

## Las Prácticas Restaurativas

Las prácticas restaurativas son las prácticas que apoyan el establecimiento de relaciones, la reparación de los agravios y la capacidad de autocontrol. Estas prácticas podrían incluir círculos de conversación, círculos temáticos, círculos restaurativos, círculos de paz, conferencias restaurativas, las prácticas de concientización y el uso de las Zonas de Regulación.

### **Recordando a las tradiciones indígenas por el mundo, todos los círculos son restaurativos por naturaleza, fomentan...**

#### **RESPETO**

En el Círculo, cada voz tiene la oportunidad de hablar y cada persona se escucha con atención enfocada.

*Se valora cada perspectiva como algo significativo a esa persona.*

#### **AUTOCONTROL**

Los participantes tienen que esperar a hablar, escuchar sin responder inmediatamente y aplazar su propia necesidad de hablar. Esta no es nuestra manera regular de hablar. Requiere mucho autocontrol.

*Cada participante está ejerciendo el autocontrol para hacer que el Círculo sea posible.*

#### **IGUALDAD**

En el Círculo nadie es más importante ni tiene más derechos ni poder que tiene otra persona; aún cuando uno decide no hablar, nadie es invisible y sigue participando por escuchar atentamente.

*Las expectativas son iguales para los adultos y para los estudiantes.*

#### **RESPONSABILIDAD**

Los Círculos proveen un espacio para practicar la responsabilidad con palabras y acciones. La estructura física de un Círculo abarca una forma de responsabilidad no verbal.

*No se puede esconder detrás un escritorio y nadie está detrás de otra persona.*

#### **EMPATÍA**

En el Círculo alimentamos y desarrollamos nuestra capacidad de empatizar--nuestra capacidad de relacionarnos, reflejar y aprender de otras personas.

*Hay mayor oportunidad de reflexionar sobre lo que tú y otros se sienten y hablar de sus sentimientos que en una conversación normal.*

#### **FORTALECIMIENTO**

En los Círculos se asume que cada participante ofrece algo y es importante por el bien del grupo entero.

*Confiamos en la capacidad inherente de los seres humanos como colectiva de elaborar las emociones sin la ayuda de un experto.*

#### **LIDERAZGO COMPARTIDO**

El Círculo permite la reunión de diferencias, guarda espacio para varios puntos de vista y reconoce la existencia de varias verdades. Cada miembro es un líder y es dueño de las decisiones del Círculo.

*El Círculo es una práctica de conversación cívica y democracia fundamental en que TODAS las voces se oyen y es necesario que TODOS los intereses se tratan con dignidad.*

## Ⓢ NUESTRAS NORMAS COMUNES DE CÍRCULO

Nos sentamos en un **Círculo** hablando cara a cara con todos incluidos.

Usamos un "objeto de diálogo" (cuando apropiado) para asegurar que cada voz se oiga.

Hablamos y escuchamos del corazón con paciencia y cariño.

Usamos mensajes "yo" para expresarnos sin nombrar ni echarle la culpa a otra persona.

Lo que se dice en el **Círculo**, se queda en el **Círculo** para crear confianza y seguridad.

## LAS PREGUNTAS RESTAURATIVAS ESTÁNDARES

(Real Justice Conference-IIRP, 2007)

### Para el comportamiento desafiante:

¿Qué pasó?

¿En qué pensabas en ese momento?

¿En qué has pensado desde ese momento?

¿A quién(es) afectaron tus acciones? ¿Cómo?

¿Qué necesitas hacer para arreglar las cosas?

### Para ayudar a las personas afectadas:

¿En qué pensaste cuando te di cuenta de lo que había pasado?

¿Cómo los impactó a ti y a otros este incidente?

¿Qué ha sido la cosa más difícil para ti?

¿Qué crees que necesita ocurrir para arreglar las cosas?

## NUESTRAS NORMAS COMUNES DEL CÍRCULO

Nuestras Normas Comunes del Círculo son la componente más importante de nuestro trabajo restaurativo en el Distrito 65. Forman la estructura social del Círculo y sirven como los cimientos de desarrollar las relaciones y las comunidades escolares sanas. Cada una representa una habilidad pro-social crucial y una lección de vida que los estudiantes adquieren naturalmente por su participación en el proceso del círculo. Las normas se identificaron originalmente en colaboración con EPD Youth Services (Servicios para Adolescentes del Departamento de Policía de Evanston) y se basan en los valores y las normas de comportamiento compartidos que se practican en los círculos en todo el mundo. Las normas comunes ayudan a establecer la regularidad en nuestra práctica del círculo en todas las escuelas e influyen en nuestras interacciones dentro de y fuera del Círculo.

**Nos sentamos en un Círculo.** En el Círculo nos sentamos uno frente al otro y nuestra discusión se enfoca y se centra en medio de todos nosotros. Se colocan en el centro del Círculo objetos simbólicos que le recuerdan a los participantes de los valores que comparten con los demás.

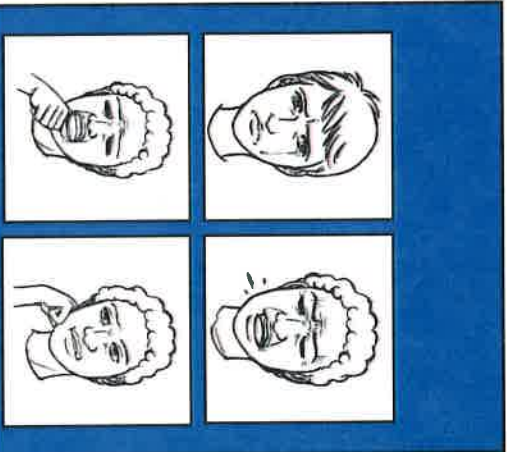
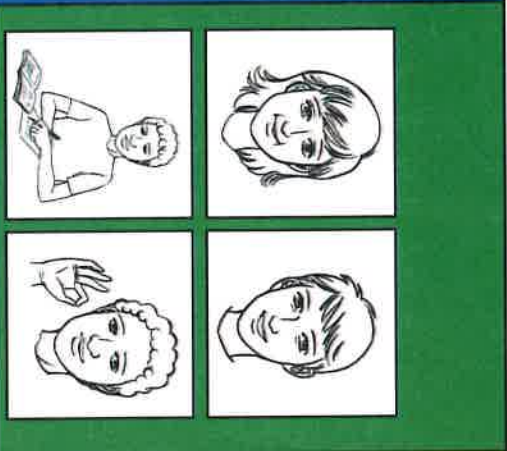
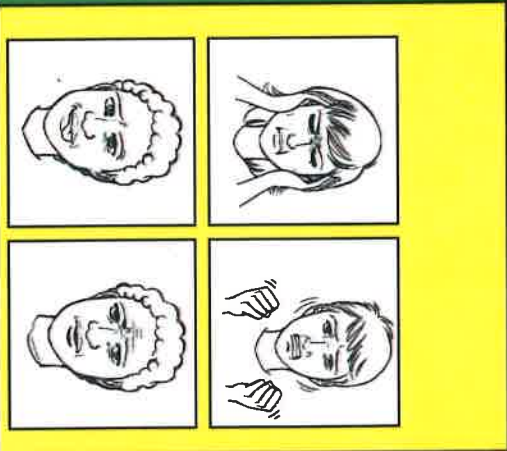

**Usamos un "objeto de diálogo".** Solamente la persona con el objeto de diálogo tiene el derecho de hablar; los demás escuchan. El objeto de diálogo se pasa por el Círculo de izquierda a derecha, nunca rompe el círculo, para que todos tengan la oportunidad de hablar sin interrupción. La voz de cada persona importa.

**Escuchamos del corazón con paciencia y cariño.** 

**Usamos mensajes "Yo":** Hablamos y compartimos sobre nuestros propios pensamientos y sentimientos. Esto ayuda a desarrollar empatía. El propósito de los círculos es alentar la auto-exploración, sin nombrar, conquistar, debatir ni echarle la culpa a otra persona.

**Lo que se dice en el círculo, se queda en el círculo** con la excepción de cuando la seguridad se convierte en una preocupación. La privacidad nos ayuda a sentirnos cómodos y seguros de poder compartir cosas sobre nosotros mismos. La conversación del Círculo viene de corazón y no debe ser tema de chisme. Si un miembro del Círculo necesita hablar sobre algo que se dijo en el Círculo, él o ella puede hablar con su maestra/o o presentar sus preocupaciones en el próximo Círculo.

# Las ZONAS de Regulación™

 <p><b>ZONA AZUL</b></p> <p>Triste</p> <p>Enfermo</p> <p>Cansado</p> <p>Aburrido</p> <p>Moviéndote lentamente</p>	 <p><b>ZONA VERDE</b></p> <p>Feliz</p> <p>Tranquilo</p> <p>Me siento bien</p> <p>Enfocado</p> <p>Listo para aprender</p>	 <p><b>ZONA AMARILLA</b></p> <p>Frustrado</p> <p>Preocupado</p> <p>Bobo/Inquieto</p> <p>Emocionado</p> <p>Pierdo control un poco</p>	 <p><b>ZONA ROJA</b></p> <p>Enojado/Enfadado</p> <p>Aterrorizado</p> <p>Gritando/Pegando</p> <p>Extasiado</p> <p>Fuera de Control</p>
---	---	--	---