exemplo para a sociedade.

- Cultura de convivencia e corresponsabilidade.

Mellora cualitativa da convivencia escolar. Impide a imposición de normas e fomenta o sentido de pertenza.

FORMACIÓN DIALÓXICA DO PROFESORADO

Que é: Formación continua baseada en lectura directa de fontes científicas internacionais e en diálogo colectivo.

Como se leva a cabo:

- Seminarios con "o libro na man".
- Lectura e debate sobre obras clave e artigos científicos.
- Participación activa do profesorado e doutros axentes educativos.

Apoia a teoría da sociedade dialóxica, con resultados contrastados.

CONTRATO DE INCLUSIÓN DIALÓXICA

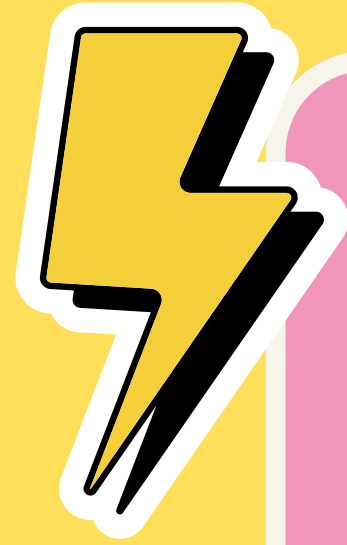
Que é: Compromiso colectivo para mellorar condicións sociais e educativas no entorno da escola.

Como se leva a cabo:

- Diálogo con toda a comunidade sobre problemáticas clave (absentismo, violencia...)
- Establecemento de compromisos compartidos

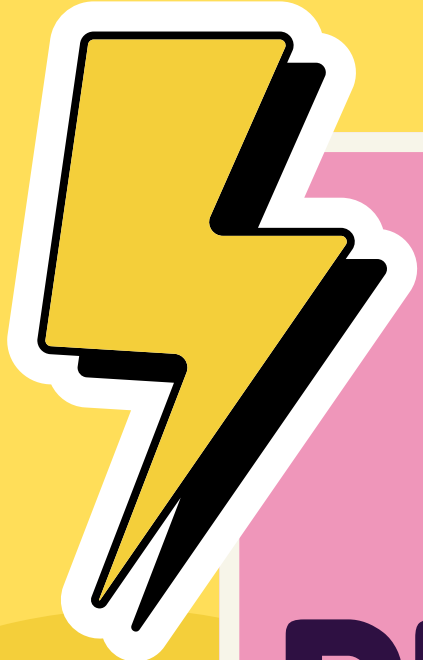
Transforma realidades máis alá do centro educativo, con impacto social directo.





O que todo docente debe saber antes de poñerse en marcha

1. Non require máis esforzo, senón unha **nova maneira de organizar** que aproveita mellor os recursos existentes, incluíndo á comunidade.
2. É imprescindible a **formación rigorosa** para evitar desviacións
3. Non se trata de innovar, senón de **aplicar o que funciona**
4. O **compromiso do claustro** é o que garante o cambio real. A transformación é sostible cando hai acordo colectivo, as decisións deben ser **compartidas e reflexionadas** con base científica.
5. A **avaliación** é continua e compartida creando unha cultura de avaliación democrática, transparente e mellorativa.



PRÁCTICAS RESTAURATIVAS





MINUTO 3' 05"



Daniel Reisel : La Justicia Restaurativa y la Neurociencia



- ***Responsabilización do infractor***
- ***Reparación á vítima***
- ***Restauración do diálogo e das relacións***

AS PRÁCTICAS RESTAURATIVAS

A práctica Restaurativa é unha maneira de **pensar e ser**,
enfocada en desenvolver **espazos seguros** para **verdadeiras**
conversas que profundizan as relacións e que constrúen
comunidades máis conectadas, máis fortes
(Mark Vander Vennen, 2016).

AS PRÁCTICAS RESTAURATIVAS TEÑEN AS SÚAS RAÍCES NA XUSTIZA RESTAURATIVA

Proactivo: invertir tempo en desenvolver relacións sas, fortes e duradeiras entre toda a comunidade educativa.

Preventivo: traballar antes de que ocorra o dano

Reactivo: cando ocorre o conflito

*A hipótese fundamental das prácticas restaurativas é que os seres humanos teñen máis posibilidades de facer cambios positivos no seu comportamento cando as outras persoas en **posicións de autoridade** fan cousas **CON** eles, en lugar de **CONTRA** eles. (Watchel)*

XUSTIFICACIÓN NORMATIVA

Estratexia EDUCONVIVES 2025.

Eixe 1: Avance da convivencia positiva como estilo educativo de centro.

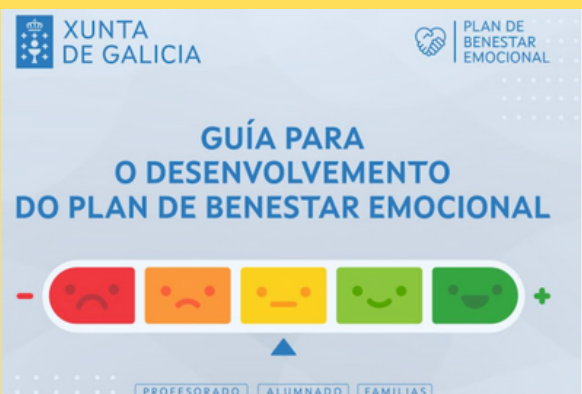
Liña 1: Promoción da convivencia positiva.



Obxectivo 1: elaborar ferramentas e recursos para a aplicación de metodoloxías innovadoras avaladas pola investigación científica na resolución de conflitos. **Elaboración dunha guía de prácticas restaurativas** (actualmente en proceso de elaboración).



ESTRATEGIA GALEGA DE
CONVIVENCIA ESCOLAR
EDUCONVIVES 2025



XUSTIFICACIÓN NORMATIVA

Guía para o desenvolvemento do Plan de Benestar Emocional.

Introduce os **diálogos restaurativos** como estratexia para a regulación e autonomía emocional así como para o enfrontamento no caso de situacións conflitivas. Recolle os pasos que establece **Juan de Vicente Abad** no seu libro Convivencia restaurativa:

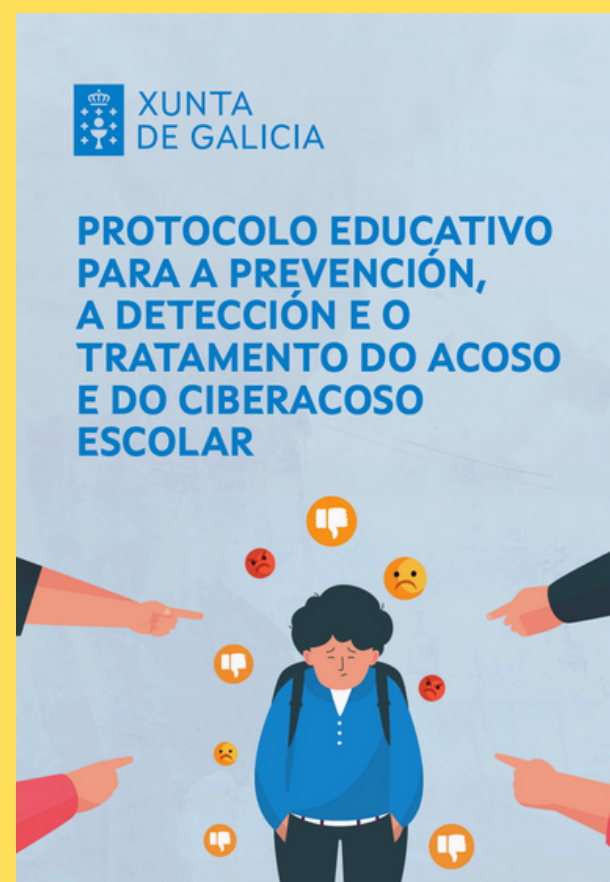
- **Compromiso.** Imos falar do que pasou.
- **Reflexión.** Que pasou? Que buscabas? Que che pasaba pola cabeza?
- **Impacto.** A quen lle afectou? De que xeito?
- **Comprensión.** Que foi o peor para ti?
- **Recoñecemento.** Agora que xa sabes como lle afectou, que che sae facer?
- **Acordos.** Que precisas? Que podes facer pola outra persoa?
- **Peché.** Como o farías diferente no futuro? Que aprendiches?



XUSTIFICACIÓN NORMATIVA

Protocolo educativo para a prevención, a detección e o tratamento do acoso e do ciberacoso escolar.

Menciona as **prácticas restaurativas** como medidas de prevención a nivel de aula e exemplifica cos círculos de diálogo para a xestión dos conflitos. Inclúe bibliografía para consultar: Convivencia restaurativa de Juan de Vicente Abad.



XUSTIFICACIÓN NORMATIVA

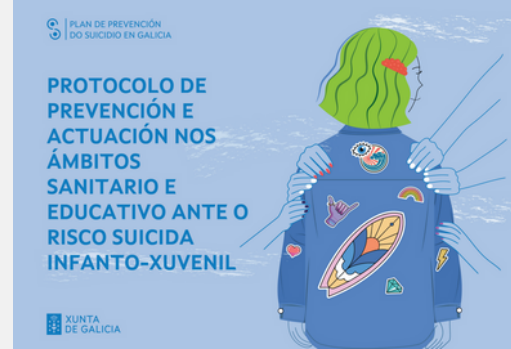
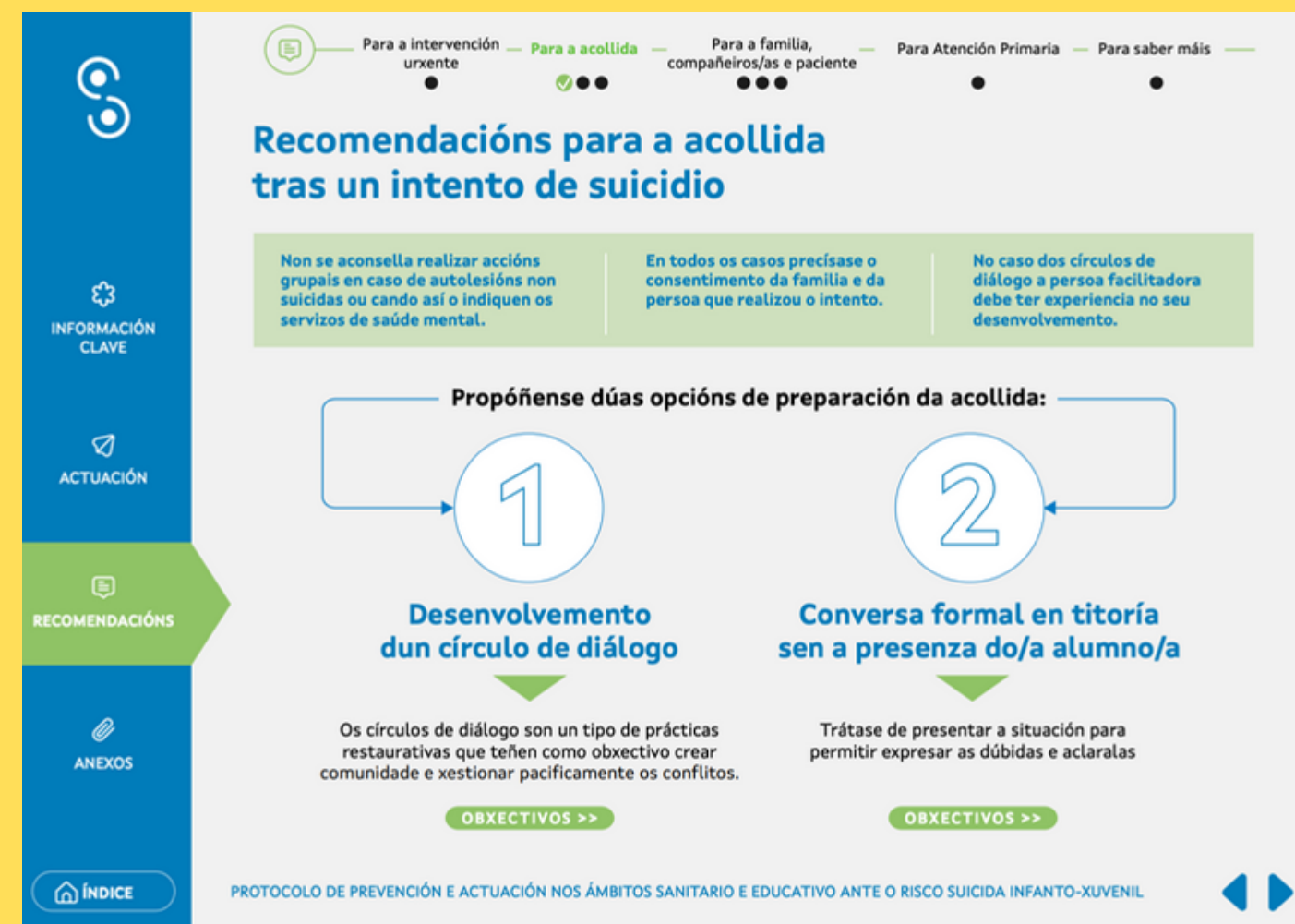
Protocolo de prevención e actuación nos ámbitos sanitario e educativo ante o risco suicida infanto-xuvenil.

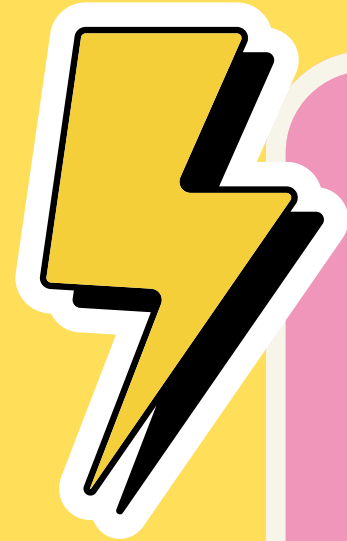
Menciona os **círculos de diálogo** nas recomendacións para a acollida tras un intento de suicidio.

Define o círculos.

Os obxectivos deste círculo son:

- Coñecer a información coa que conta o grupo.
- Valorar como lles afecta a nivel emocional.
- Coñecer os esquemas previos sobre o suicidio.
- Procurar o acollemento máis axeitado.





PROCESO DE DIÁLOGO

Pessoa danada: permite expresar a outra pessoa os seus sentimentos e contribuir a superar o impacto do acontecido.

Pessoa que danou: permite ser máis consciente do dano causado, asumir a súa ***responsabilidade*** de reparar as consecuencias .

Comunidade: permítelle ser parte activa do proceso

PROPOSTA TRABALLO

**Autoridade mal
entendida**

**O noso estilo
docente**

***Que se necesita para que unha
situación sexa considerada
como un TRATO XUSTO?***

Reflexión

ESTILOS

Reglas Normas – Límites – Expectativas – Retos/Desafíos

Límites	Límites altos	Enfoque autoritario (Punitivo) Estudiantes estigmatizados ¿Cómo se sienten los estudiantes? » Hipervigilancia en busca de amenazas » Memoria y funciones ejecutivas reducidas CONTRA Estado del cerebro: Vigilancia ansiosa	Enfoque restaurativo Estudiantes conectados / confiados ¿Cómo se sienten los estudiantes? » Sintonizados con los demás » Conectados a la comunidad » Responsables ante la comunidad » Reflexivos CON Estado del cerebro: Estado de alerta relajado
	Límites bajos	Enfoque no involucrado (Negligente) Estudiantes Ignorados/insensibles ¿Cómo se sienten los estudiantes? » Estresados » Incapaces de poner atención » Descuidados NO Estado del cerebro: Defensa reactiva	Enfoque permisivo Estudiantes eximidos / disculpados ¿Cómo se sienten los estudiantes? » Sus conductas negativas reciben refuerzo positivo PARA Estado del cerebro: Pasividad
		Apoyo bajo	Apoyo alto

La ventana de la disciplina social P. Mc Cold & T. Watchel (1969)

Motivar – Dar afecto – Nutrir – Colaborar - Orientar



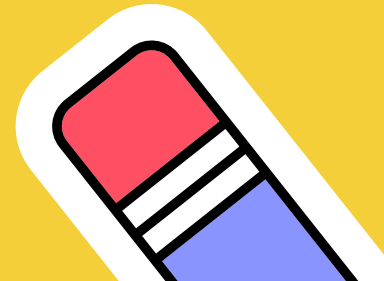
ESTILOS

*Se quedamos no **control**, non chegarermos a conectar, nin promover **responsabilidade**.*

*Se tan só damos **apoio**, non fomentamos a súa **responsabilidade**.*

Se non facemos nin o un nin o outro, mellor non participar

*Para dar unha resposta axeitada, debemos aportar **alto control**,
pero tamén alto apoio*



PROPOSTA TRABALLO

**Autoridade mal
entendida**

**O noso estilo
docente**

***Que se necesita para que unha
situación sexa considerada
como un TRATO XUSTO?***

Reflexión

AUTORIDADE MAL ENTENDIDA

*Cando nos atopamos na nosa vida (persoal, profesional, académica, etc.) unha
autoridade mal entendida...*



PROPOSTA TRABALLO

**Autoridade mal
entendida.**

**O noso estilo
docente**

Trato xusto

Reflexión

TRATO XUSTO

Que se necesitaba para que esa situación fora considerada como un TRATO

XUSTO?





TRATO XUSTO

"É máis probable que unha persoa acepte un resultado, aínda que non lle guste, cando é tratado de forma xusta e respectuosa."

Que é máis xusto proceso ou resultado? *Un bo proceso leva a un bo resultado*

*Un Proceso Xusto e Respectuoso baséase en **tres principios**:*

- **Participación**: oportunidade de ter voz.*
- **Explicación**: comprender as razóns das decisións tomadas*
- **Claridade das expectativas**: comprensión compartida do que se espera en termos de comportamentos, regras e acordos.*

Proverbio latino "Soy un hombre, nada de lo humano me resulta ajeno" (Publio Terencio)



AUTORIDADE

- **Lexitimizar a tarefa:** Querer agradar, presuposto non interese ou inutilidade. Podo estar en desacordo pero non en PARIDADE.

“Entendo que isto non sexa interesante pero....traballamos e logo poño un video?”

- **Dobre mensaxe:** Fago unha cousa e digo outra

“Temos moito que facer o currículo...pero saímos antes”

- **Chantaxe:** En ocasións algo “natural” ou unha negociación.



“Non vas a aprobar....”

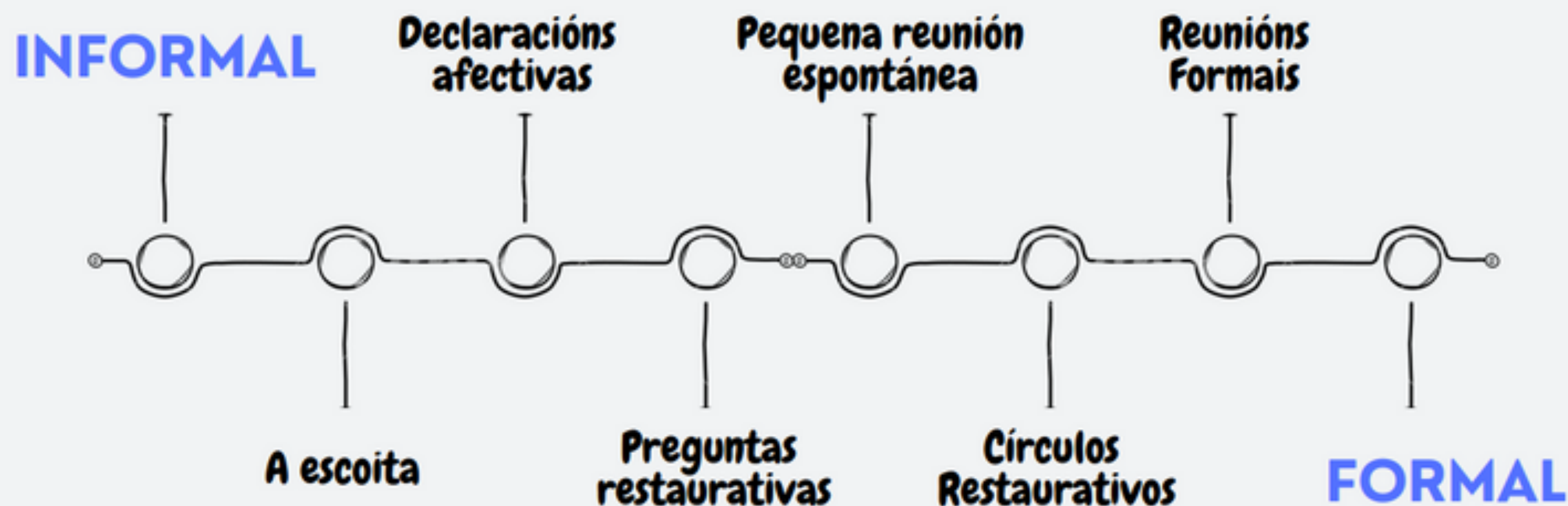
- **Reiteración:** Dicir as cousas moitas veces perde eficacia, desprestíxíase. (1-2-3).



“Á silla de pensar!....pensar en que? pobrecito, non pasa nada...volve a túa mesa”

FERRAMENTAS RESTAURATIVAS

Repertorio Práticas Restaurativas





PROVOCA CULPA E ACUSACIÓN
NON ABRE RELACIONES
NON ESTIMULA A EMPATÍA
NON XERA REFLEXIÓN
NON CONTRIBÚE A MODIFICAR O
COMPORTAMENTO

**ANTES DE
COMEZAR...A
IMPORTANCIA
DUNHA BOA
ESCOITA!!**

POR QUE???!!



DECLARACIÓNS AFECTIVAS

Transformar as mensaxes "**ti**"
(culpabilizadoras - xuízo) a mensaxes
"**eu**" (como me afecta: sentimento-
necesidade-petición)

Pedir responsabilidade a outra persoa e
ó mesmo tempo proporcionarlle **apoio**
(expresamos como nos sentimos e
facemos unha petición).

Imos dicir o **que necesitamos** á outra
persoa sen danar o vínculo nin **escalar**
no conflito

Imos **ser asertivos** e dicir o que sentimos
sen agresividade nin pasividade

The HOMELESS
NEED EMPATHY



NOT JUDGEMENT



DECLARACIÓNS AFECTIVAS

Refírense **ás condutas** e **NON** ao alumnado.

O alumnado debe sentir que o profesorado está preocupado por algo que non está ben ou emocionado por algo que está ben.

Contribúen a **poñer límites** e **xerar empatía**

SENTIMENTO – NECESIDADES – PETICIÓN CONCRETA

The HOMELESS
NEED EMPATHY



NOT JUDGEMENT



DECLARACIÓNS AFECTIVAS

The HOMELESS
NEED EMPATHY



NOT JUDGEMENT



"Como non fagas as actividades agora mesmo quedas sen recreo"

"Coma continues sendo tan molesto na clase, levas un parte e non vas á excursión"

"Xa estou farta de aguantarte, así que marcha a aula de convivencia"

"Tedes que portarvos ben en clase como vos portades co profe de FeQ e se non o facedes, comezo a poñer partes!"

"Es un vago!! Non o volvo a repetir, recolle o teu cuarto!!"



PREGUNTAS RESTAURATIVAS E PEQUENA REUNIÓN ESPONTANEA



As preguntas afectivas son preguntas que nos axudan a ***abrir o diálogo*** restaurativo en aquelas situacións nas que unha ou varias persoas se senten afectadas polo comportamento de outra ou varias persoas.

Están pensadas para casos de ***danos leves ou moderados***, nas que se van xuntar ás persoas directamente involucradas. No caso de danos máis serios, onde existen persoas afectadas de forma indirecta, casos que soen transcender ó propio centro educativo, sería pertinente realizar unha ***Reunión Restaurativa***.





PREGUNTAS AFECTIVAS OU RESTAURATIVAS

Cuestionan coudadosamente o **comportamento inadecuado**

Sen culpar, xulgar ou criticar

Buscan a **reflexión** e o **recoñecemento** da responsabilidade

TIPOS DE PREGUNTAS:

- Para as persoas que causaron algún dano a outra persoa
 - Para as persoas afectadas pola conduta non axeitada
 - Cando existe unha conduta inaceptable pero non se identifica p. autora e p. receptora do dano (pequena reunión espontánea)
- 
- 

PREGUNTAS RESTAURATIVAS

Identificado autor e receptor do comportamento inaceptable.

Preparación por separado, se non se acepta a proposta de diálogo NON se fai a reunión.

RECEPTOR

1. Que pensaches despois do ocorrido?
2. Como che afecto o incidente?
3. Como lle afecto a outras personas?
4. Que foi o máis difícil para ti?
5. Que necesitas que pase a partir de agora?

AUTOR

1. Que pasou?
2. Que pensabas cando ocorreu?
3. Quen foi afectado por este incidente? Familia, observadores, profesorado, alumnado, etc.
4. De que xeito foi afectada cada persoa?
5. Que pensas agora do que sucedeu?

Si esta resposta é igual as dúas primeiras, non está preparado para a reunión

6. Que podes facer para mellorar as cousas?

Pequena reunión espontánea

- Non está claro agresor e receptor
 - Situación inaceptable
 - Oferta de diálogo
 - Traballo individual

1. Que pasou?
2. Como te sentiches?
3. De que xeito contribuíches no que pasou?
4. Quen foi afectado por este incidente? Familia, observadores, profesorado, alumnado, etc.
5. Qué necesitas que ocorra para que se arranxen as cousas?
6. Que podes facer ti para mellorar as cousas?

Facemos preguntas e se escoitan todas as persoas.

NON VAMOS A ESTAR DE ACORDO, PERO VAMOS A ESCOITARNOS

CADA UN/HA Ó VIVIU DUNHA MANEIRA, PERO ESTADOS DE ACORDO EN QUE...

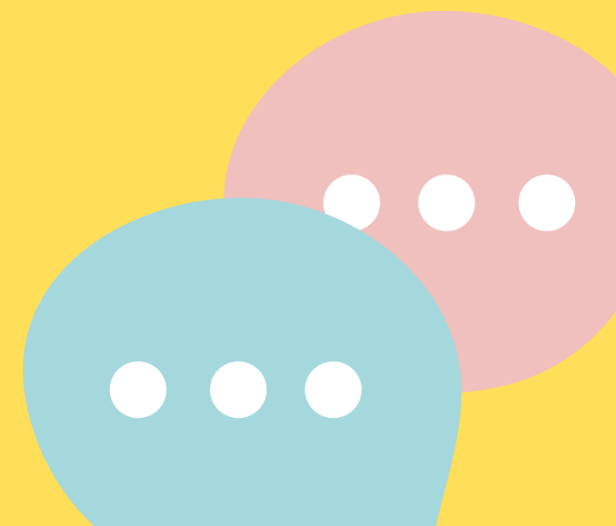
Eu te invito a ir a reunión só se suprimimos o "PERO"



REUNIÓN FORMAL



Realízase cando se cometeu un delito ou existe un conflito xa exposto. Á reunión acode tanto a **persoa que se viu afectada** polo delito, como a que **comete o dano**, así como **acompañantes de ambos** (seres queridos ou membros da comunidade). O obxectivo desta reunión é que o infractor **tome conciencia do ocorrido**, coñeza o dano causado e propoña unha solución.





CASTIGO E CULPA

Bloquea as relacións

Non fomenta empatía

Non promove reflexión nin

responsabilización

**Non promove cambio de
comportamento**



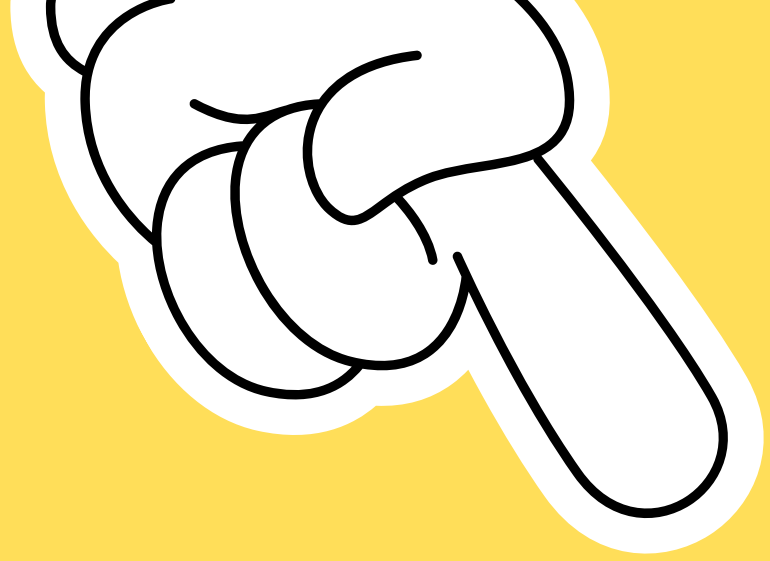
DIÁLOGO RESTAURATIVO SANCIÓN

Abrir a conversación

Desenvolver a comprensión

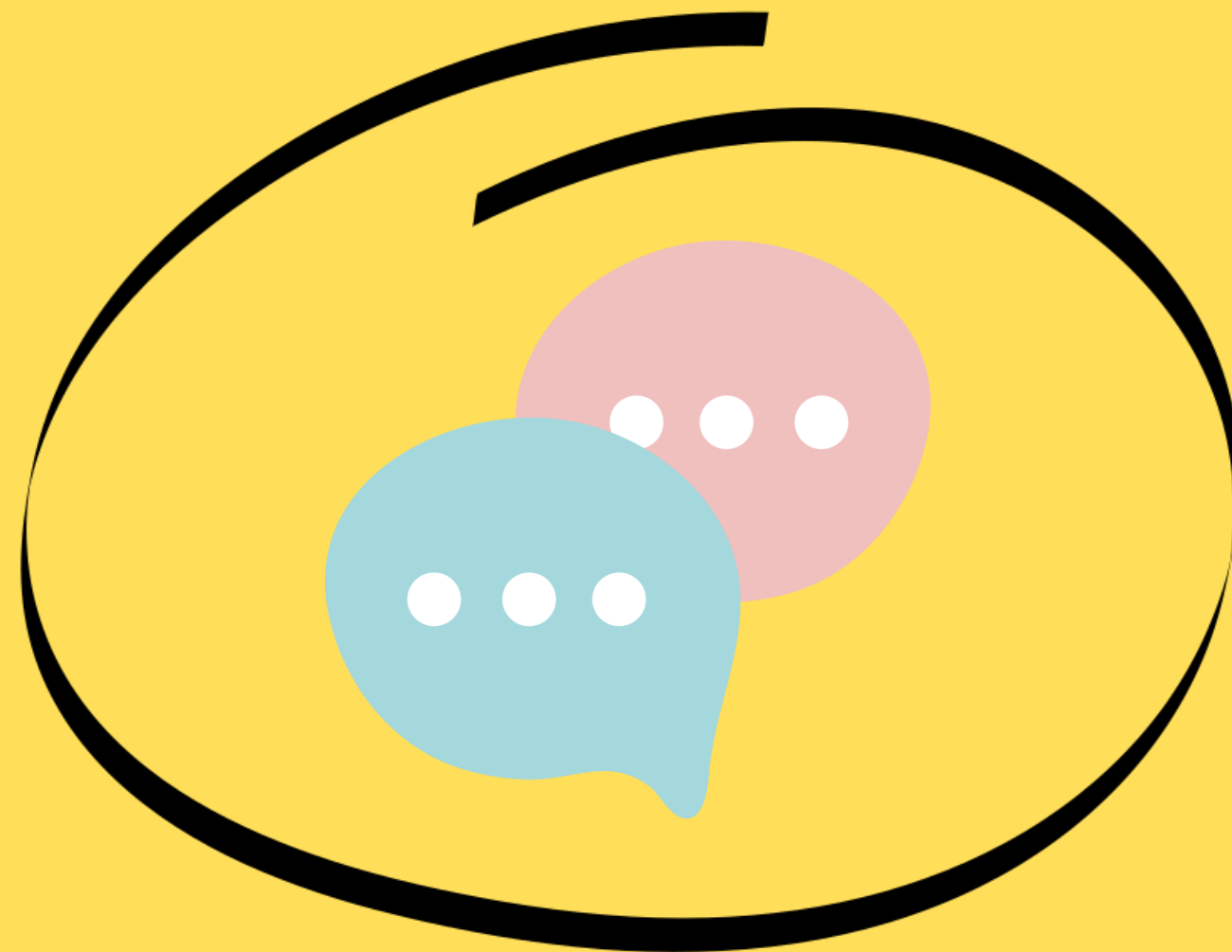
Chegar a acordos consensuados
sobre que facer para que as cousas
queden ben cando alguén foi danado.

*Baséase en facer preguntas coas que,
en lugar de xulgar ou criticar a
conducta, **empúrrrase ás persoas
involucradas** a reflexionar.*

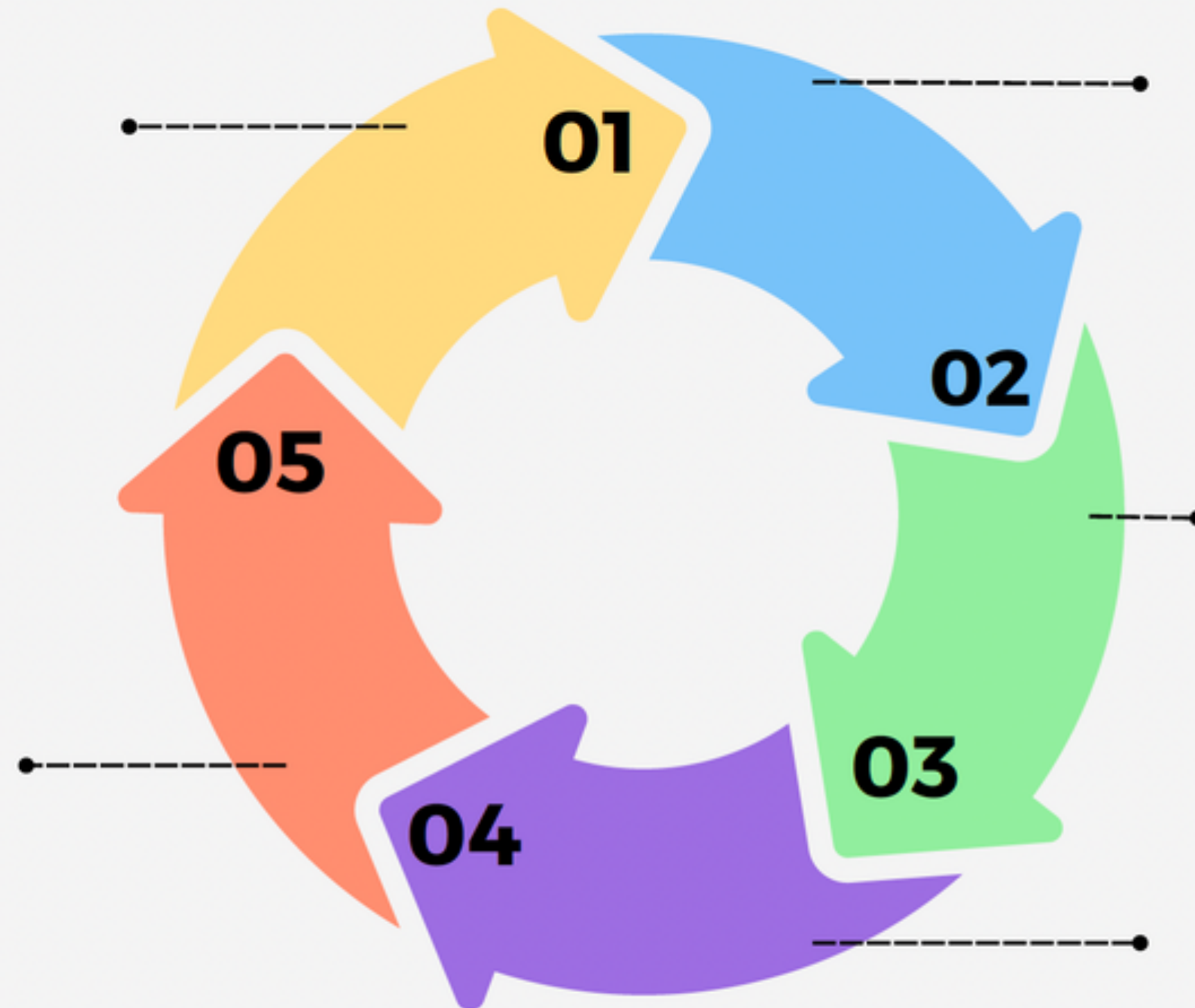


CÍRCULOS

É unha práctica restaurativa que permite ter un diálogo compartido por moitas persoas mantendo unha comunicación eficaz. Os círculos de diálogo xeran vínculos entre as persoas e desenvolven sentimento de **pertenza** á escola.



Pasos do círculo



Pasos do círculo

Presentación:
obxectivos e
normas

01

Check-in

02

**Mixer ou
mezclador**

03

TEMA:
preguntas

04

Peché:
reflexión e
check-out

05

QUE FOI O QUE PASOU?

Presentación
(obxectivo e normas)

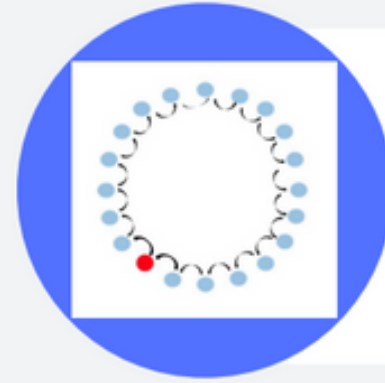
**Mezclador
ou mixer**

**Reflexión
Check-out**
(peche)

Check-in

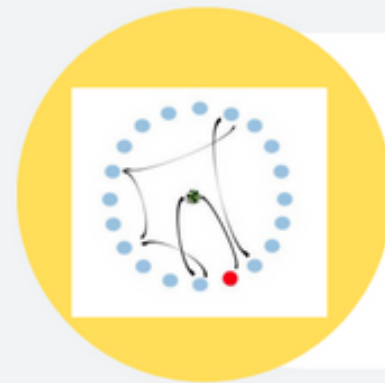
Tema
(preguntas para
os obxectivos
previstos)

TÍPOS DE CÍRCULOS



ROLDA SECUENCIAL

PREGUNTA ESPECÍFICA
EN ORDE
BÚSCASE QUE TODOS PARTICIPEN



ROLDA NON SECUENCIAL

NON HAI ORDE PRESSTABLECIDA PARA
PARTICIPAR
A PARTICIPACIÓN É VOLUNTARIA
CONSÉGUESE IGUALMENTE EVOCACIÓN



TANQUE DE PEIXES

DOUS CÍRCULOS CONCÉNTRICOS
PERSOA EXPÓN A SITUACIÓN
CADEIRA BALEIRA
RETROALIMENTACIÓN POSITIVA
5-7 MINUTOS POR INTERVENCIÓN

TÍPOS DE CÍRCULOS



CÍRCULOS

PROACTIVOS



CÍRCULOS

REACTIVOS





TANQUE DE PEIXES

DOUS CÍRCULOS CONCÊNTRICOS
PERSOA EXPÓN A SITUACIÓN
CADEIRA BALEIRA
RETROALIMENTACIÓN POSITIVA
5-7 MINUTOS POR INTERVENCIÓN

ANTES DE REMATAR...



COMENZAR, PARAR, CONTINUAR

PARAR

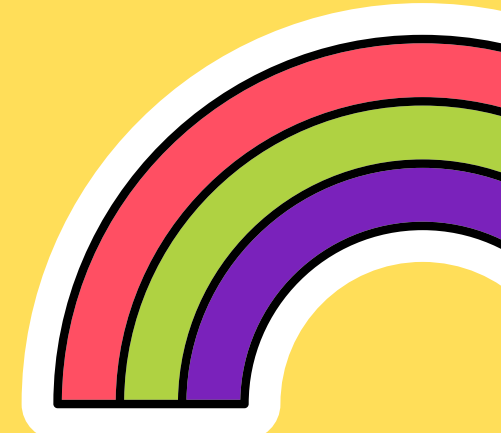
Identifica lo que no ha funcionado,
qué no debería seguir adelante.

CONTINUAR

Propuestas que deberían continuar.

COMENZAR

Propuestas que deberías comenzar



NORMATIVA IMPRESINDIBLE

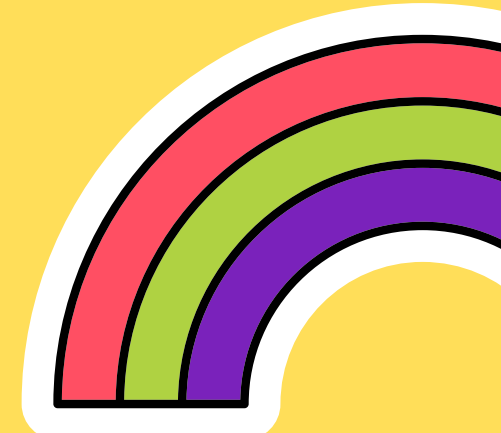
Lei 4/2011, do 30 de xuño, de
**convivencia e participación da
comunidade educativa.**

Decreto 8/2015, do 8 de
xaneiro, que desenvolve
a Lei 4/2011.

Resolución do 3 de xullo de 2018
da DXEFPIE pola que se ditan
instrucións para o apoio á
creación e ao funcionamento das
ENAPAS.

Instrucións do 6 de setembro de
2019 da DXEFPIE para a elaboración
de **plans de igualdade.**

Orde do 19 de outubro de
2022 pola que se crean
as comisións provinciais
e a Comisión
autonómica de
seguimento do **benestar
e a convivencia** nos
centros educativos
sostidos con fondos
públicos.



NORMATIVA IMPRESINDIBLE



+Protocolos

Plan Integral contra o acoso e o
ciberacoso escolar.
+ Protocolo

Guía para o
desenvolvemento do ***Plan de
Benestar emocional***

Orde do 23 de agosto de 2023 pola
que se establece a figura da ***persoa
coordinadora de benestar*** e
convivencia nos centros docentes de
Galicia.

**Estratexia galega de convivencia
escolar 2025. EDUCONVIVES 2025.**

Orde do 4 de xaneiro de
2024 da Consellería de
Cultura, Educación, FP e
Universidades sobre o
***uso dos teléfonos
móviles e dispositivos
electrónicos***
nos centros educativos.

EXPERIENCIAS

-RECORRIDO PROFESIONAL E FORMATIVO COAS PRÁCTICAS RESTAURATIVAS





EXPERIENCIAS

CADERNO
do Reporteiro

	CLARO	PRECISA REVISARSE
FEITOS E EVENTOS ¿QUÉ OCORREU?		
PENSAMENTOS E SENTIMENTOS ¿CÓMO PENSAS QUE SE SENTIROS OS PERSONAXES?		
OUTROS		

PARA SABER MÁIS...





GRAZAS!

Juan de Vicente Abad

Convivencia restaurativa

**Aprender a convivir y a construir
entornos de aprendizaje seguros**

Prólogo de **Elena Martín Ortega**
y **Vicenç Ruïlan Castañer**

biblioteca
INNOVACIÓN
EDUCATIVA

