

EDUCAR SIN CASTIGOS NI PREMIOS RESUMEN SESIÓN 2

RESUMEN SESIÓN 2

1. REFLEXIONES CON EL GRUPO

En general hemos aprendido a resolver el problema con nuestras criaturas buscando soluciones. Buscamos lo mágico “qué le digo que funcione”. Que el digo para que lo entienda y se quede contento. La CNV no va a buscar soluciones sino la conexión.

Porqué.

1. Lo que hacemos amenazando, castigando.... No funciona muchas veces.
2. Y si a veces funciona es por el miedo de nuestra hija o hijo o porque le ponemos en una situación de perder nuestro afecto.

La desconexión es lo que hemos aprendido. Aquí no buscamos la solución sino la conexión. Para conectarme con mis criaturas. Primero me conecto conmigo misma.

2. CASO PRÁCTICO DE UNA MADRE CON SU HIJO DE 4 AÑOS

SITUACIÓN: Su hijo estaba comiendo, arándanos jugando a succionarlos.

Ella le dijo: Si sigues te lo quito por tu seguridad.

Siguió comiendo arándanos y se lo quitó. Y su hijo comenzó a llorar durante 40 minutos que quería los arándanos.

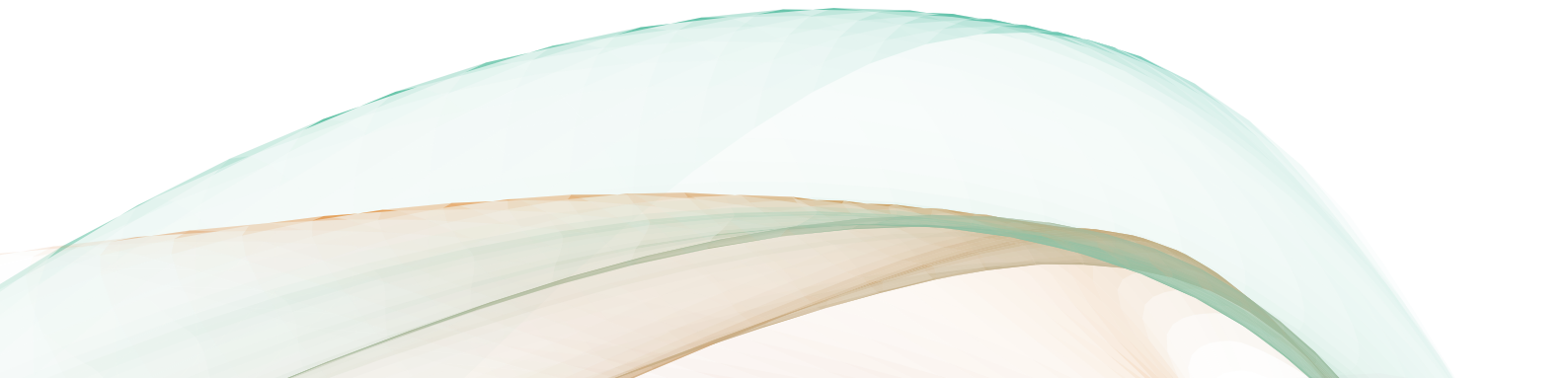
1. CONECTO CONMIGO: QUÉ ME PASA A MI CÓMO MADRE.

- **JUICIOS HACIA MI HIJO (TRABAJO CON EL GRUPO):** Tengo que hacer algo, no hace caso, tendría que obedecer, tiene que dejar de hacerlo, tendría que darse cuenta de que es peligroso... Me está retando, tiene que respetar los límites, tendría que portarse bien, quiere mi atención. Es un desobediente...
-
- **HECHOS (SIN JUICIOS):** Estoy al teléfono y mi hijo está comiendo, arándanos aspirándolos.
- **NECESIDADES DE LA MADRE (LO QUE ES IMPORTANTE PARA ELLA) CON EL GRUPO**
 - Tranquilidad
 - Seguridad de que como madre le protejo
 - Contribuir a su bienestar.
 - Proteger
 - Estar segura que como madre le cuido, le protejo.
 - Conexión con mi hijo.

• CÓMO PUEDO CUIDAR DE TODO ESTO.

Empatizando e imaginando que le puede ocurrir a mi hijo de 4 años.

Imaginar qué necesita mi hijo si empático con él.



RESUMEN SESIÓN 2

2. CONECTO CON MI HIJO: QUÉ LE PUEDE ESTAR PASANDO A MI HIJO.

- **NECESIDADES DE MI HIJO (LO QUE IMAGINO QUE ES IMPORTANTE PARA MI HIJO) CON EL GRUPO**

- Atención
- Ser querido
- Jugar
- Conexión
- Cercanía
- Amor.
- Explorar
- Curiosidad

3. COMPARTIR CON EL GRUPO

Se reflexiona en el grupo que para mí es importante “qué mi hijo se encuentre bien, que no le pase algo o que sufra” al mismo tiempo eso no es mi necesidad es mi deseo. Querer que mi hijo esté bien lo que me aporta es:

- Tranquilidad
- Seguridad
- Contribuir a su bienestar.
- Protegerlo
- Estar segura que como madre le cuido, le protejo.
- Quiero conexión con mi hijo.

Y esto sí que son mis necesidades. Ya que si no dependo siempre de lo que ocurre fuera para cuidar de ellas.

Yo puedo evitar que mi hijo o hija sufra aunque sea mi deseo. Lo que sí está en mi mano y es hacer lo posible para estar segura de que contribuyo de la mejor manera posible a su protección, bienestar, seguridad.

h