

**EDUCAR SIN CASTIGOS NI PREMIOS
RESUMEN SESIÓN 5 Y 6**

RESUMEN SESIÓN 5 Y 6

1. PRÁCTICA EN GRUPOS PEQUEÑOS

1ª PARTE: EXPLORA y ENCUENTRA r que valores son los que quiero inculcar a mis hijos.

2ª PARTE: ENCONTRAR acciones de tus hijos que demuestren que tienen ese valor.

2. REFLEXIONES CON EL GRUPO

El modelo educativo que tenemos se basa en corregir el error y aquí lo que intentamos es reconocer lo que hay y valorarlo para nutrirlo.

Es un modelo ineficaz y frustrante para las personas.

Y de cara a los valores en muchas ocasiones en vez dar luz a lo que hay lo apagamos.

Recogiendo hecho concretos que hacen nuestras hijas e hijos nutrimos y cuidamos de sus necesidades y de las nuestras y sobretodo de la relación.

Las niñas y niños hacen todo lo posible por ser aceptados. Es beneficioso a corto y largo plazo. Visibilizar esto es importantísimo para su autoestima.

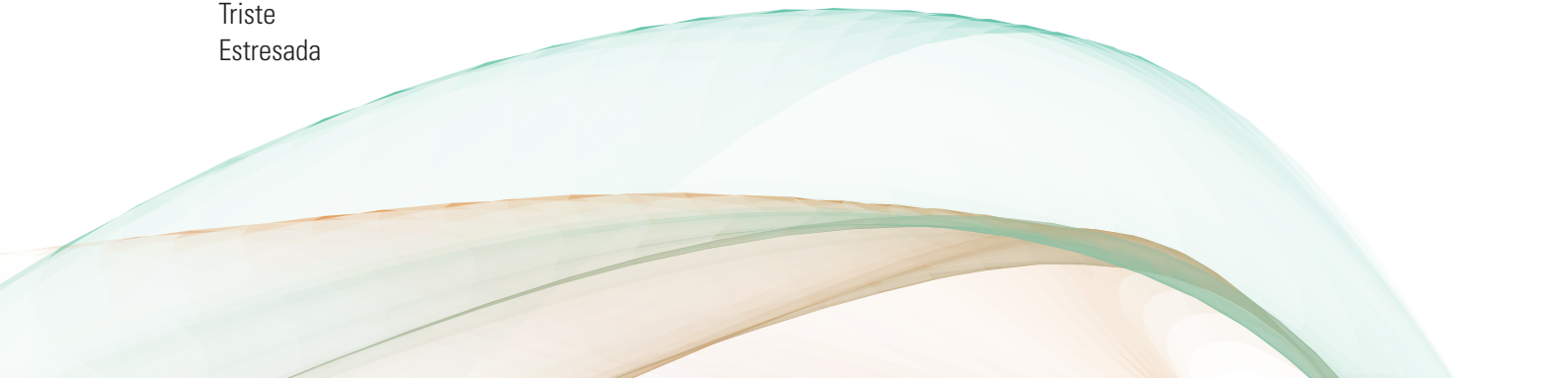
Cuando reconocemos los logros solamente lo que hacemos es condicionar a que se exijan más logros. Poder valorar cosas del día a día (un canturreo, una mirada, algo que no es un logro...) ayuda a que no hagan las cosas por el logro y el resultado sino porque satisface sus necesidades y contribuye a las más.

3. CASO PRÁCTICO

Situación. Una madre está con 4 niños en el coche conduciendo. Dos niños (primos) y dos niñas (sus hijas) al subirse al coche. Su hija quiere pasarse a comer al búrguer y su madre dice que no ya está sola con 4 niños. Y quiere llegar lo antes posible. 120 km. la niña de 7 años está 60 minutos diciendo NO repetidamente durante el trayecto.

SENTIMIENTOS DE LA MADRE (TRABAJO CON EL GRUPO):

Nerviosa
Frustrada
Irritada
Cansada
Agobiado
Irritada
Triste
Estresada



RESUMEN SESIÓN 5 Y 6

NECESIDADES DE LA MADRE (CON EL GRUPO)

Contribuir al bienestar
Conexión
Empatía
Apoyo
Tranquilidad
Calma
Consideración

LA MADRE A NIVEL PERSONAL EXPRESA QUE SE SIENTE FRUSTRADA, CANSADA, PREOCUPADA Y TRISTE. NECESITA DESCANSO, PAZ Y CALMA, CONEXIÓN.

Una de las acciones que Sandra puede hacer para cubrir la necesidad de Conexión es empatizar con su hija de 7 años.

SENTIMIENTO DE LA NIÑA DE 7 AÑOS

Nerviosa
Frustrada
Enfadada

NECESIDADES DE LA NIÑA

Escucha
Atención
Ayuda
Comprensión
Ser visto
Ser tenida en cuenta
Consideración
Libertad de elegir
Apoyo
Afirmación

HIPÓTESIS QUE REALIZAMOS EN GRUPO:

Mi hermana es la agradable, la simpática, la empática. Yo ocupo el lugar que me deja mi hermana. Es mi manera de recibir atención. Es su manera de reclamar. LO hace de una manera que consigue lo contrario.

RESUMEN SESIÓN 5 Y 6

JUEGO DE ROL CON ESTE CASO:

- MADRE: Hola amor. Podemos hablar? No te voy a reñir. Quiero que lo sepas.
- NIÑA: Vale (mirando de reajo)
- MADRE: Es por el otro día cuando te tapaste los oídos en el coche y dijiste NO. Me he dado cuenta de que, igual estoy equivocada y si es así dimelo. Tú lo que querías es que disfrutáramos todos juntos. Querías tener un momento para estar con tus primos, tu hermana y conmigo e ir al burger que te gusta mucho. Es eso?
- HIJA: Es que no me escuchas nunca!!!
- MADRE: Hija gracias por decirme esto. Y quiero decirte que no hiciste nada "malo". Me doy cuenta de que para ti era muy importante estar juntos, unidos y disfrutando. Y mi no me imagino que te dolió. Es así.
- HIJA: Si mamá es que no me escuchaste cuando te dije que no.
- MADRE: Lo sé y lo entiendo. Y me imagino que te hubiese gustado que valorara lo importante que es para ti que disfrutemos juntos.
- HIJA: Si mamá. Me puedo ir a jugar ya?
- MADRE: Claro hija y antes me gustaría proponerte algo a ver que te parece. En la hora de trayecto no porque es mucho rato de viaje y estoy sola con los 4. Al mismo tiempo me gustaría que eligieras una fecha para ir a comer con tu hermana y tus primos al burger. Se que es importante para ti disfrutar con ellos y conmigo.
- HIJA: (le cambia la cara). Ahhh pues me gusta mucho eso mamá. Si quiero hacerlo.
- MADRE: Y quiero que sepas que eres muy importante para mi y te quiero hija.
- HIJA: Y yo a ti. Me puedo ir ahora ya mamá.
- MADRE: Por supuesto.

5. PRÁCTICA EN PEQUEÑOS GRUPOS

1ª PARTE: EXPLORA y ENCUENTRA r que valores son los que quiero inculcar a mis hijos.

EJERCICIO. EXPLORA una EXIGENCIA que exijas a tu hija o hijo y mira a ver qué necesidad hay detrás. Por ejemplo: Recoje tu habitación. La necesidad es de tranquilidad, armonía.

6. REFLEXIONES:

En una exigencia hay una necesidad que la hacemos depender de nuestros hijos.

Por ejemplo: Necesito que mi hijo sea feliz es una exigencia hacia mi hijo. Porque mi necesidad de tranquilidad depende de que mi hijo sea feliz.

Cuando nuestra necesidad depende de lo que haga mi hija o hijo pierdo mi poder porque no puedo hacer nada. Al mismo tiempo si que está en mi poder contribuir, aportar, ayudar... a mi hijo y eso me da capacidad.