

MEMORIA

DE LOS ENCUENTROS DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS 2009-2019



MEMORIA DE LOS ENCUENTROS DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS 2009-2019

Derechos reservados ©
Esta es una obra colectiva

Editado por:
Compañía de María Marianistas – Oficina Regional de Educación
Av. Del Río 424 Pueblo Libre
Lima-Perú

Primera Edición Virtual, agosto 2021

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2021-08651

Recopilación de información:
Edivia Laura Pacheco Herbozo
Psicóloga del Colegio San Antonio Marianistas. Perú

Agosto del 2021
Lima – Perú

Reservados todos los derechos. Salvo excepción prevista por la ley, no se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos conlleva sanciones legales y puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por el don de la vida y la oportunidad que nos da, de ser sus instrumentos en la delicada misión de Evangelización a través de la Educación.

A nuestra buena Madre María

Que acoge, escucha, educa, acompaña y nos compromete con su hijo Jesús; alentando, inspirando y guiando nuestra labor formativa.

A los representantes del Oficio de Educación Marianista

Por el valioso apoyo, la orientación y acompañamiento brindado para la realización de cada uno de los Encuentros.

A los directores de cada una de las Obras

Por la confianza puesta en nosotros para la organización y ejecución de los Encuentros en nuestras Obras Marianistas.

AGRADECIMIENTO PÓSTUMO

A la memoria de nuestro querido Hermano **Felipe Melcher** que, en su calidad de Superior Regional Marianista del Perú del 2009 al 2015, propicio la integración y consolidación de nuestro Equipo de Psicólogos Marianistas y fue el gestor del I Encuentro Internacional.

A la memoria de nuestro querido amigo y colega **Joaquín Cok**, gran gestor de estos Encuentros, siempre que asumíamos nuevos retos era el que tomaba la iniciativa y nos contagiaba su alegría y dinamismo.

COLABORADORES

Dr. Jaime Aliaga Tovar

Dra. Mina Tong

Dra. Mary Claux Alfaro

Dr. Julio E. González Montesinos

Ps. María Edith Baca

Dr. Guery Antonio D'onadío Caro

Dr. Germán Guajardo Méndez

Padre Eduardo Rodríguez, S.M.

Mg. Nicolás Valle Palomino

Lic. Roxana Miranda

Dr. Luis Rodríguez De Los Ríos

Dr. Carlos Lescano Bravo

Padre Quentin Hakenewerth, S.M.

Mg. Luis Ascenjo Gálvez

Ps. María Belén Romá Romero

Profesor Miguel Cruz (Banda Richard Brand)

Padre Rafael Luyo Sánchez, S.M.

Hno. Juan Pablo Espinoza Chávez

Mg. José Antonio Espinoza

Lic. José Antonio Taboada

Lic. Brunella Scavia

Ps. Luis Alberto Chunga Pajares

Ps. Mg. Teresa Mendo Zelada

Lic. Katiuska Aliaga Giraldo

Mg. Alejandro Dioses

Angélica Temoche Ramírez

Richard Daniel Rojas Pacheco

PRÓLOGO

El libro memoria –que tienes en tus manos– ha sido denominado así por los autores, debido a que refleja el trabajo sistemático y coherente que emprendieron en conjunto los psicólogos de nuestras obras educativas de la Compañía de María Marianistas en el Perú, desde hace ya algunos años. Esto se traduce en una labor cercana, pertinente y audaz que permite poner en práctica lo que la tradición pedagógica marianista enseña con la finalidad de crear una verdadera comunidad educativa en la que todos los integrantes pongamos los talentos que Dios nos ha dado al servicio del otro.

El P. José María Arnaiz (2017) manifiesta: “Una institución educativa no se sostiene por una sumatoria de esfuerzos individuales (carácter funcional), por más poderosos y efectivos que estos sean. Una verdadera institución educativa marianista requiere la convergencia inteligente y profunda (carácter sincrónico) dentro de una organización moderna, sencilla y transparente”.

Es así como, a lo largo de los años, hemos sido testigos del crecimiento de esta empresa de actualización profesional gracias al aplomo de nuestro equipo de colaboradores psicólogos, pertenecientes a las obras educativas marianistas en el Perú. Cabe decir que esto fue haciéndose visible desde el *primer encuentro* –solo para los psicólogos de nuestras obras– luego, también en la oportunidad que abrimos nuestras puertas –a colaboradores de otras instituciones– hasta llegando al *sexto encuentro*, se le ha otorgado un nivel internacional.

En suma, hemos visto madurar tanto la propuesta como la organización, el contenido como las competencias, el sentido interno como el externo; a través de dinámicas y abordajes de atención, cuyas implicancias han vigorizado la formación en la fe. Sin lugar a dudas, todo ello ha significado una gran convergencia de ideales, sueños personales y profesionales que se han convertido en logros gracias a una buena comunicación, coordinación, colaboración, y confianza entre sus miembros.

Finalmente, los invito a todos ustedes –tanto autores como lectores– a **re-crear** con entusiasmo la temática de este libro memoria; a **rescatar** desde nuestra reflexión, acción e investigación los aportes de estas teorías y dinámicas; a **elaborar** sobre esta base nuevas propuestas dentro de la línea del carisma, espiritualidad, características de la educación y tradición pedagógica marianista y, por supuesto, a **concretar** el manifiesto de Lucas 5, 33-39: “*A vino nuevo, odres nuevos*”, lo que en palabras del Beato Guillermo José Chaminade significó: “*A tiempos nuevos, métodos nuevos*”, abriendo paso así a la apertura de nuevos horizontes en la noble tarea de educar.

P. Eduardo Rodríguez, S.M.
Consejero Asistente de Educación
2009-2019



“El espíritu de familia sea lo distintivo de nuestras comunidades, haciendo crecer en ellas rasgos característicos de María, en especial su fe, su humildad, su sencillez y su hospitalidad”.

La llegada de la Compañía de María a nuestro país, data del 01 de marzo de 1939, han transcurrido 80 años de presencia activa y edificante, desde entonces muchos religiosos marianistas han pasado por el Perú haciendo obra y difundiendo el carisma recibido por el Beato Guillermo José Chaminade. Desde sus orígenes la congregación ha demostrado especial interés por la educación, es así que en la actualidad existen cuatro obras marianistas: Santa María Marianistas y María Reina Marianistas en Lima, San Antonio Marianistas en el Callao y San José Obrero Marianista en Trujillo.

La Compañía de María Marianistas del Perú, tiene como una de sus representaciones al Oficio de Educación, en la Oficina Regional de Educación Marianista y a través de ella, exhorta a todos los(as) integrantes de la gran familia educativa a aunar esfuerzos y proyectos para mostrar a la sociedad su propuesta de vida y convivencia en el “espíritu de familia”, teniendo como rasgo propio y distintivo de su oferta educativa: “**educar para la formación en la fe**”. En nosotros, la educación de calidad se identifica con esta característica de nuestra identidad pedagógica.

El Oficio de Educación es uno de los tres oficios que constituyen la estructura organizacional de la Compañía de María – Marianistas. Es la principal autoridad en la conducción de las obras educativas, la elaboración de sus principios axiológicos, y en las orientaciones sobre la implementación de las Características de la Educación Marianista.

Visión:

“Una comunidad educativa marianista que vive los valores espirituales, morales y éticos, dentro de un marco de cultura de calidad; sus miembros son verdaderos precursores del Reino de Dios y constituyen los modelos de vida cristiana y profesional”.

Misión:

“Iluminar y guiar el proceso educativo en todas las obras marianistas, de tal manera que se comprometa, a todos los que participan, a concretizar la Visión deseada con la finalidad de alcanzar el desarrollo personal y de la sociedad peruana, en vista a la construcción de la civilización del amor”.

(Plan estratégico de la Compañía de María - Perú - 2010/2020)

NUESTRAS OBRAS MARIANISTAS



**Colegio
San Antonio
Marianistas**

<http://www.sanantonio.edu.pe/>

Somos una comunidad educativa católica en la provincia constitucional del Callao y pertenecemos a la Compañía de María Marianistas en el Perú.

Nuestra misión es formar en la fe a la niñez y juventud peruana brindando una educación integral y de calidad, desde el Carisma Marianista; educando para el servicio, la justicia y la paz.

Alcanzamos nuestra misión principalmente a través de las siguientes líneas de acción:

- Adaptándonos a los continuos cambios del mundo.
- Preocupándonos por el bienestar de la familia, invitándola a ser un socio estratégico en la formación de nuestros estudiantes.
- Trabajando un currículo diversificado acorde con la realidad de la Región Callao y en coherencia con la pedagogía marianista.



**Colegio
María Reina
Marianistas**

<http://mariareina.edu.pe/web/>

Es una comunidad educativa católica inspirada en el Carisma Marianista. Brinda, a la luz de la espiritualidad y pedagogía marianistas, una educación integral de calidad con un currículo centrado en la persona y con metodologías y recursos innovadores. Al estilo de María, evangeliza para formar personas integrales, éticas y proactivas, que se comprometan con la defensa de la vida, la justicia, la paz y la creación. Y, crea vínculos interpersonales e institucionales que manifiestan el modelo mariano de Iglesia que responde a los nuevos retos de la sociedad.



**Colegio
Santa María
Marianistas**

<http://www.santamaria.edu.pe/>

Somos una institución católica, de varones, que atiende desde 5to. Grado de primaria a V de Secundaria formando personas con proyección evangelizadora y social inspirada en la pedagogía marianista cuyos principios fundamentales son:

- Educar para la formación en la fe.
- Proporcionar una educación de calidad.
- Educar en el espíritu de familia.
- Educar para el servicio, la justicia y la paz.
- Educar para la adaptación y el cambio.



**Colegio
San José Obrero
Marianistas**

<http://www.sanjoseobrero.edu.pe/>

Nace en 1957 como obra de la “Compañía de María Marianistas”, Congregación Religiosa fundada por el Beato Guillermo José Chamade en Francia (1817) y con obras educativas y pastorales distribuidas en todo el mundo.

Como todas las obras marianistas, nuestra razón de ser es la formación de hombres y mujeres fuertes en la fe, con los conocimientos, valores y habilidades que los ayuden a desarrollarse, alcanzar sus metas en la vida y ser constructores de una sociedad mejor, más justa, fraterna y humana.

INTRODUCCIÓN

Estas memorias son el resultado de una iniciativa que surgiera hace once años atrás; celebrar el día del psicólogo con actividades académico-científicas denominadas “Encuentros” que permitieran la actualización de los profesionales psicólogos dedicados al área de la educación.

Con el transcurrir de los años cada Encuentro ha ido cobrando mayor relevancia académica-científica, porque nos ha permitido unificar criterios en torno a determinados temas, asumir nuevas propuestas de trabajo, intercambiar experiencias y materiales de trabajo que han enriquecido nuestra labor; estableciendo el diálogo entre fe y cultura, fe y ciencia acorde con la filosofía y pedagogía Marianista. También nos ha permitido, beneficiar a profesionales psicólogos y educadores de otras instituciones públicas y privadas.

Cada una de las cuatro Obras Marianistas: Colegio Santa María, Colegio María Reina, Colegio San José Obrero y Colegio San Antonio, han ido asumiendo la organización de los Encuentros, con mucha responsabilidad y calidad profesional, poniendo especial cuidado en la selección de los temas a tratar, para que estos, respondan a las necesidades y exigencias del tiempo actual; contando con la participación y colaboración de los psicólogos de todas las obras, lo que permitió la consolidación de nuestro EQUIPO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS quienes llegando al sexto año, decidimos asumir el reto de traspasar fronteras y realizar un Encuentro Internacional con la participación de ponentes de Estados Unidos, México y España y asistentes de Brasil, Chile, Colombia, Ecuador y Argentina.

En este Encuentro Internacional, se presentó el tema “La importancia de los Silencios” del Sistema de Virtudes del Padre Chaminade, que nos hacen volver la mirada hacia nosotros mismos, a nuestras propias fuentes, en una búsqueda sincera y permanente de la verdad, de un equilibrio constructivo y sereno, que permita encontrar el sentido de la vida, del bien y la trascendencia cultivando el autoconocimiento y el dominio de sí mismo.

Consideramos que a la fecha se ha institucionalizado de hecho, la realización de estos Encuentros en nuestras Obras; los mismos que han servido de referente para el actuar de otras instituciones. En tal sentido, este libro Memoria evidencia el trabajo realizado en cada encuentro, visibilizando las temáticas y las metodologías empleadas.

Deseamos expresar nuestro sincero agradecimiento al Oficio Regional de Educación en las autoridades que lo representan y a los directores de cada una de las Obras Marianistas, por la confianza y el apoyo incondicional puesto de manifiesto en la realización de los Encuentros. Del mismo modo agradecer a quienes participaron de los Encuentros pues con su presencia fueron alentando nuestros esfuerzos y dieron realce a cada una de estas actividades científicas.

Equipo de Psicólogos Marianistas del Perú.

CONTENIDO

Prólogo.....	5
Introducción	11

I ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“ESCOLARES MAL...TRATADOS”	17
Escolares mal...tratados.....	20

II ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA ANTE SITUACIONES DE CRISIS EN EL CONTEXTO EDUCATIVO”	27
Intervenciones psicológicas en situaciones de crisis en el ámbito escolar	31
¿Cómo orientar a niños y jóvenes frente a situaciones de crisis?	33
Límites de la intervención psicológica - aspecto legal.....	37

III ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“LA SALUD MENTAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL”	55
Salud emocional en la sociedad actual	59
Violación de derechos o eliminación de valores en la infancia	61
La salud emocional de los niños y adolescentes en la sociedad actual.....	63

IV ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“TERAPIAS DE AVANZADA: NUEVAS FORMAS DE ABORDAJE EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA”	73
Terapias de avanzada: nuevas formas de abordaje en psicología educativa	76

V ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“JUEGOS Y DINÁMICAS PARA DOCENTES”	87
Enfoque psicológico	90

VI ENCUENTRO NACIONAL DE PSICOLOGÍA Y I ENCUENTRO INTERNACIONAL DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“IMPORTANCIA Y PRÁCTICA DE LOS SILENCIOS EN EL QUEHACER EDUCATIVO”	93
El valor de silencio en la pedagogía marianistas: conducir a la persona a su plenitud	101
Los cinco silencios y su efecto sobre el crecimiento personal y las relaciones humanas	104
Enseñanza de los cinco silencios a los estudiantes	109
Importancia de los cinco silencios: perspectiva teológica	112
El silencio del sistema educativo actual, análisis y perspectivas filosóficas	114
Los silencios y los milagros cotidianos; la psicología del cuidado perspectiva psicológica	120

VII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“LOS CINCO SILENCIOS COMO FUENTE DE APRENDIZAJE Y DESARROLLO PERSONAL: VOLUNTAD Y METACOGNICIÓN”	131
Los cinco silencios como fuente de aprendizaje y desarrollo personal (voluntad y meta cognición)	135
Presentación del proyecto sobre los cinco silencio marianistas en el aula	151
El reflejo como práctica de silencio y metacognición	154

VIII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“MEDITAR, PERDONAR Y AMAR... ¿NOS HACE PERSONAS FELICES?”	159
La importancia del perdón en la salud emocional.....	161
La salud emocional en la sociedad actual	178

IX ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANIANISTAS

“NUEVOS ENFOQUES DE ABORDAJE EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA”	183
Toque para la salud y liberación de tensión emocional.....	186
Trabajando con el árbol de la vida y preguntas generativas. Promoviendo diálogos y pertenencia en contextos escolares	194

X ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANIANISTAS

“SALUD EMOCIONAL FRENTE A LAS DEMANDAS ACTUALES”	203
Salud emocional frente a las demandas actuales.....	209

XI ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

“COMO ATENDER LAS NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES DE LOS ESTUDIANTES”	221
Como atender las necesidades educativas especiales de los estudiantes	223



“Ustedes son un impresionante equipo de profesionales y estoy seguro que este proyecto es un instrumento de gracia, bendecido por Dios y guiado por María”

“Son elegidos por Dios para llevar a la realidad este don del Señor, para tanta gente que lo necesita”

Padre Quentin Hakenewerth, S.M.



I ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Surco - 2009

“ESCOLARES MAL... TRATADOS”



**COLEGIO
SANTA MARÍA MARIANISTAS**

Director:

Aresio Viveros de Castro

Psicólogos:

Joaquín Cok

Carmen Mujica

Ana María Vargas

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Director: Carlos Rainusso Yañez



COLEGIO SANTA MARÍA MARIANISTAS
“Hacia una Nueva Cultura Educativa Marianista”



I ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Surco – 2009

“Padre nuestro de la familia marianista”

Te presentamos a la familia marianista con sus debilidades y sus riquezas,
mírala con bondad, es nuestra madre y nuestra familia,
dale tu gracia para que se transforme en lo que aspira a ser.

Que sea una familia en la que se encuentra vida y entusiasmo,
donde cada uno pueda expresar lo que piensa y lo que siente, lo que cree y lo que busca;
una comunidad de libertad.

Que sea una familia donde se escucha antes de hablar,
se acoge antes de juzgar, se perdona sin querer condenar,
donde se anuncia y no tanto se denuncia, una comunidad de misericordia.

Que sea una familia donde el hermano o la hermana más sencillo comprende lo que el
otro le dice, donde los responsables, aunque sean instruidos saben que es mucho lo que
no conocen y donde cada uno se podrá manifestar tal y como es, una comunidad para
aprender sabiduría.

Que sea una comunidad donde el Espíritu Santo podrá se huésped,
ya que todo no estará previsto, regulado y ya decidido,
una comunidad para crecer con creatividad.

Que sea una comunidad donde la audacia por lo nuevo
será más fuerte que la costumbre de hacer siempre lo mismo;
una comunidad que mira al futuro.

Que sea una familia en la que cada uno podrá rezar en su propia lengua,
expresarse en su cultura y reencontrarse con su historia;
una comunidad animada por espíritu de la Encarnación, la Pascua y Pentecostés.

Que sea una familia en la que al verla se dirá: MIRA COMO SE AMAN,
y no tanto: MIRA QUE BIEN ORGANIZADOS ESTÁN;
UNA COMUNIDAD DE VIDA.

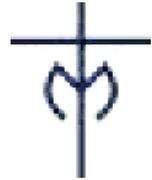
Familia Marianista, eres pequeña, pero creces,
frágil pero llena de esperanzas, tienes dudas, pero crees,
alza los ojos y contempla: JESÚS Y MARÍA ESTAN SIEMPRE CONTIGO

AMÉN

(Padre José María Arnaiz, SM)



COLEGIO SANTA MARÍA MARIANISTAS
“Hacia una Nueva Cultura Educativa Marianista”



I ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Surco – 2009

“ESCOLARES MAL...TRATADOS”

Presentación

En nuestros 70 años hemos querido homenajear a los psicólogos en su semana de celebraciones organizando una jornada académica con destacados ponentes abordando un tema relacionado con un tipo de violencia hacia los escolares.

La jornada centra su interés en el maltrato que reciben algunos estudiantes de parte de sus pares, profesores y familiares y su repercusión en el ámbito escolar.

El propósito de este encuentro es destacar la intervención del Psicólogo en los aspectos de prevención, evaluación y tratamiento psicoeducativo en conjunción con personal docente, administrativo y padres de familia.

Objetivos

Objetivo General

- Premunir a los profesionales psicólogos de los aspectos conceptuales y metodológicos para la intervención oportuna y eficaz en los casos de maltrato en contextos educativos.

Objetivos específicos

- Identificar los aspectos conceptuales del maltrato escolar.
- Identificar el comportamiento de los estudiantes con esta problemática.
- Analizar sus implicancias en el campo legal.
- Brindar estrategias orientación e intervención psicoeducativa a los estudiantes, docentes y padres de familia.
- Prevenir problemas de maltrato en el Colegio-Aula.

ESCOLARES MAL...TRATADOS

El hogar y la escuela son los ámbitos donde la seguridad y el bienestar del niño deberían estar garantizados, sin embargo, los propios familiares, personas que están a su cuidado, docentes y sus propios pares hacen que el maltrato sea un fenómeno muy común en niños y adolescentes especialmente en etapa escolar.

Entendemos por maltrato como cualquier acto por acción u omisión realizado por individuos, por instituciones o por la sociedad que priven al niño o adolescente de su libertad y de sus derechos dificultando así su óptimo desarrollo, ya que generan múltiples problemas en su desarrollo evolutivo y un déficit emocional.

Este fenómeno es más común de lo que muchos piensan, además según diversas informaciones ha proliferado en los últimos tiempos, presentándose muchas formas de abuso y negligencia por lo que cada país ha desarrollado legalmente su propia definición y sanción.

Lo real es que los niños que sufren maltratos y abusos, tendrán efectos graves en su salud psicológica, todo niño abusado va requerir un largo proceso de recuperación, que lamentablemente en la gran mayoría de los casos no se da. Este delito es el menos denunciado ya que en la mayoría de los casos son los propios familiares o personas cercanas a la familia, los agresores.

Dos vertientes teóricas principales son relevantes para dar respuesta a esta problemática: la teoría del apego y la teoría de la coerción derivada del aprendizaje social.

Según la teoría del apego, el niño mediante conductas básicas de supervivencia reclama la proximidad y el contacto con el ser humano del que depende y a partir de sus experiencias de interacción desarrolla un vínculo socio-afectivo o apego y modelos de funcionamiento interno («internal working models») acerca de sí mismo, del otro y de las relaciones. Cuando la madre no es accesible, es insensible a sus demandas, le rechaza o le hace daño físico, el niño desarrolla un apego inseguro con efectos conductuales: menor exploración del ambiente social e inanimado, y cognitivo-emocionales; desarrollo de modelos de funcionamiento interno que afectan a su percepción de los demás como no accesibles y de sí mismo como incapaz de lograr el contacto y la reciprocidad y no ser merecedor de atenciones. Por lo tanto, los efectos se desarrollarán posteriormente en incompetencia social para las relaciones interpersonales del niño y su dificultad para establecer vínculos apropiados. En definitiva, el proceso central del impacto desde la teoría del apego se situaría básicamente en el nivel cognitivo: el modelo de funcionamiento

interno que desarrolla el niño a partir de sus adversas experiencias tempranas con la fuente de alimento y afecto que le permiten la supervivencia afectará a su conducta y su percepción de sí mismo y de los demás, lo que promueve relaciones adversas y sentimientos de poca auto-estima e inseguridad a lo largo de su vida.

La teoría de la coerción de Patterson; desde la teoría del Aprendizaje Social, se focaliza en las pautas de socialización inadecuadas desarrolladas por padres que tienen dificultades graves para manejar los problemas de crianza. Las conductas paternas altamente aversivas y punitivas se van entrenando en el contexto de la interacción y de estos conflictos cotidianos de crianza. Los padres no saben o no pueden hacer valer sus demandas sobre el niño de un modo adecuado y educativo, de manera que, en su proceder errático, ceden cuando el niño se niega de una forma suficientemente fuerte y aversiva. La conducta agresiva y oposicional infantil es funcional en lograr escapar de la demanda materna que le resulta aversiva y el actuar de la madre cediendo también es funcional en escapar de la situación negativa que plantea el niño. Estos son resultados a corto plazo ya que tales procedimientos de refuerzo negativo incrementan las probabilidades en el tiempo de sucesivos episodios de conflicto violento, que frecuentemente desembocan en ataques físicos y verbales.

Las consecuencias en el niño se reflejarán en comportamientos más agresivos, problemas de conducta, y escaso repertorio de conductas y habilidades pro social que, al acceder al medio escolar, le colocan en posición de ser rechazado por los compañeros y no tener así tampoco muchas posibilidades de subsanar sus carencias. Así pues, desde la teoría de la coerción se subraya el papel de los mecanismos de refuerzo negativo que operan en la interacción cotidiana parento-filial, desde una perspectiva de análisis micro social donde los eventos interaccionales se suceden a gran velocidad, en cuestión de segundos, como procesos automatizados y rutinas consolidadas.

Una y otra aproximación, provenientes de lugares teóricos separados representan dos vertientes por las que acceder a la misma cumbre. Las dos aproximaciones convergen en que el niño es afectado por experiencias interaccionales en la matriz relacional. Interacciones que vienen marcadas por una relación que es naturalmente asimétrica y de dependencia entre un niño que se tiene que criar y un adulto que afronta esta tarea mediante las prácticas de socialización. Ambas coinciden también en que si las interacciones son adecuadas los niños desarrollarán una adecuada competencia social que les procurará buenas relaciones con los demás y ulteriores apoyos a su desarrollo.

Estas contribuciones hallan una buena aplicación al problema del maltrato en tanto que éste constituye el extremo manifiesto de prácticas parentales perjudiciales

y dañinas para el niño que lejos de promover su desarrollo lo dificultan. Cuando las experiencias interaccionales son negativas los niños resultarán afectados en el desarrollo de su competencia social.

Vivimos en un mundo en el que predomina la violencia. Y no debería extrañarnos que su dominio se inicie en la familia, pues es ahí donde empieza a manifestarse.

La mayor parte de las agresiones graves a los niños se dan precisamente en el hogar y esto da lugar a que dicho problema del maltrato a los niños se encuentre en personas y circunstancias casi o totalmente fuera de control, este tema se relaciona con el malinterpretado derecho de corrección y de una u otra manera todos debemos hacernos responsables para no seguir incubando en la sociedad ese fenómeno tan desastroso y responsable de diversas anomalías en la misma.

El contexto escolar no es exento a este fenómeno, también allí se suscitan situaciones de maltrato, especialmente en los niveles de preescolar y primaria; la mayoría de las denuncias son por maltrato verbal de parte de las y los educadores hacia las y los niños, con expresiones tales como “eres un flojo”, “no sirves”, “no podrás ser nada en la vida”, “eres un tonto”, y “¿para qué estás estudiando?”, entre muchas otras igual de ofensivas y dañinas para los menores de edad, estas agresiones verbales suelen ir acompañadas de comportamientos tales como arrojar el cuaderno del estudiante al piso o rehusarse a revisar sus tareas y trabajos. Además, hay muchos casos en los que, si el padre o la madre denuncia el caso al no haber una solución definitiva, se expone al estudiante a represalias.

No todos los cambios vertiginosos que se producen en la sociedad atraviesan las paredes de la escuela. En numerosas ocasiones, se tiene la impresión de estar viviendo de espaldas a la realidad en la que estamos insertos. Nos cuesta, desde la escuela, conectar con lo que se está viviendo fuera. El contexto escolar es cada vez más diverso, la realidad multicultural de nuestras sociedades hace que dentro de las escuelas vivamos experiencias muy diferentes. La escuela está soportando, últimamente, una presión importante de los medios de comunicación a los que sólo parece interesarles los problemas y los fallos que tiene esta institución.

En el maltrato entre escolares y otras conductas-problemas para la convivencia lamentablemente, las personalidades más tímidas o con menor apoyo parental son susceptibles de caer en un círculo vicioso en el que no se sienten aceptados por su entorno social. Al sentirse inseguros e inferiores, se convierten en un blanco fácil para los “acosadores”, que pueden hacerles sentir aún peor en un proceso que puede prolongarse durante meses e incluso años, teniendo consecuencias nefastas para su autoestima. Del mismo modo, el profesor no está contando con el apoyo y el reconocimiento a su labor, por parte de la sociedad,

lo que hace menos gratificante su trabajo y paraliza muchas actuaciones innovadoras. Estas cuestiones, como podemos imaginar, pueden dificultar las relaciones entre los distintos protagonistas que interactúan en la escuela y desembocar en una mala convivencia. Hay otros aspectos, inherentes a la propia naturaleza de la escuela, que tampoco contribuyen, precisamente, a la construcción de una buena convivencia. La escuela reúne niños hasta los 16 años en un recinto en el que se ven obligados a convivir con otros niños y otros adultos, en principio desconocidos para ellos. Han de compartir unos espacios y un tiempo en una estructura organizativa diseñada y controlada por adultos.

Tienen que adaptarse, para ello, a un reglamento con medidas disciplinarias que han diseñado otros y deben aceptar, el poder que emana de una autoridad impuesta por el sistema y que ellos no han elegido. Además, han de iniciar juntos un proceso de aprendizaje no exento de problemas: los profesores tienen que enseñar unos contenidos que muchas veces no responde a las necesidades e intereses de los niños; se empeñan en enseñarlos de una manera y los estudiantes quieren aprenderlos de otra; la dinámica organizativa y la distribución de roles que se imponen en este proceso no suele corresponderse con las ideas que sobre ello tienen los estudiantes, etc. No obstante, pese a sus carencias, la escuela sigue siendo la institución social que aglutina a un importante número de niños, adolescentes y jóvenes. Por ello, hay que esforzarse en conseguir que el periodo en el que los niños permanezcan en el centro escolar sea un tiempo de crecimiento, de desarrollo personal y social. Que la escuela se convierta en un lugar por el que “circule la palabra y no los silencios, el diálogo y no la sumisión y el acatamiento, el análisis y la reflexión sobre las acciones impulsivas y las actuaciones violentas.”

Indicios que pueden ayudarte a detectar si un menor está sufriendo abusos.

- **Heridas sin explicación:** Signos visibles de abuso físico pueden incluir quemaduras inexplicables o moretones en forma de objetos. Puedes también recibir explicaciones poco convincentes de las heridas del niño.
- **Cambios en comportamiento:** El abuso puede llevar a muchos cambios en el comportamiento del menor. Niños abusados con regularidad parecen estar asustados, ansiosos, deprimidos, se vuelven introvertidos o más agresivos.
- **Regresar a comportamientos antiguos:** Los niños maltratados pueden mostrar comportamientos utilizados durante años previos, como chuparse el dedo, mojarse en la cama, tener miedo a la oscuridad o a desconocidos.
- **Miedo a ir a la escuela o centro de cuidado:** El niño puede mostrar ansiedad por ir al cuidado, la escuela o ir a sitios junto a la persona que está abusando de él.

- **Cambios en alimentación:** El estrés, miedo y ansiedad por causa del abuso pueden llevar a cambiar el comportamiento alimenticio del niño, lo que podría resultar en la pérdida del apetito o por el contrario ganar peso.
- **Cambios en el sueño:** El niño puede que padezca de pesadillas frecuentes o tenga dificultad para quedarse dormido, y como resultado puede parecer cansado o fatigado en todo momento.
- **Cambios en su desempeño:** Estos niños pueden tener dificultad concentrándose y no poder realizar actividades básicas para su edad.
- **Comportamientos sexuales inapropiados:** Los niños que han sido abusados sexualmente pudieran exhibir un comportamiento sexual avanzado para su edad o utilizar lenguaje sexual inapropiado.

Avanzar en el conocimiento de las secuelas y efectos que produce en el funcionamiento psicológico de un niño la experiencia de ser maltratado, es una tarea urgente para los investigadores. Para ello es importante conocer el fenómeno del maltrato para prevenir su ocurrencia, pero los niños afectados están ya ahí y reclaman que se les ayude a superar sus problemas del modo más eficaz y menos intrusivo posible.

Recomendaciones

A los estudiantes:

- No te quedes callado. El maltrato infantil es un hecho, si estas sufriendo de maltrato infantil o vez a alguien que lo sufre ¡Denúncialo!
- No esperes hasta que el maltrato infantil se vuelva físico, que te griten también es maltrato, denuncia.
- Busca ayuda si te sientes amenazado.

A los docentes:

- Si un niño va en busca de su ayuda, crea en su palabra.
- Investigue la verdad.
- Consulte y apóyese con profesionales.
- Recorra a las autoridades para poder parar la violencia.

A la institución:

- Ayude a que todos los niños se desarrollen en un ambiente sin violencia y crezcan para ser adultos sanos físicas, social y emocionalmente.

- Reforzar el área de psicología, si los niños reciben ayuda especializada a tiempo, pueden romper ese patrón.
- Implementar charlas familiares, si un niño se desarrolla en una familia estable, puede desarrollar adecuadamente todo su potencial, beneficiándose él y a todas las personas que lo rodean.
- Capacitar a los docentes, para que reconozcan los indicios de maltrato y al enfrentarse con ellos, sepan manejar la situación de manera correcta.

Referencias

Patterson, Dishion y Bank, 1986

Ainsworth y Wittig, 1969; Bowlby, 1969

Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa. N° 9 Vol 4 - 2006



II ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2010

“INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA ANTE SITUACIONES DE CRISIS EN EL CONTEXTO EDUCATIVO”



COLEGIO

SAN ANTONIO MARIANISTAS

Director:

Tulio Guevara Poma

Psicólogos:

Lidia Llerena Fernández

Gustavo Luyo Sánchez

Laura Pacheco Herbozo

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Director: Carlos Rainusso Yañez



COLEGIO SAN ANTONIO MARIANISTAS

Lo esencial es lo interior



II ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Callao – 2010

Oración

María, Madre nuestra,
Somos tus hijos y tus misioneros, y nos sentimos llamados por Ti misma
A secundarte con todas nuestras fuerzas
En tu misión a través de la educación.

María, somos tus hijos,
Como el discípulo amado te reconocemos como nuestra Madre,
y deseamos que nos formes a imagen de tu Hijo Jesús,
para que motivados por sus mismos sentimientos
seamos testimonios cada día de su Presencia entre nosotros.

María somos tus misioneros,
Seguimos escuchando con atención tus palabras:
“Hagan lo que Él les diga”,
Y con alegría hacemos presente tu ternura maternal
Con las personas y el ámbito donde concretamos nuestra misión.

María, somos tu familia,
Y nos comprometemos a que este “espíritu” que nos caracteriza
Se encarne en nuestras relaciones y en nuestras planificaciones,
En nuestra estructura institucional y en la toma de decisiones,
Y sostenga con sentido nuestro Proyecto Educativo Pastoral.

**El Padre, el Hijo y el Espíritu Santo,
Sean glorificados en todas partes por la Inmaculada Virgen María**

Amén



COLEGIO SAN ANTONIO MARIANISTAS

Lo esencial es lo interior



II ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2010

“INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA ANTE SITUACIONES DE CRISIS EN EL CONTEXTO EDUCATIVO”

Fundamentación

Dando continuidad a la gran iniciativa forjada el año pasado de realizar los Encuentros de Psicólogos Marianistas con motivo de la celebración del día del Psicólogo, este año corresponde al Colegio San Antonio Marianistas la organización del II Encuentro, para lo cual hemos considerado tocar un tema de vital importancia por su recurrencia, como son las situaciones de crisis.

Cuando un acontecimiento traumático irrumpe en el espacio escolar, como situaciones conflictivas agudas, crisis de angustia, estados de pánico o problemas graves del comportamiento, la repercusión afecta a nivel grupal. Ante esta serie de circunstancias, el guardar y cuidar este medio escolar, se vuelve imprescindible a la hora de poder prevenir futuros problemas psicológicos individuales. Las repercusiones de una crisis en este marco pueden ser claves en el desarrollo afectivo, cognitivo y relacional del niño. Para procurar la prevención de estos problemas se deberían de asegurar intervenciones médico-psicológicas adecuadas por personal cualificado. Otro elemento importante es delimitar hasta donde la labor psicológica puede prosperar sin cruzar los límites del marco legal vigente, el cual debemos conocer. Por tales motivos este segundo encuentro abordara dos temas importantes:

- Intervención psicológica en situación de crisis en el ámbito escolar
- Límites de la intervención psicológica – Aspecto legal.

Para la inauguración de este II Encuentro contaremos con la participación del Decano Regional del Colegio de Psicólogos Dr. Jaime Aliaga Tovar.

Objetivos:

- Conocer las formas de abordaje en situaciones de crisis, en el contexto escolar, para intervenir proporcionando un clima seguro y tranquilo de apoyo y adecuado a las características del incidente.
- Conocer el marco legal vigente en torno a los derechos del niño y adolescente, que es nuestro público objetivo.

INTERVENCIONES PSICOLÓGICAS EN SITUACIONES DE CRISIS EN EL ÁMBITO ESCOLAR

Expositora: Dra. Mina Tong

Resumen

La intervención psicológica en situaciones de crisis en el ámbito escolar se puede observar en tres momentos:

1. **Antes de la situación de crisis (prevención):**

Es fundamental la inserción de la labor del psicólogo en el proyecto educativo del centro y la filosofía humanista y cristiana que inspira su actividad.

Se debe orientar el trabajo psicológico hacia el logro de la conceptualización de las situaciones de crisis como ocasiones para que los alumnos, de acuerdo a su edad y estadio de desarrollo evolutivo, verifiquen, como señala Giussani, la validez de la visión de Dios, del hombre y del mundo que les transmitimos, con una conceptualización de la crisis -en el amplio abanico de situaciones posibles- que les conduzca a la movilización de todos sus recursos en vista al crecimiento personal y el compromiso social.

Hay que destacar la fundamental importancia de la educación emocional en la construcción del propio yo: “No somos así, nos hacemos así”. Esta afirmación se basa en la explicación de la cadena de reacciones neuronales y bioquímicas que se desencadenan y que explican las distintas respuestas que suelen presentarse tales como los procesos de identificación, reconocimiento y expresión del conflicto, manejo del estrés y restablecimiento del equilibrio, etc.

2. **Durante la situación de crisis:**

En primer lugar, se debe identificar y evaluar los síntomas.

Luego, corresponde realizar un diagnóstico y diseño de la actuación a seguir. Es decir, programar la(s) entrevista(s) con la familia, recomendaciones a tutores y/o profesores, al Consejo Escolar o a la Junta Directiva.

En esta etapa y de acuerdo a la edad y características y circunstancias personales, es fundamental apelar siempre a la implicación y compromiso personal responsable en la búsqueda de soluciones.

3. Después de la crisis (seguimiento):

Existen dos riesgos a prevenir:

- La cronificación de los síntomas.
- La “neurosis de renta”.

Cada uno de estos momentos se dirige a todos los estamentos de la comunidad educativa, es decir, alumnos, docentes, padres, autoridad escolar y otras áreas de la comunidad y requiere del trabajo en equipo.

¿CÓMO ORIENTAR A NIÑOS Y JÓVENES FRENTE A SITUACIONES DE CRISIS?

Expositora: Dra. Mary Claux Alfaro

Resumen

Muchas veces en las instituciones educativas y particularmente a los profesores les resulta difícil gestionar las situaciones de crisis que pueden sufrir algunos estudiantes. Por ello se requiere contar con un documento de consenso que oriente y permita a las escuelas tomar decisiones fundamentadas, rápidas, seguras, efectivas y éticas ante una situación de crisis, considerando el antes, durante y después; es decir un protocolo de intervención:

- En situaciones previas de riesgo para identificar estresores potenciales a reducir, estrategias distractoras, procedimientos de intercambio de información con la familia, entre otros.
- En situaciones de crisis, estrategias de contención verbal, ofrecer al estudiante tácticas de autocontención, respiración, elementos conocidos y emocionalmente significativos que lo ayuden a calmarse y, en caso de ser imprescindible, iniciar contención física y un procedimiento de emergencia y llamada a la familia, entre otras propuestas. Es importante tener en cuenta la relación docente – estudiante, donde el maestro debe ser una figura vincular positiva.
- Posterior a la crisis, resulta necesario planificar el reencuentro con el/la estudiante protagonista de la crisis, el regreso a la situación de normalidad, así como trabajar con el grupo de clase sobre la situación vivida.

También es importante recordar que las y los docentes son constructores de esperanza. Sin embargo, para ayudar a los demás: estudiantes, familiares y otros, las y los docentes deben primero cuidar de sí mismos.

Las emociones no surgen solas, sino que vienen acompañadas de un conjunto de ideas que, con frecuencia, refuerzan o suscitan ciertos estados de ánimo y que, por lo mismo, pueden también ayudarnos a modificarlo, generándose cualquiera de estas dos situaciones:

- Círculo vicioso (tendencia a dejar de lado): Creo que no puedo hacer nada para contribuir a mejorar la situación – me siento cansado – no tomo iniciativas – confirmo que no puedo hacer nada – me siento más desanimado.

- Círculo virtuoso (tendencia a construir): Creo que puedo hacer mucho para contribuir a mejorar la situación – me siento con energía – tomo iniciativas – confirmo que puedo ayudar – me siento más animado – tengo más ideas para emprender.

¿Qué debemos hacer con las niñas, niños y adolescentes frente a situaciones de crisis?

En una primera aproximación, debemos:

- Escuchar los sentimientos que tiene la niña o el niño, y no tratar de calmarlos de manera forzada con palabras como “no te preocupes” o “no estés triste”; ayudarlos a que se expresen mediante dibujos, hablando o jugando.
- Responder a sus preguntas con claridad, para que vayan entendiendo y tranquilizándose.
- Mostrar tranquilidad y transmitirles seguridad.
- Tampoco es bueno convertir a la niña o al niño en alguien indefenso y sobreprotegerlo, porque pierde su autonomía y se torna más susceptible.
- Hablar sobre los recuerdos de eventos agradables que distraigan su atención.
- Restablecer cuanto antes las actividades “normales” que los ayuden a reintegrarse poco a poco a la comunidad, sobre todo a la escuela.
- Favorecer actividades deportivas y lúdicas de modo que las y los estudiantes puedan restablecer sus relaciones de pares.

Principios para favorecer la recuperación socioemocional de las y los estudiantes:

- No es adecuado obligar a expresarse, pues el efecto puede ser contraproducente, reviviendo sentimientos de temor, incertidumbre y prejuicios sobre el tema.
- Es posible que las y los estudiantes no se expresen con palabras, sino mediante dibujos o juegos.
- En caso de que niñas y niños produzcan dibujos o historias, es importante cuidarlos y conservarlos puesto que de esta manera comunicamos que estamos conservando y protegiendo sus sentimientos, esfuerzos y emociones.
- Propiciar espacios de diálogo para favorecer la expresión de emociones, pensamientos y recuerdos sin forzar ni saturar.
- Es importante destacar las acciones y gestos positivos evidenciados y sus consecuencias, pues constituyen modelos de respuesta que debemos reforzar.

- En caso de prolongarse las manifestaciones del estudiante solicitar atención profesional externa.

¿Cómo orientar a los padres de familia?

Se brindará orientación de acuerdo a las dificultades que presente el estudiante:

- Si presenta dificultades para dormir, establecer y mantener una hora fija para ir a dormir, acompañarlos un rato cuando van a la cama, dejar una luz tenue prendida, acudir si se despiertan por completo y asustados debido a pesadillas y explicarles que no son realidad, sino algo pasajero.
- Cuando la niña o el niño se apega excesivamente a su madre, padre o persona adulta con quien vive; brindarles calma, permitirles la cercanía física, separarse de a pocos y prepararlos para ello, decirles a dónde van y a qué hora regresarán y asegurarles compañía mientras tanto.
- Si tiene dificultades de control de esfínteres; nunca castigarlos o burlarse de lo sucedido, cambiarles la ropa y generar un ambiente de calma, explicarles que lo que le pasa no es malo, sino accidental, evitar darles mucho líquido en la noche, para ayudarlos a superar la incontinencia, llevarlos al baño antes de dormir, y quizás en el curso de la noche.
- Si el problema sucede en la escuela, enviarles ropa adicional para cambiarse.
- Cuando la niña o el niño tiene dificultades en la escuela no imponer un castigo por las deficiencias académicas, más bien premiar cualquier adelanto o logro que obtenga.
- Establecer una rutina que dé la sensación de normalidad y previsión, establecer un horario fijo para estudiar, para descansar y para entrar y salir de la escuela.
- Cuando tiene conductas regresivas (propias de edades más tempranas de la que tiene) no imponerles castigos, en lugar de ello, buscar distraerlos cambiando de lugar o tema de conversación, evitar prestarles atención de manera obvia cuando muestren esas conductas; más bien observar con cuidado y de forma discreta.
- Recuerda Si las conductas descritas se mantienen, se deberá derivar a la niña o al niño a un especialista

Todo ello requiere la conformación de un equipo multidisciplinar coordinado que permita un enfoque de proximidad ajustado a las necesidades del niño; la comprensión funcional de su conducta; el uso de medidas universales

de intervención de las cuales se beneficien todos los estudiantes y faciliten la inclusión del niño; así como la necesidad de “cuidado” y acompañamiento al tutor. Asimismo, se deben ofrecer estrategias específicas de intervención, de gestión de aula y de grupo.

LÍMITES DE LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA - ASPECTO LEGAL

Expositor: Dr. Julio E. González Montesinos

Presentación

Que, es fin supremo de la Sociedad y del Estado la defensa de la persona humana y el respeto de su dignidad, de conformidad con lo previsto en la Constitución Política vigente;

Que, el Estado Peruano ha asumido el compromiso internacional de proteger a los niños y adolescentes y a las mujeres de cualquier forma de explotación y abusos sexuales; de conformidad con la primera parte del artículo 34° de la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer.

Que, los servidores públicos son responsables civil, penal y administrativamente por el incumplimiento de las leyes en el ejercicio del servicio público, sin perjuicio de las sanciones de carácter disciplinario por las faltas que cometan; conforme lo reseña el artículo 25° del Derecho Legislativo N° 276;

Que, es deber del docente desempeñar la función educativa con dignidad, eficiencia y lealtad a la Constitución y a las leyes y a los fines del Centro Educativo donde trabaja; asimismo tiene el deber de orientar al educando sobre su libertad y de respetar los valores éticos y sociales de la comunidad. Aspectos que están debidamente reseñados en la Ley del Profesorado, 24029, modificado por la Ley N° 25212.

Que, el incremento de denuncias por la presunta comisión del delito de violación de la libertad sexual al interior de centros educativos, perpetrados ya sea por personal docente o servidores del sector educación en el agravio de educandos, ha dado lugar a la promulgación de la ley N° 27911, publicada el 8 de enero de 2003;

Que, la precitada Ley regula las medidas administrativas extraordinarias para el personal docente o administrativo del sector Educación, estableciendo medidas preventivas durante la investigación y/o proceso penal y sanción definitiva cuando se demuestre en la vía judicial la responsabilidad del docente o servidor del sector Educación.

CONSTITUCIÓN POLÍTICA DEL ESTADO

ARTÍCULO 1°.- La defensa de la persona humana y el respeto de su dignidad son el fin supremo de la sociedad y del Estado.

ARTÍCULO 2°.- Toda persona tiene derecho:

1. A la vida, su identidad, a su integridad moral, psíquica y física y a su libre desarrollo y bienestar.
2. A la igualdad ante la Ley. Nadie debe ser discriminado por motivo de origen, raza, sexo, idioma, religión, opinión, condición económica o de cualquier otra índole.

ARTÍCULO 4°.- La comunidad y el Estado protegen especialmente al niño, al adolescente...

ARTÍCULO 13°.- La educación tiene como finalidad el desarrollo integral de la persona humana

ARTÍCULO 24°.- Inc. h) Nadie debe ser víctima de violencia moral, psíquica o física, ni sometido a tortura o a tratos inhumanos o humillaciones.

LEY DEL PROFESORADO 24029 MODIFICADO POR LA LEY 25212

ARTÍCULO 14°.- Son deberes de los profesores:

- a) Desempeñar su función educativa con dignidad y paciencia y lealtad a la Constitución, a las leyes y a los fines del centro educativo donde sirve.
- b) Orientar al educando con respeto de su libertad; y cooperar con sus padres y la dirección del centro Educativo a su formación integral. Evaluar permanentemente este proceso y proponer las acciones correspondientes para asegurar los mejores resultados.
- c) Respetar los valores éticos y sociales de la comunidad y participar en su desarrollo cultural, cívico y patriótico.

REGLAMENTO DE LA LEY DEL PROFESORADO (DECRETO SUPREMO 019-90-ED)

ARTÍCULO 14°.- Los profesores tienen los deberes siguientes:

- a) Cumplir sus funciones con dignidad y eficacia, lealtad a la Constitución a las Leyes de la República y a los fines del centro de trabajo.
- b) Orientar al educando, respetando su libertad en el conocimiento de sus derechos y deberes establecidos por la Constitución, las Leyes vigentes y los convenios internacionales suscritos por el Gobierno Peruano.

- c) Cooperar con los padres en la formación integral del alumno, mediante acciones de orientación, asesoramiento, formación de buenos hábitos, prevención de la drogadicción, práctica de la buena costumbre, ejercicio de la fraternidad, dedicación al estudio, empleo positivo del tiempo; y con la Dirección del Centro de Trabajo en la optimización de las acciones educativas.
- d) Imprimir a la función educativa un sentido crítico y reflexivo.
- g) Respetar los valores éticos de la comunidad y practicar en su desarrollo cultural, cívico, patriótico y democrático.
- i) Abstenerse a realizar en el centro de trabajo actividades político partidarias y las que contravengan los fines y objetivos de la Institución.

LEY GENERAL DE EDUCACIÓN 28044

ARTÍCULO 53°.- El estudiante es el centro del proceso y del sistema educativo. Le corresponde:

- a) Contar con un sistema educativo eficiente, con instituciones y profesores responsables de su aprendizaje y desarrollo integral; recibir un buen trato y adecuada orientación.
- b) Asumir con responsabilidad su proceso de aprendizaje, así como practicar la tolerancia, la solidaridad, el diálogo y la convivencia armónica con sus compañeros, profesores y comunidad.
- e) Los demás derechos y deberes que le otorgan la Ley y los tratados internacionales.

LEY 27741 – POLÍTICA EDUCATIVA EN MATERIA DE DERECHOS HUMANOS

LEY 27733 – NUEVO CÓDIGO DE LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES

ARTÍCULO 16°.- El niño y el adolescente tienen derecho a ser respetados por sus educadores y a cuestionar sus criterios valorativos pudiendo recurrir a instancias superiores si fuera necesario.

ARTÍCULO 18°.- Los directores de los Centros Educativos, comunicaran a la autoridad competente los casos de:

- a) Maltrato físico, psicológico, de acoso, abuso y violencia sexual en agravio de los alumnos.
- e) Desamparo y otros casos que impliquen violación de los derechos del niño y adolescente.
- g) Otros hechos lesivos.

LINEAMIENTOS DE ACCIÓN EN CASO DE MALTRATO FÍSICO Y/O PSICOLÓGICO, HOSTIGAMIENTO SEXUAL Y/O VIOLACIÓN DE LA LIBERTAD SEXUAL DEL ESTUDIANTE DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS APROBADOS POR R.M. N° 405-2007-ED

I. GENERALIDADES

1.1 Finalidad

Establecer procedimientos y orientaciones complementarios para la formulación y atención de denuncias en caso de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual a estudiantes, por parte del personal directivo, jerárquico, docente y administrativo de las instituciones educativas.

1.2 Objetivos

- a) Promover la intervención oportuna e inmediata de las autoridades educativas, ante situaciones de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- b) Promover medidas eficaces para proteger oportunamente al estudiante que es víctima de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- c) Brindar a las instancias de Gestión Educativa descentralizadas y a la comunidad educativa en general, orientaciones para prevenir, detectar, denunciar y sancionar administrativamente, en caso de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual al estudiante.

1.3 Alcances

- Instituciones Educativas.
- Consejos Educativos Municipales.
- Unidades de Gestión Educativa Local.
- Direcciones Regionales de Educación.
- Ministerio de Educación.

1.4 Glosario de Términos

1.4.1 Maltrato.- Es toda conducta que por acción y omisión internacional o no, ocasiona un perjuicio en el desarrollo bio-psico-social del estudiante.

- 1.4.2 Maltrato físico.**- Es toda acción con empleo de la fuerza física directa tales como: puntapiés, puñetes, cachetadas, jalones de pelo, mordeduras y otros, o con algún tipo de objeto, arma o sustancia que puede causar, lesiones externas, internas o ambas, heridas o hematomas.
- 1.4.3 Maltrato psicológico.**- Es toda acción y omisión que daña la autoestima, el honor, la dignidad, la identidad o el desarrollo emocional del estudiante, tales como: insultos constantes, humillación, negligencia, no reconocer aciertos, chantaje, destrucción de objetos apreciados, ridiculizar, rechazar, amenazar, explotar, comparar, entre otros.
- 1.4.4 Hostigamiento sexual.**- Llamado también chantaje sexual, consiste en la conducta física o verbal reiterada de naturaleza sexual no deseada y/o rechazada, realizada por una o más personas que se aprovechan de una posición de autoridad o jerarquía o cualquier otra situación ventajosa, en contra de estudiante afectando su dignidad así como sus derechos fundamentales.
- 1.4.5 Conductas de hostigamiento sexual.**- El hostigamiento sexual de conformidad con lo establecido en el Artículo 15° del D.S. N°10-2003-MINDES puede manifestarse por medio de las siguientes conductas:
- a) Promesas explícita o implícita de un trato preferente o beneficioso respecto a su situación actual o futura a cambio de favores sexuales.
 - b) Amenazas mediante las cuales se exige una conducta no deseada que atente o agrave la dignidad de la presunta víctima, o ejercer actitudes de presión o intimidatorias con la finalidad de recibir atenciones o favores de naturaleza sexual o para reunirse o salir con la estudiante agraviada.
 - c) Uso de términos de naturaleza o connotación sexual escritos, o verbales, insinuaciones sexuales, proposiciones sexuales, gestos obscenos que resulten, insoportables, hostiles, humillantes u ofensivos para la víctima, tales como escritos con mensajes de contenido sexual, exposiciones indecentes con contenido sexual y ofensivo, bromas obscenas, preguntas, chistes o piropos de contenido sexual, conversaciones con términos con corte sexual, miradas lascivas reiteradas con contenido sexual, llamadas telefónicas de contenido sexual, proposiciones reiteradas con citas con el estudiante que ha rechazado tales propuestas, comentarios de contenido sexual o de la vida sexual del estu-

dian­te agraviado, mostrar reiteradamente dibujos, grafitis, fotos, revistas y calendarios con contenido sexual.

- d) Acercamientos corporales, roces, tocamientos y otras conductas físicas de naturaleza sexual que resulten ofensivas para la víctima tales como rozar, recostarse y arrinconar, besar, abrazar, pellizcar, palmear, obstruir intencionalmente el paso, entre otras conductas de similar naturaleza.
- e) Trato ofensivo u hostil por el rechazo de las conductas antes señaladas.

1.4.6 Delitos de violación de la libertad sexual.- Entiéndase a aquellos delitos señalados en el Código Penal como: violación sexual, actos contra el pudor, seducción, proxenetismo, exhibicionismo y publicaciones obscenas, pornografía infantil, usuario cliente y turismo sexual.

1.4.7 Violación sexual de menor de edad.- El que tiene acceso carnal por vía vaginal, anal o bucal o realiza otros actos análogos introduciendo objetos o partes del cuerpo por alguna de las dos primeras vías, con un menor de edad.

1.4.8 Actos contra el pudor en menores.- Son los que realiza la persona sin tener acceso carnal con la víctima, a través de tocamiento indebidos en sus partes íntimas o actos libidinosos contrarios al pudor del estudiante u obliga a este efectuar sobre sí mismo o terceros, tocamientos indebidos en sus partes íntimas o actos libidinosos contrarios al pudor.

1.4.9 Exhibiciones y publicaciones obscenas.- El que en lugar público, realiza exhibiciones, gestos, tocamientos u otra conducta de índole obscena.

1.4.10 Pornografía infantil.- El que posee, promueve, fabrica, distribuye, exhibe, ofrece, comercializa o publica, importa o exporta por cualquier medio incluido el internet, objetos, libros, escritos, imágenes visuales o auditivas, o realiza espectáculos en vivo de carácter pornográfico a menores de 18 años.

1.4.11 Comunidad educativa.- Está conformada por estudiantes, padres de familia, profesores, directivos, administrativos, ex alumnos y miembros de la comunidad local.

1.5 Principios

Las autoridades educativas, bajo responsabilidad actuarán ante el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, teniendo como principales rectores los siguientes:

- a) **El interés superior del niño y adolescente.**- Principio que obliga a considerar en todo momento, en primer lugar, los derechos e intereses del niño, niña y adolescente.
- b) **Reserva, confidencialidad y derecho a la privacidad.**- Se mantendrá en reserva y privacidad la identidad del estudiante víctima de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual. Las autoridades educativas están prohibidas en el ejercicio de sus funciones, exponer para su publicidad a medios de comunicación, la identidad o imagen del estudiante afectado por cualquiera de los hechos arriba precitados.
- c) **Protección integral de la víctima.**- Implica velar por la asistencia integral y protección del estudiante, víctima de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- d) **Integridad personal.**- Toda persona tiene derecho a la integridad física, psíquica y moral. Quien denuncie un hecho de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual no debe ser sujeto de presión de parte de la comunidad educativa.
- e) **Celeridad.**- Toda intervención se impulsará de inmediato, de modo que el procedimiento tenga la máxima prontitud, siendo responsable la autoridad educativa de la instancia correspondiente en la que se encuentre el proceso, de cualquier demora por su inactividad.

II. ACCIONES DE PREVENCIÓN

- 2.1 El director de la institución educativa, bajo responsabilidad desarrollará acciones de prevención frente al maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual del estudiante. Para el efecto podrá coordinar con el Comité de Tutoría, Convivencia y Disciplina Escolar, la Defensa escolar de Niño y del Adolescente, u otro tipo de organización. Entre las acciones de prevención a nivel de Institución Educativa se considera:
 - a) Informar y capacitar a la comunidad educativa, sobre estrategias e indicaciones que deben aplicarse para la detección de casos de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
 - b) Promover y desarrollar a través del servicio de tutoría y de las áreas curriculares pertinentes, el desarrollo de capacidades de los estudiantes para el auto cuidado, la identificación de riesgos y el manejo de estrategias de afronte y búsqueda de ayuda frente a estas situaciones.

- c) Promover, desarrollar e impulsar en la Institución Educativa, con la participación de la comunidad educativa, campañas de sensibilización, difusión, mecanismos permanentes de prevención y protección para evitar maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- d) Orientar e informar a toda la comunidad educativa, sobre los derechos del niño y adolescente, la importancia del buen trato, educación sexual, paternidad responsable, prevención y protección frente a maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- e) Coordinar e impulsar alianzas estratégicas en materia de prevención y vigilancia social a favor del estudiante, con instituciones y organizaciones locales, tales como los Gobiernos Locales, la Defensoría Municipal del Niño y del Adolescente (DEMUNA), Centros de Emergencia Mujer, Centros de Salud, Comisarías, Comités Vecinales y Parroquias.

2.2 La Unidad de Gestión Educativa Local y Dirección Regional de Educación en el ámbito de su jurisdicción, son responsables de:

- a) Promover y ejecutar campañas de prevención con el apoyo del Gobierno Regional, Gobiernos Locales, Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social, Defensoría del Pueblo, Ministerio de Salud, Instituciones Públicas y Privadas y organismos nacionales e internacionales.
- b) Identificar necesidades de capacitación del personal docente y administrativo sobre la temática de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual y desarrollar programas de capacitación con apoyo del Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social, Ministerio de Salud, Instituciones Públicas y Privadas y organismos nacionales e internacionales.
- c) Difundir las normas y procedimientos a ser aplicados por las Instituciones Educativas, ante situaciones de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.

2.3 El Ministerio de Educación a través de la Dirección de Tutoría y Orientación Educativa y los órganos pertinentes, es responsable de:

- a) Normar y orientar, políticas y estrategias de prevención en el marco de la Política Educativa Nacional.
- b) Coordinar con los demás sectores del Gobierno Nacional y los Gobiernos Regionales, acciones conjuntas para la prevención.

- c) Suscribir convenios y acuerdos intersectoriales, con el Sector Salud, Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social, la Policía Nacional del Perú, Defensoría del Pueblo, Gobiernos Locales, Organizaciones no Gubernamentales relacionados con la protección del menor y la Cooperación Internacional, para articular iniciativas de prevención y asistencia médica, psicológica, social y legal a los estudiantes y la comunidad educativa en general.

III. ACCIONES DE ASISTENCIA Y PROTECCIÓN

3.1 El Director de la Institución Educativa bajo responsabilidad, en coordinación con el Comité de Tutoría, Convivencia y Disciplina Escolar, desarrollara las medidas de asistencia y protección víctimas de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, que a continuación se indica:

- a) Coordinar con el Centro de Salud de su jurisdicción, las instituciones y/o personal especializado, para la asistencia integral de salud a la víctima, la misma de ser posible deberá hacerse extensiva a los familiares y a los integrantes de la comunidad educativa que apoyan en la denuncia.
- b) Coordinar con la Comisaría o Ministerio Público de su sector para la interposición de la denuncia, así como las acciones de protección policial a la víctima, en los casos que sea necesario.
- c) Coordinar con el Centro de Emergencia Mujer, para brindar el apoyo legal y social.
- d) Informar inmediatamente, dentro de las 24 horas de haber conocido el hecho, a la Dirección de la Unidad de Gestión Educativa Local o la Dirección Regional de Educación, sobre el personal directivo, jerárquico, docente y administrativo, que ha sido denunciado por maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, para que tomen las medidas preventivas.
- e) Disponer como medida de protección al menor, que el presunto responsable de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, no continúe a cargo de la víctima.
- f) Atender en cualquier época del año, la solicitud de los padres de familia o tutores que piden traslado de matrícula para el estudiante afectado, a otra institución educativa, brindando la colaboración y facilidades pertinentes.

- 3.2 La Dirección de la UGEL y DRE, en su respectiva jurisdicción priorizará la atención de estudiantes víctimas de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, estableciendo:
- a) Diseño y ejecución de políticas compensatorias de acción positiva y estrategias que posibiliten a los estudiantes víctimas de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, el aprovechamiento efectivo de la oferta educativa regular, con acciones específicas de matrícula, permanencia, y evaluación de los aprendizajes, y culminación de los estudios.
 - b) Acciones intersectoriales prioritariamente con el Ministerio de Salud, Ministerio de la Mujer y Desarrollo Social. Ministerio Público, Ministerio de Justicia, Ministerio del Interior y otras instituciones de la sociedad civil para el desarrollo y ejecución de políticas de asistencia y protección.
- 3.3 El Ministerio de Educación, a través de la Dirección de Tutoría y Orientación Educativa y sus respectivos órganos, es responsable de:
- a) Coadyuvar para que las Instancias de Gestión Educativa Descentralizada, cumplan con las acciones de asistencia y protección a estudiantes víctimas de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y violación de la libertad sexual.
 - b) Establecer lineamientos normativos para fortalecer las acciones de asistencia y protección a estudiantes víctimas de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
 - c) Promover acciones intersectoriales, alianzas estratégicas y convenios con instituciones públicas y privadas, nacionales e internacionales, responsables de brindar asistencia y protección a las personas víctimas de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.

IV. DE LA DENUNCIA

4.1 Capacidad para efectuar denuncia

El padre, la madre, tutor, estudiante, personal directivo, jerárquico, docente y administrativo de la Institución Educativa, así como cualquier ciudadano, individual o colectivamente organizado, que tenga conocimiento de un hecho de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual al estudiante, informará o denunciará, el hecho en cualquiera de las siguientes instancias: la Dirección de la Institución

Educativa, Consejo Educativo Municipal-CEM, la Comisión de Atención de Denuncias y Reclamos – CADER o el que haga sus veces, Dirección de la Unidad de Gestión Educativa Local o Dirección Regional de Educación correspondiente. La denuncia podrá presentarse por escrito o verbalmente.

En caso que el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual sea informado por el estudiante, la persona que toma conocimiento del hecho, está obligada en el acto, a denunciar ante la autoridad educativa correspondiente, que levantará el Acta en que se dejará constancia del hecho denunciado.

4.2 Contenido de la denuncia

La denuncia debe consignar en lo posible la información siguiente:

- a) Nombres y apellidos completos de la víctima, domicilio y número telefónico.
- b) Nombres y apellidos y cualquier otro dato que concurra a la identificación del presunto autor.
- c) Exposición de los hechos con indicación de la persona o personas involucradas, lugares y fechas en que se han cometido el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- d) Información, datos y pruebas que contribuyan a demostrar el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, así como la individualización de los involucrados o los testigos.
- e) Lugar, fecha, nombres apellidos, firma y/o huella digital del denunciante, en caso de ser mayor de edad.

V. PROCESO DE INVESTIGACIÓN

5.1 Recepción y calificación de la denuncia o información

5.1.1 El Director de la Institución Educativa o autoridad educativa competente que recibe la denuncia o información sobre un caso de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, inmediatamente dictará medidas de protección para el estudiante agraviado, comunicará el hecho a sus padres e informará a la Comisión de Denuncias y Reclamos – CADER o el que haga sus veces dentro del plazo máximo de 24 horas de conocido el acto.

5.1.2 El Director de la Institución Educativa, en caso de violación de la liber-

tad sexual al estudiante, bajo responsabilidad, informará de inmediato a la Unidad de Gestión Educativa Local, a la Comisaría de la localidad y al Ministerio Público (Fiscalía) para los fines correspondientes.

5.2 De la Investigación

- 5.2.1 La Dirección de la Unidad de Gestión Educativa Local o Dirección Regional de Educación, a través de la Comisión de Atención de Denuncias y Reclamos CADER o la que haga sus veces, recibida la denuncia o información sobre el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, efectuará en el día la calificación de la misma, confirmará y/o adoptará medidas de protección para la víctima, determinará al personal responsable de la investigación y comunicará al denunciado los cargos imputados, otorgándole tres días hábiles para que presente sus descargos.
- 5.2.2 En el proceso de investigación se reunirá los medios probatorios así como todos los indicios que coadyuven a determinar la comisión del maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, teniendo como pruebas:
- Declaración de la víctima y de testigos
 - Grabaciones, fotografías, mensajes de textos telefónicos, declaración de testigos, documentos públicos o privados, correos electrónicos, cintas de grabación, pericias psicológicas, psiquiátricas, forenses, grafo-técnicas, análisis biológicos, químicos u otros medios y objetos relacionados al maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- 5.2.3 La Comisión de Atención de Denuncias y Reclamos o la que haga sus veces, tendrá a su cargo el proceso de investigación, que será sumario y se efectuará teniendo en cuenta lo siguiente.
- a) El personal del CADER, responsable de la investigación, o el que haga sus veces, se apersonará a la Institución Educativa y realizará una verificación “insitu”. Acto seguido entrevistará al Director, al presunto responsable, a la víctima en presencia de sus padres o tutor, a los testigos, recabará toda clase de información o evidencia relacionada directa o indirectamente con el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
 - b) En base a los hechos descritos, información o antecedentes

recabados sobre el tipo de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, elaborará un Acta de Verificación que contendrá:

- Síntesis de la situación encontrada
- Identificación del presunto agresor: nombres y apellidos
- Nombres y apellidos del(a) estudiante agraviado
- Resumen de los hechos con indicación del lugar, fecha y circunstancias.
- El Acta será suscrita por el Director de la Institución Educativa y/o persona que se encuentre en la Institución Educativa.

c) La entrevista que se realice con el objeto de recabar la información sobre un hecho de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, se caracterizará por el recojo objetivo y ordenado de los datos del hecho ocurrido y se llevará a cabo con la mayor discreción posible, en un lugar adecuado y visible de la Institución Educativa y teniendo en cuenta lo siguiente:

- La entrevista al estudiante no es un acto terapéutico y no implica una confrontación o careo con su agresor.
- Durante la entrevista no se emitirán juicios a priori sobre el hecho comunicado por el estudiante.
- En concordancia con el principio de reserva, confidencialidad y derecho a la privacidad y con la finalidad de evitar la re-victimización del agraviado(a), se guardará estricta reserva sobre su identidad, así como la de los informantes.
- Se ofrecerá y brindará al estudiante agraviado, el apoyo correspondiente, asegurándole que no sufrirá represalia alguna a partir de ese momento.

d) El quejado o presunto agresor, formulará y presentará su descargo en el plazo máximo de tres días útiles, adjuntando las pruebas que considere pertinente.

e) Si el Director es el presunto responsable del maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad

sexual, la autoridad educativa inmediata superior, dispondrá las acciones administrativas correspondientes.

- f) En caso que el presunto autor del maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual o violación de la libertad sexual, sea un integrante del CONEI, producida la denuncia o el conocimiento del hecho, será automáticamente suspendido en el ejercicio de sus funciones en el CONEI, mientras dure el proceso de investigación pertinente.
- g) La Comisión de Atención de Denuncias y Reclamos CADER o la que haga sus veces, realizará la investigación y emitirá el informe correspondiente en el plazo máximo de cinco días útiles de recibida la denuncia. El Jefe del CADER o el que haga sus veces podrá dictar medidas de protección a la víctima.
- h) El Informe sobre el caso de maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual al estudiante tendrá la siguiente estructura:
 - Antecedentes: Breve enunciado de la denuncia o información sobre el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
 - Análisis y conclusiones: Hechos e indicios recabados. En esta parte se precisará si el acto denunciado ha sido acreditado o si existen indicios razonables de su comisión por el denunciado.
 - Recomendaciones. En este rubro se sugiere al Director de la Unidad de Gestión Educativa Local o Dirección Regional de Educación, las medidas que debe adoptarse como resultado de la investigación, para encaminar la aplicación de sanciones y/o superar los hechos denunciados.

Si como resultado del proceso de investigación se evidencian indicios razonables de:

- Comisión de delito y/o responsabilidad civil, se recomendará formalizar la denuncia ante el Ministerio Público.
- Comisión de faltas administrativas pasibles de sanción, se recomendará la remisión de lo actuado a la Comisión de Procesos Administrativos correspondiente.

- Comisión de faltas leves. Se recomendará la aplicación de sanciones señaladas en la Ley N° 24029 Ley del Profesorado o el D. L. N° 276 Ley de la Carrera Administrativa, sus modificatorias y sus respectivos Reglamentos.
 - Inexistencia de delitos y faltas, se recomendará su archivo
- 5.2.4 En caso de violación de la libertad sexual o cuando el hecho configura delito, el Director de la Unidad de Gestión Educativa Local o de la Dirección Regional de Educación, en el día y bajo responsabilidad remitirá lo actuado al Ministerio Público (Fiscalía que corresponda), con las evidencias que se hubiera recogido, para lo fines de Ley.

VI. DEL PROCESO ADMINISTRATIVO DISCIPLINARIO

- 6.1 El Director de la Unidad de Gestión Educativa Local o Dirección Regional de Educación, dentro del plazo máximo de 24 horas de recibido el informe sobre el maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, lo remitirá a la Comisión Permanente de Proceso Administrativo Disciplinario o Comisión Permanente de Procesos Administrativos, según se trate de personal docente o administrativo, en ambos casos, en adelante se indicará sólo “Comisión de Procesos”. si la recomendación fuese en ese sentido.
- 6.2 El proceso administrativo o proceso administrativo disciplinario, será sumario y se efectuará conforme a los dispositivos legales sobre la materia y teniendo en cuenta lo siguiente:
- 6.2.1 La Comisión de Procesos, dentro de las 24 horas de recibido el Informe de Investigación, efectuado por el CADER o la que haga sus veces, se pronunciará e informará al Director de la Unidad de Gestión Educativa Local o Dirección Regional de Educación, sobre la procedencia o no de la instauración del proceso.
- 6.2.2 El pronunciamiento de la Comisión de Procesos, junto con el respectivo proyecto de Resolución, será elevado al Director de la UGEL o DRE, para su promulgación dentro de las 24 horas de recibido el informe. Emitida la Resolución ésta será notificada al denunciado dentro de las 24 horas de emitida, bajo responsabilidad.
- 6.2.3 La Comisión de Procesos, bajo responsabilidad efectuará las investigaciones correspondientes, examinará las pruebas y descargos presentados, adoptará acuerdos y formulará las recomendaciones de caso de conformidad con las normas legales pertinentes.

- 6.2.4 El Informe Final de la Comisión de Procesos, con el respectivo proyecto de Resolución, será remitido al Director de la UGEL o DRE quien la suscribirá y la notificará al interesado(s) el mismo día.

VII. FALTAS Y SANCIONES

7.1 Faltas

El personal directivo, jerárquico, docente y administrativos que cometa maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, incurre en falta administrativa por el incumplimiento de normas legales que regulan sus deberes, obligaciones y prohibiciones, en el ejercicio de sus funciones, sin perjuicio de la responsabilidad civil y/o penal que le corresponda.

7.2 Sanciones

7.2.1 El personal directivo, jerárquico, docente y administrativo de las instituciones Educativas que comete maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual, será sancionado de conformidad con la Ley N° 27942 y lo establecido en la Ley N° 24029 Ley del Profesorado, su Reglamento o el Decreto Legislativo N° 276 Ley de Bases de la Carrera Administrativa y de Remuneraciones del Sector Público, sus modificatorias y sus Reglamentos, según se trate del personal docente o administrativo, independiente de la responsabilidad penal por la comisión del delito de violación de la libertad sexual, en los casos que corresponda.

7.2.2 De conformidad a lo establecido en la Ley N° 27911, el Director de la Unidad de Gestión Educativa Local o de la Dirección Regional de Educación según corresponda, una vez que ha tomado conocimiento mediante copia certificada, de la sentencia condenatoria por la comisión del delito de violación sexual en agravio del estudiante, procederá automáticamente a emitir la respectiva Resolución de destitución o separación definitiva del servicio. La sanción de destitución o separación del servicio se aplicará aún en aquellos casos que el juez disponga la suspensión de la ejecución de la pena o la reserva del fallo condenatorio. En la misma resolución de destitución o separación definitiva del servicio se precisará que el sancionado no podrá reingresar al servicio público a nivel nacional.

VIII. DEL REGISTRO DE PERSONAL SANCIONADO

8.1 La Unidad de Personal del Ministerio de Educación de conformidad con el

Artículo 9º del D. S. N° 005-2003-ED, tiene a su cargo el Registro Nacional de personal magisterial y servidores públicos del Sector Educación, sancionados por delito contra la libertad sexual en agravio de los educandos.

- 8.2 Las Direcciones Regionales de Educación y Unidades de Gestión Educativa Local, bajo responsabilidad informarán a la Unidad de Personal del Ministerio de Educación, la sanción de destitución o separación definitiva del servicio del personal magisterial o de los servidores públicos, que han cometido delito de violación de la libertad sexual, para su inscripción en el Registro Nacional correspondiente.
- 8.3 Las Direcciones Regionales de Educación y Unidades de Gestión Educativa Local, a su vez, establecerán el Registro de personal docente o administrativo de su jurisdicción, sancionado por maltrato físico y/o psicológico, hostigamiento sexual y/o violación de la libertad sexual.
- 8.4 El Director de la Institución Educativa Pública bajo responsabilidad establecerá y tendrá a su cargo el Registro del personal docente y administrativo de la Institución Educativa que tiene denuncias, quejas, llamadas de atención, amonestaciones, u otras sanciones en el ejercicio de sus funciones.

IX. ROTACIÓN DE PERSONAL

La Dirección Regional de Educación o Unidad de Gestión Educativa Local, en los casos que sea necesario, efectuará de oficio la rotación por necesidad del servicio, del personal directivo, jerárquico, docente y administrativo, que ha cometido maltrato físico, psicológico físico y/o psicológico, u hostigamiento sexual a estudiantes, independiente de la sanción administrativa que le corresponda.

Conclusiones del encuentro

- La intervención en crisis debe ser adaptada a las características del incidente, su contexto, trascendencia social y datos sistémicos.
- La violencia y el carácter colectivo del factor traumático son los principales elementos de determinan la decisión de intervenir.
- Habría que abstenerse si la intervención plantea demasiados movimientos contradictorios o la seguridad de los estudiantes no está garantizada.
- Para que este tipo de intervención sea eficiente, ha de formar parte de un trabajo multidisciplinar con otros recursos como el uso de los medios internos de la escuela, las familias, el centro médico-psicológico o consultas apropiadas.

- Reunión informativa para concluir la intervención: Informar padres de alumnos de la intervención. Facilitar el acceso a consultas posteriores y derivaciones si es necesario.
- El psicólogo debe conocer básicamente, los alcances del marco legal de la Constitución Política, Ley del Profesorado, Política Educativa en Materia de Derechos Humanos, Código del Niño y el Adolescente que se encuentra vigente para evitar incurrir en acciones que lo comprometan por no ser de su incumbencia.

Referencias

- Vila G. Aide d'urgence au soutien psychologique dans une classe lorsqu'un événement grave intervient. Journal de Pédiatrie et de Puériculture 08/2003; 10(8).
- Romano H. Enfants et adolescents
- Constitución Política del Estado
- Ley General de Educación 28044
- Ley del Profesorado 24029 modificado por la ley 25212
- Ley 27741 – Política Educativa en Materia de Derechos Humanos
- Ley 27733 – Nuevo Código de los Niños y Adolescentes
- Ley 27741 – Política Educativa en Materia de Derechos Humanos
- Ley 27733 – Nuevo Código de los Niños y Adolescentes



III ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

San Isidro – 2011

“LA SALUD MENTAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL”



**COLEGIO
MARÍA REINA MARIANISTAS**

Director:

Marcos Rázuri Pérez

Psicólogos:

Judith Casafranca

María Eugenia Orihuela

Nathalie Ortiz

Celia Verástegui

Consuelo Ruiz

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



Colegio María Reina Marianistas
"Conocer, amar y seguir a Guillermo José Chaminade"



III ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS San Isidro – 2011

Oración comunitaria

Señor, haz de mi un instrumento de vida nueva.
Que allí donde haya incertidumbre,
inspire confianza y presente valores perennes;
donde haya superficialidad,
suscite compromiso con la realidad y la vida;
donde haya indiferencia y relativismo,
manifieste la pasión por la verdad;
frente al individualismo,
muestre la grandeza de la fraternidad;
frente al pensamiento pragmático,
tenga el coraje de lanzar la mirada hacia la trascendencia;
frente a la desvalorización del hombre,
manifieste con mi vida la prioridad del ser;
frente a la falta de sentido, presente a Cristo y el Reino como
plenitud de sentido.

¡Oh Maestro!

Que no me deje arrastrar por el pensamiento débil,
Sino con gozo busque la verdad;
Que no me atrape la indiferencia,
Sino que asuma los mismos sentimientos de Cristo Jesús.
Pues dando, se recibe;
Olvidando, se encuentra;
Perdonando, se es perdonado
Y muriendo se resucita a la vida eterna.

Amén.



Colegio María Reina Marianistas
"Conocer, amar y seguir a Guillermo José Chaminade"



III ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS San Isidro – 2011

“LA SALUD MENTAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL”

Fundamentación

Nuestra sociedad vive actualmente bajo presiones e influencias que vienen afectando la salud emocional de sus miembros.

Diversos determinantes individuales, familiares y sociales interactúan y afectan a las personas en la búsqueda de su equilibrio y armonía.

Los determinantes individuales están conformados por los factores biogénéticos, los recursos psicológicos y los condicionantes del entorno.

Los determinantes sociales son los valores sociales, los factores económicos, culturales, las redes sociales, los recursos ambientales y el ambiente socio-político. Finalmente los determinantes familiares son la educación y los estilos de crianza.

Los niños y los adolescentes pueden presentar dificultades a nivel emocional y conductual, el estrés, desmotivación antes sus responsabilidades, trastornos psicoafectivos como ansiedad y depresión, conductas de riesgo, consumo de sustancias psicoactivas etc., situaciones que repercuten desfavorablemente en sus etapas de desarrollo.

Por diversos motivos ni la población ni las autoridades toman real conciencia de la importancia de la salud mental.

Como educadores podemos apreciar la crisis que viven las familias, la distorsión de los roles familiares, de los valores que repercuten en la salud emocional de las personas. Ante ello no podemos quedar indiferentes y se hace necesario tomar conciencia que debemos afrontar estas problemáticas que pueden ser encauzadas y enfrentadas fortaleciendo los roles familiares, brindando protección, afecto y seguridad a los niños y adolescentes, contando con políticas públicas claras que aseguren un buen acceso a la educación y a la salud., así como poner énfasis en la prevención y detección primaria.

Objetivos:

1. Sensibilizar a las autoridades sanitarias, educativas y políticas sobre la importancia del cuidado de la salud mental en la población peruana.
2. Promover en la población conductas preventivas de situaciones de riesgo que afecten la salud mental de los niños y adolescentes.
3. Difundir las listas de chequeos de indicadores de riesgo que afectan la salud emocional de las personas.

Expositores

Los profesionales especialistas en el tema fueron:

- María Edith Baca, psicóloga consultora de la OPS (Organización Panamericana de la Salud).
- Dr. Guery Donadio Caro, médico psicoanalista.
- Dr. Germán Guajardo

Mesas de trabajo

Se trabajó durante una jornada de 5 horas en la que primero se escucharon 3 ponencias y luego se procedió al trabajo práctico de elaboración y difusión de diversos documentos.

Finalmente, se elaboró la Ficha de Factores de Riesgo de Salud Emocional de las Personas que fue revisado en varias oportunidades y difundido entre los participantes.

Se contó con la participación de los psicólogos de las obras marianistas y de psicólogos y educadores invitados de diversas instituciones educativas.

SALUD EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL

Expositora: María Edith Baca

Resumen

¿Dónde empieza la salud emocional?

Indudablemente se inicia desde la gestación, sosteniéndose en el tipo de vínculo que establece la pareja; la materia prima es el afecto que sirve de alimento tanto al cuerpo como al psiquismo.

A mayor riqueza afectiva mayor salud emocional, para ello un elemento importante es la comunicación, sin comunicación no hay afecto sin afecto no hay vínculo saludable.

El escenario claro es la familia, con lo que ella tenga como grupo social que traduce, trasmite, transforma y perpetua la cultura; por lo tanto dentro de ella se debe construir la autoestima de sus miembros trabajando el fortalecimiento de la identidad, es decir el sentimiento y conocimiento de quien soy, cuanto valgo y a donde voy.

Construyendo la salud emocional de manera temprana

Primer paso: reconocimiento del cuerpo, conocimiento y sentimiento de diferenciación y pertenencia.

Segundo paso:

- El destete, donde el individuo empieza a diferenciarse de su madre.
- El tipo de vínculo:
 - *Endogámico:* Lazos emocionales primarios, relación de afecto con los más cercanos de la familia, vínculo primario que marca como van a ser más adelante sus vínculos secundarios.
 - *Exogámico:* Se forma a partir de los 7 años fuera del núcleo familiar y contribuye en el proceso de diferenciación y la construcción de la identidad. Nos dan indicadores de salud mental y cohesión de grupo.

En el adolescente el mecanismo para la diferenciación es la oposición a todo.

Socialización y modelo de crianza: son modelos fundamentales que durante los cinco primeros años de vida les permite aprender y fijar actitudes.

Normas: las normas ordenan, estructuran, establecen límites para la conducta individual y colectiva.

¿Cómo ejercer el cumplimiento de las normas?

Muchas veces se confunde impartir normas con el maltrato, el cumplir las normas pasa por establecer un clima de respeto, ejemplo y firmeza; mediante la diada Afecto-Comunicación.

Solo así se promueve la identidad, se fortalece la autoestima generándose vínculos saludables y la cohesión social.

La Salud Emocional en la Sociedad solo puede estar garantizada en la medida que cada individuo logra tener:

Autonomía – Ejercicio de derecho y ciudadanía - Cohesion social.

VIOLACIÓN DE DERECHOS O ELIMINACIÓN DE VALORES EN LA INFANCIA

Expositor: Germán Guajardo Méndez

Resumen

La publicidad puede ser una excelente herramienta de persuasión, competencia y/o información por lo que su regulación debe estar enmarcada en la ética y la promoción de comportamientos responsables, sobre todo, si el público objetivo son los niños y niñas de nuestro país.

Durante 17 años, la normativa sobre publicidad comercial consideraba reglas que protegían a los menores de edad, tal es el caso del artículo 10 y sus cinco acápites del Decreto Legislativo 691 (Normas de la Publicidad en Defensa del Consumidor) que protegía a los menores de edad de los comportamientos indebidos en publicidad.

Tal es así, que estaba prohibido afirmar que los productos anunciados estaban al alcance de cualquier presupuesto familiar, prohibían la inducción a error sobre las características de los productos, obligaban a los anunciantes a respetar la ingenuidad e inexperiencia de los niños y niñas y protegía expresamente el valor de la lealtad, también restringían las insinuaciones de sentimientos de inferioridad en la niñez y adolescencia que no alcanzaba a consumir este producto y la protegían de exponerla en situaciones o lugares inseguros o inadecuados. Así mismo, se eliminó el artículo 11 del mismo cuerpo legal que regulaba la participación de menores de edad en publicidad teniendo en cuenta su edad en relación a los contenidos de producto o servicio.

Desde junio de 2008 estas normas de protección a nuestra niñez y adolescencia fueron derogadas por el Decreto Legislativo 1044, exponiéndola a diferentes situaciones que van desde el riesgo de que un niño considere que está bien alimentado al consumir una golosina en el desayuno o una niña que precise una determinada marca de muñeca para sentirse socialmente aceptada o un niño amenazando para conseguir un objetivo, promoviendo los antivalores.

Recién con fecha 2 de setiembre de 2010 se promulga el Código de Protección y Defensa del Consumidor, mediante la Ley 29571, en cuyo artículo 16, referida a la publicidad dirigida a los menores de edad.

Es evidente que durante el periodo comprendido entre junio de 2008 y 2 de setiembre de 2010 es decir durante más de dos años, nuestros niños, niñas y

adolescentes han estado desprotegidos por nuestro ordenamiento legal de regulación alguna sobre su participación como actores o destinatarios de la publicidad.

Si bien es cierto que con la dación del Código de Protección y Defensa del Consumidor se han recogido en parte derechos y valores a tomar en cuenta cuando se involucra a menores de edad como destinatarios de la publicidad o como actores en ella, han quedado sin regular algunos aspectos que contemplaba el Decreto legislativo 691.

Entre los aspectos no contemplados por el vigente Código de Protección y Defensa del Consumidor se encuentra

1. En la norma dejada sin efecto se contemplaba que ningún anuncio deberá afirmar que el producto anunciado está en forma fácil e inmediata al alcance de cualquier presupuesto familiar.

Al respecto, debemos señalar que ahora los anunciantes pueden promover que sus productos se encuentran al alcance de todos los presupuestos induciendo a error al usuario o consumidor en este caso los niños niñas y adolescentes, generando sentimientos de frustración y hasta de violencia.

2. Así mismo, se omite el hecho de que “No deben presentar a menores en situaciones o lugares inseguros o inadecuados”.

Sobre este punto, debemos señalar que ahora nuestros niños y adolescentes quedan expuestos a ser presentados o exhibidos en lugares donde de acuerdo a su edad no deberían estar vinculados.

3. El artículo 11 del mismo cuerpo legal que regulaba la participación de menores de edad en publicidad teniendo en cuenta su edad en relación a los contenidos de producto o servicio.

Esta omisión expone a que nuestros adolescentes varones y mujeres, sean utilizados cada vez a edades más tempranas en publicidad con altos contenidos de sensualidad.

Entonces la publicidad puede ser también un buen mecanismo para proteger a nuestra niñez y adolescencia por lo que es necesario que nuestras autoridades como congresistas, el MIMDES, el INDECOPI, la defensoría del pueblo y la sociedad civil evalúen la problemática y se de una rápida solución a esta omisión que perjudica la protección de los derechos de las niñas, niños y adolescentes peruanos.

LA SALUD EMOCIONAL DE LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES EN LA SOCIEDAD ACTUAL

Expositor: Eduardo F. Rodríguez, SM.

Resumen

La Familia Escuela para la vida: Los padres con su actitud y su manera de educar darán forma a ese futuro de los hijos. Se suele decir que los niños de hoy en día lo tienen todo... pero la educación no está completa si descuidan el equilibrio emocional, que es donde más desorientados suelen estar los padres y donde más niños suelen tener problemas. No preocuparse que haya poco espacio y poca energía para dedicarlo a la educación de los hijos, y que éstos se acostumbren a crecer solos.

Todo es necesario pero no importante: Otro factor que incide en el crecimiento de los hijos: llenar las expectativas de los padres: ser competentes y exitosos. Mientras un hijo no logre estar contento consigo mismo y sienta que los demás también lo están, será infeliz, por muchas cosas que tenga o consiga. Para conseguir un buen equilibrio emocional es necesario tener un ambiente más favorecedor. Que los padres sean más conscientes de sí mismos y de la relación que tienen con sus hijos.

Funciones esenciales: Ayudarles a crecer: Es importante dar la nutrición necesaria y conseguir que acepten y cumplan ciertas normas, que se traduce en una buena base de afecto y valoración hacia su persona y darles seguridad en sí mismos y guiar el crecimiento hacia una buena dirección, para que su conducta llegue a estar bien adaptada. Hay que conseguir un buen equilibrio entre estados de fuerzas y así evitar que se vuelvan exigentes y manipuladores o en una falta de confianza hacia los demás o hacia sí mismo.

Fortalecer su autoestima: Para alcanzar un mayor equilibrio emocional, lo básico es lograr una buena autoestima, en la construcción de esta autoimagen participan, los padres. Evitar centrar su atención en los fallos de sus hijos. Hay que tener mayor fe en el hijo él y a ver sus cualidades por encima de sus defectos y se consigue responder con una conducta más satisfactoria.

Hablarle claramente: Comunicarles directamente y con claridad lo que ocurre, hará que se sientan con la libertad de expresar sus comentarios y hacer preguntas. Emitir mensajes contradictorios provoca una confusión y mala interpretación.

Fijar límites: Es necesario que los hijos sepan cuándo se comportan mal y cuándo no. Para esto hay que fijar límites claros y se mantenerse firmes en su posición. Es importante ambos padres lleguen a acuerdos antes de establecer estos límites. La coherencia y claridad a este nivel aporta estabilidad y no se sentirá dividido sin saber a quién obedecer. La actitud rígida se los lleva a la rebelión o la sumisión. Mantener el orden en la familia también significa que el niño sepa cuál es su lugar. Así no se pierde autoridad. Es esencial que el niño no se encuentre en medio de las luchas de la pareja, o tomando partido por uno de los bandos.

Entenderlos y buscar la cercanía: La conexión entre padres e hijos son las semejanzas que los unen. Buscando esta afinidad l pueden entender y acercarse a sus hijos, intentando imaginarse cómo se pueden sentir o recordando cómo se sentían ellos ante situaciones parecidas. Lo mejor para los hijos es vivir en un ambiente en que se permitan manifestar lo que sienten. También enseñar a manejar de manera constructiva las emocióne y lo mejor es educar con el ejemplo.

Encaminarlos al manejo de sí mismos: Hacer las cosas por el hijo, no ayuda, pues hacerles fácil el camino no los educa para vencer los obstáculos por sí mismos. Respetar el espacio del otro, es muy importante que sepan que pueden conseguir las cosas por sí solos para ganar seguridad en sí mismos. El sentirse aceptado tal como es y sin condiciones permite que un hijo experimente la seguridad de tener un lugar en el mundo.

Factores de riesgo de la salud emocional de las personas

TRASTORNO PSICOLÓGICO	FACTORES DE RIESGO	INDICADORES OBSERVABLES
Suicidio	<p>Rupturas o quiebres afectivos y/o económicos (disolución familiar, despido laboral, pérdida de amigos, fracaso del noviazgo)</p> <p>Incomunicación o indiferencia familiar.</p> <p>Decepción y culpa ante la imposibilidad de satisfacer las expectativas paternas.</p> <p>Enfermedades mentales sin atención o mal atendidas.</p> <p>Sociopatías: estafadores, delincuentes, homicidas.</p> <p>Marginación social y aislamiento elegido o forzado.</p> <p>Enfermedades terminales (tales como: cáncer o SIDA, entre otras).</p> <p>Amenazas masivas a la dignidad personal: abuso sexual, maltrato físico, verbal o psicológico, privación de la libertad.</p> <p>Estar expuesto a situaciones de violencia familiar y abuso sexual.</p> <p>Antecedentes de suicidio en familiares, amigos y/o compañeros.</p> <p>Afición a las armas.</p> <p>Incapacidad de adaptación a nuevos estilos de vida.</p>	<p>Insomnio crónico no resuelto.</p> <p>Cambios abruptos del ánimo en personas débiles o inseguras.</p> <p>Deseo fantasioso de castigar o manipular a los seres queridos.</p> <p>Adicciones: al juego compulsivo de apuestas, al alcohol, etc., sobre todo en cuadros de abstinencia.</p> <p>Consumo de drogas legales e ilegales.</p> <p>Apatía y desánimo.</p> <p>Insomnio. Terrores nocturnos.</p> <p>Golpearse la cabeza, rascarse compulsivamente hasta lastimarse o cortarse.</p> <p>Actitudes desafiantes y negación del peligro. Exposición permanente a situaciones de riesgo para la vida propia y ajena.</p> <p>Accidentes domésticos reiterados: quemarse, golpearse, fracturarse, ingerir lejía o medicamentos del hogar.</p> <p>Dificultades en la comunicación, tendencia al aislamiento, escasas relaciones interpersonales.</p> <p>Ideas fatalistas, fantasías o intentos previos.</p> <p>Considerar al suicidio como un acto heroico.</p> <p>Fracaso escolar o académico.</p> <p>Baja autoestima.</p> <p>Agitación extrema.</p> <p>No ven otra cosa que la muerte como salida (“Visión en túnel”)</p>

TRASTORNO PSICOLÓGICO	FACTORES DE RIESGO	INDICADORES OBSERVABLES
Trastornos de ansiedad	<p>Aumento del nivel de exigencia externa.</p> <p>La competitividad.</p> <p>Divorcio de los padres o padres separados con nueva pareja.</p> <p>Familias con elevado nivel de aspiración respecto a los hijos y nivel socioeconómico alto.</p> <p>Actitud educativa permisiva de los padres.</p> <p>Agresividad y violencia en la familia y en el medio social</p> <p>Antecedentes de trastorno de ansiedad y/o depresión</p> <p>Alcoholismo.</p> <p>Excesivo tiempo invertido en nuevas tecnologías como Internet, programas de TV, videos juegos.</p>	<p>Egoísmo, indiferencia.</p> <p>La sensación de incertidumbre.</p> <p>Temor a la crítica de sus compañeros.</p> <p>Inhibición conductual y social como características temperamentales.</p> <p>Egocentrismo.</p> <p>Llanto, berrinches.</p> <p>Comportamiento de evitación.</p> <p><u>Síntomas Físicos</u> como:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inquietud o impaciencia - Fatigabilidad - Dificultad para concentrarse o tener la mente en blanco - Irritabilidad - Tensión muscular - Alteraciones del sueño (dificultad para conciliar o mantener el sueño, o sensación al despertarse de sueño no reparador)
Trastornos alimenticios	<p>Género femenino.</p> <p>Pubertad temprana en las mujeres.</p> <p>Cultura occidental.</p> <p>Poseer tendencia al padecimiento de trastornos de personalidad y conductas impulsivas / compulsivas.</p> <p>Baja autoestima.</p> <p>Perfeccionismo y autocrítica.</p> <p>Tener tendencias depresivas o a sufrir trastornos de ansiedad.</p> <p>Sobreprotección materna</p>	<p>Sufrir previamente un problema de obesidad (ha sido objeto de burlas por parte de amigos de su misma edad o adultos)</p> <p>Se descalifica permanentemente sin aceptarse.</p> <p>Elección de una afición o carrera que conceda gran importancia al peso.</p> <p>Presencia de amenorrea</p> <p>Miedo intenso a ganar peso</p> <p>Ejercicio físico excesivo</p> <p>Uso de laxantes y/o diuréticos</p>

TRASTORNO PSICOLÓGICO	FACTORES DE RIESGO	INDICADORES OBSERVABLES
Abandono o negligencia física/cognitiva/emocional	<p>Nutrición inadecuada Retraso del desarrollo Problemas físicos y necesidades médicas no atendidas. Ausencia de seguridad en el hogar Falta de supervisión y vigilancia de un adulto. Ausencia de estimulación suficiente a las demandas y necesidades del niño(a) Rechazo y/o retraso de atención psicológica Madre: depresión, enfermedad mental, toxicomanía, trastornos infantiles. Padre ausente o “de paso”</p>	<p>Hemoglobina baja Problemas de sueño Trastornos alimenticios Baja autoestima Hiperactividad Mirada triste Apatía y desánimo Falta de afecto Dependencia Desatención en el cuidado personal y a las necesidades que requiera Inasistencias injustificadas y repetidas al colegio Pide plata o hurta El niño o joven comenta que lo dejan solo o está al cuidado de otro menor. Se crea un personaje, un nombre, una reputación, “un falso yo”. Crea historias justificando su situación real.</p>
Maltrato Infantil	<p>Familia Disfuncional Violencia Hacinamiento</p>	<p>Humillación pública Comparación con otros niños Ridiculización Críticas y castigos Colocar al niño en situaciones claramente peligrosas Aislamiento Violencia doméstica extrema y crónica Sobreprotección extrema.</p>
Trastorno de conducta	<p>Maltrato y/o abuso infantil o juvenil Pobreza y violencia.</p>	<p>Consumo de drogas durante el embarazo Ausencia de sentimiento de culpa Mentiras, robos, peleas. Amenazar y hacerles daño a otros Destrucción de la propiedad privada Baja autoestima enmascarada con valentía Historia de suspensión escolar frecuente Padres indiferentes.</p>

TRASTORNO PSICOLÓGICO	FACTORES DE RIESGO	INDICADORES OBSERVABLES
Adicciones	<p>Carga genética</p> <p>Falta de cohesión familiar</p> <p>Presencia de trastornos mentales previos.</p> <p>Actitudes favorables hacia las drogas.</p> <p>Confusión en el sistema de valores</p> <p>Modelos inadecuados</p> <p>Familias disfuncionales (ausencia de uno o ambos padres)</p> <p>Baja autoestima</p> <p>Pocas habilidades sociales</p> <p>Elevada búsqueda de sensaciones</p> <p>Falta de conformidad con las normas sociales.</p> <p>Escasa tolerancia a la frustración</p> <p>Elevada necesidad de aprobación social y falta de autonomía frente al grupo.</p> <p>Dificultad para manejar el estrés</p>	<p>Uso de sustancias psicoactivas en edades tempranas (niñez - adolescencia)</p> <p>Presencia de abuso físico, psicológico o sexual.</p> <p>Aceptación del consumo por parte de los padres</p> <p>Presión social por parte de los compañeros o amigos.</p> <p>Disminución en el rendimiento académico.</p> <p>Irritabilidad, actitudes defensivas.</p> <p>Cambios repentinos de estado de ánimo.</p> <p>Cambio de grupo de amigos</p> <p>Alejamiento de la familia.</p> <p>Falta de motivación.</p> <p>Alteraciones en el apetito.</p> <p>Cambios en los hábitos de higiene.</p>
Delincuencia	<p>Baja cohesión familiar.</p> <p>Padres con enfermedad mental.</p> <p>Estilos parentales coercitivos, permisivos o ambivalentes.</p> <p>Comportamiento violento.</p> <p>Vivir en condición de pobreza.</p> <p>Marginación social.</p>	<p>Bajo coeficiente intelectual (delincuencia común).</p> <p>Pobre capacidad de resolución de conflictos.</p> <p>Hiperactividad.</p> <p>Temperamento difícil en la infancia (rabietas, rebeldía).</p> <p>Pertenencia a grupos de pares en actividades riesgosas.</p> <p>Daño a la propiedad privada.</p> <p>Fuga del hogar</p>

TRASTORNO PSICOLÓGICO	FACTORES DE RIESGO	INDICADORES OBSERVABLES
Violencia	<p>Historial de rabietas o explosiones incontrolables de coraje</p> <p>Comportamiento reiteradamente violento en el pasado</p> <p>Historial de haber sido víctima de abusadores</p> <p>Uso y abuso de alcohol o drogas por familiares</p> <p>Haber intentado suicidio en el pasado</p> <p>Depresiones frecuentes o cambios de humor significativos</p> <p>Tendencia a culpar a los demás por sus problemas personales</p> <p>Experiencia reciente de humillación, pérdida o rechazo</p> <p>Pobres relaciones con los compañeros, marginación del grupo, pocas o ninguna amistad cercana</p> <p>Participación en cultos o pandillas</p> <p>Demasiado tiempo no estructurado</p> <p>Privación económica extrema/ pobreza extrema</p> <p>Acceso a pistolas u otras armas</p> <p>Historial de destrucción de propiedad o vandalismo</p> <p>Historial de violencia en la familia</p> <p>Historial de posesión o uso de armas en la familia</p> <p>Conflicto familiar</p> <p>Castigos severos o inconsistentes</p> <p>Ausencia de expectativas claras o normas claras de comportamiento por parte de la familia</p> <p>Falta de supervisión o apoyo de los padres u otros adultos</p>	<p>Haber llevado un arma a la escuela.</p> <p>Aislamiento social.</p> <p>Hiperactividad</p> <p>Ausencias repetidas a clase sin excusa por evasión escolar.</p> <p>Peleas o mal comportamiento en el salón de clase</p> <p>Manifestaciones de coraje, ira, cólera o frustración en trabajo escolar</p> <p>Fracaso académico</p> <p>Recurrir reiteradamente a insultos o lenguaje ofensivo</p> <p>Comportamiento abusivo hacia sus compañeros o hacia los más jóvenes</p> <p>Patrón de amenazas violentas cuando tiene coraje, ira, cólera o frustración.</p> <p>Crueldad hacia los animales</p> <p>Demasiado interés en armas o explosivos</p>

TRASTORNO PSICOLÓGICO	FACTORES DE RIESGO	INDICADORES OBSERVABLES
Abuso Sexual	<p>Género femenino, menores de edad y/o niños con deficiencias intelectuales, sensoriales, físicas, etc.</p> <p>Mala relación padre-hijo y/o entre los padres</p> <p>Falta de un progenitor protector</p> <p>Familias con bajos niveles de comunicación</p> <p>Ausencia de expresiones afectivas en la familia</p> <p>Presencia en la familia de un varón sin parentesco biológico</p> <p>Sufrir condiciones de hacinamiento y/o desamparo</p>	<p>En ocasiones el niño manifiesta a un adulto, progenitor u otro adulto de confianza, que ha tenido experiencias incómodas (tocamiento de genitales).</p> <p>A veces las revelaciones son vagas (<i>mi tío besa demasiado fuerte</i>). Otras veces el niño lo expresa de una manera indirecta por carecer del vocabulario adecuado (<i>jugamos al juego de los abrazos</i>).</p> <p>Los niños tienen miedo a revelarlo por las amenazas que ha recibido (<i>si se lo dices a tu madre te pegaré un puñetazo</i>), o le ha convencido para que no lo diga (<i>si lo dices sabes qué pensarán que eres un mentiroso</i>). Algunos niños mayores se dan cuenta del trastorno que origina dicha revelación y se retractan, ya que se sienten responsables de mantener la familia unida, de forma que se sacrifican por la estabilidad familiar, aunque van a seguir siendo víctimas.</p> <p>Cambios inespecíficos en el comportamiento como miedos excesivos, fobias, temor a dormir sólo, terrores nocturnos, comportamiento agresivo, fugas, tendencia suicida.</p> <p>Otras manifestaciones inespecíficas, como anorexia, dolores abdominales, enuresis, encopresis, e incluso inflamaciones, molestias o leves lesiones en el área genital.</p> <p>Manifestar una curiosidad sexual exagerada, una masturbación compulsiva o un conocimiento inapropiado del comportamiento sexual del adulto.</p>
Depresión	<p>Antecedentes familiares</p> <p>Historia familiar de enfermedad mental</p> <p>Trastornos físicos o mentales crónicos</p> <p>Cambios estresantes en la vida</p> <p>Poco apoyo social</p> <p>Baja autoestima, perfeccionismo</p> <p>Género femenino.</p>	<p>Disminución en la capacidad de sentir placer.</p> <p>Tristeza, estado de ánimo nostálgico</p> <p>Trastorno del sueño y del apetito</p> <p>Sentimiento de insuficiencia y minusvalía</p> <p>Ansiedad</p> <p>Quejas somáticas</p> <p>Disminución del interés por el sexo</p> <p>Fatiga o pérdida de energía</p> <p>Dificultad para tomar decisiones</p> <p>Visión pesimista del futuro</p> <p>Autodegradación, pensamientos o impulsos suicidas</p>

TRASTORNO PSICOLÓGICO	FACTORES DE RIESGO	INDICADORES OBSERVABLES
Trastorno Bipolar	Antecedentes familiares Labilidad emocional. Cambios abruptos de humor que van desde manía hasta depresión	Episodios anímicos intensos. Las emociones son fuertes Alteración del sueño Tener problemas para concentrarse Olvidarse mucho las cosas Mas hablador de lo habitual o verborreico. Su pensamiento acelerado le produce fuga de ideas. Implicación excesiva en actividades placenteras que pueden producir consecuencias graves Episodios elevados de energía, cognición y del estado de ánimo Presentan episodios de manía Sentirse muy “deprimidos” o tristes Sentirse preocupados y vacíos Perder el interés en actividades divertidas y volverse menos activos Sentirse cansados o sin energía Pensar en la muerte o el suicidio
Stress	Factores físicos	Síntomas fisiológicos como Aumento del ritmo cardíaco. Aumento del ritmo respiratorio Aumento de la presión sanguínea Jaquecas o migrañas Malestares digestivos como gastritis, úlceras; Problemas de la piel, alergias, Cansancio. Insomnio.
	Factores psicológicos	Síntomas psicológicos como Ansiedad. Irritabilidad. Depresión. Fatiga mental. Baja tolerancia a la frustración.



IV ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Trujillo - 2012

“TERAPIAS DE AVANZADA: NUEVAS FORMAS DE ABORDAJE EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA”



COLEGIO

SAN JOSÉ OBRERO MARIANISTAS

Director:

Jaime León

Psicólogos:

Silvia Avila

Henry Santa Cruz

Mónica Casana

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



COLEGIO
SAN JOSÉ OBRERO MARIANISTAS



IV ENCUENTRO DE PSICOLOGOS MARIANISTAS Trujillo - 2012

Acto de Consagración a la Virgen María

Salve, llena de gracia, tu perfecta apertura
a la palabra de Dios mereció
que Él tomara carne de tu carne
y se abriera así la vía a la salvación del mundo.

En el mismo acto por el que llegaste a ser madre de Dios,
fuiste constituida madre universal nuestra.

Henos aquí, fraternalmente unidos,
dispuestos a renovar la alianza por la que
te nos has dado como madre y nos hemos dado a ti como hijos,
según la voluntad del Padre.

Forma a tu Hijo en nuestros corazones,
y haz así de nosotros perfectos colaboradores
en tu tarea de darle al mundo cada día.

Reúne a la humanidad en torno a tu Hijo,
que es su Paz, su Verdad,
para que los hombres, al reconocerte madre,
reciban de ti al que es la Vida
y se descubran hermanos.

AMEN

(Mons. Óscar Alzamora, SM)



COLEGIO
SAN JOSÉ OBRERO MARIANISTAS



IV ENCUENTRO DE PSICOLOGOS MARIANISTAS

Trujillo - 2012

“TERAPIAS DE AVANZADA: NUEVAS FORMAS DE ABORDAJE EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA”

Fundamentación

Atender las necesidades de nuestros estudiantes y comunidad educativa en general se hace cada día más complejo y en esta complejidad surgen las terapias postmodernas, con nuevas formas de abordajes y un amplio abanico de posibilidades terapéuticas más rápidas y efectivas. Este año en la cálida y acogedora ciudad de Trujillo desarrollaremos el IV Encuentro de Psicólogos Marianistas denominado “Terapias de avanzada: Nuevas formas de abordaje en psicología educativa”; estas prácticas sirven no solo para resolver problemas emocionales y mentales, sino para prevenir problemas en el futuro, fortaleciendo la capacidad resiliente de la persona.

La dinámica del Encuentro se dará en la alternancia de la exposición de una técnica y el taller aplicativo de la misma.

TERAPIAS DE AVANZADA: NUEVAS FORMAS DE ABORDAJE EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Expositor: Mg. Nicolás Valle Palomino.

Es un enfoque holístico que tiene como objetivo fundamental que las personas recuperen y mantengan el bienestar y la salud. Esto a través de un adecuado equilibrio en la energía del cuerpo que muchas veces se ve alterada por diversos factores que pueden ser emocionales, físicos o psicológicos. Para ello se tiene una vasta gama de protocolos desde la kinesiología Aplicada, Psicología, Acupuntura, Quiropraxia y Nutrición.

Recientemente se han desarrollado nuevos enfoques, no por todos conocidos, si bien debiera ser la obligación de todo profesional estar al día.

Son técnicas de alta eficacia, que producen rápidos y duraderos resultados terapéuticos, a menudo en muy corto tiempo. En promedio se necesitan entre una a tres horas de tratamiento, o sesiones terapéuticas, para lograr bajar apreciablemente la perturbación subjetiva, así como los síntomas objetivos de un estrés postraumático.

Estas técnicas no se basan solamente en los conocimientos de las ideas sino en la neurofisiología existente en el momento de pensar en esos contenidos. Con un diferente abordaje obtenemos un cambio en la respuesta neurofisiológica y, como resultado, se obtiene un cambio en el contenido de los pensamientos y de las emociones, así como de su importancia relativa para el sujeto, lo que conlleva a cambios en la conducta.

Podemos afirmar que estos son tratamientos con nuevos paradigmas basados en recientes descubrimientos con respecto a las funciones cerebrales.

En la práctica cotidiana, durante los tratamientos y para monitorear los progresos de su aplicación, nos basamos en la evaluación subjetiva de la situación por el paciente, antes y después del mismo. Para esto aplicamos una escala de medición llamada SUD o Unida Subjetiva de Distrés que mide de 0 a 10 la perturbación que el sujeto tiene frente al tema a tratar, donde 0 es la ausencia total de perturbación y 10 es la mayor perturbación imaginada. Esta escala permite ir evaluando la respuesta al tratamiento que se va produciendo. La finalización del mismo se produce cuando la perturbación llega a 0.

Modelos de funcionamientos:

Dos modelos sustentan estos abordajes terapéuticos:

1. Las Técnicas de Integración Cerebral se explican por el modelo de integración hemisférica, que postularía que las emociones negativas producirían un desequilibrio en la sincronía de ambos hemisferios cerebrales, con una marcada lateralización derecha. O alternativamente sería la aparición de una asincronía la generadora de la persistencia de emociones disfuncionales. (¿Es el huevo o la gallina?).

Al corregir la lateralidad hemisférica derecha logramos corregir la perturbación en forma veloz y duradera. (Ver Cap. 2)

En todas las Terapias de Avanzada los cambios, en la simetría hemisférica como respuesta a los tratamientos son objetivables a través de un mapeo cerebral computarizado.

2. Las Técnicas basadas en la Energía, se explican por el modelo energético, que sostiene que un desequilibrio de los sistemas energéticos del cuerpo, representados por los meridianos de la acupuntura china, y producido por cualquier motivo emocional o físico, es el causante de los síntomas perturbadores. Actuando sobre este sistema energético de meridianos se vuelve a reequilibrar el sistema con el consiguiente retorno del estado de bienestar.

En base a estos modelos de funcionamiento podemos dividir entonces a las Terapias de Avanzada en estos tres grupos:

GRUPO 1: Técnicas Basadas en la Integración de los Hemisferios

1. EMDR:

El método conocido como EMDR, sigla en inglés que significa Desensibilización y Reprocesamiento por el Movimiento Ocular, (Eye Movements Desensitization and Reprocessing) consiste en la estimulación sensorial bilateral, en forma alternada, por medio de movimientos oculares, sonidos o golpeteo en la palma de las manos u otras partes del cuerpo, mientras el sujeto focaliza su atención en la situación problema.

Este estímulo provoca, cuando se efectúa “según arte”, (lo que queremos dejar sentado que no es sencillo por cierto, si bien puede parecerlo a los ojos de un observador poco informado), un intercambio de información entre ambos hemisferios cerebrales a través del cuerpo caloso.

Esta información adaptativa y realista, que por el bloqueo producido por el trauma no estaba al alcance de la persona lleva a la resolución del cuadro tratado, como resultado se produce la desensibilización de las emociones negativas e inadecuadas y una reestructuración cognitiva, que permite al individuo encontrar nuevas soluciones, funcionales y realistas, resolviendo por lo tanto la patología preexistente.

Es un método de elección para el estrés postraumático, fobias y trastornos de ansiedad, como son también todas las Terapias de Avanzada.

EMDR fue creado por la Dra. Francine Shapiro, PhD., psicóloga del Mental Research Institute, de Palo Alto, California, en 1987. La Dra. Shapiro tuvo una observación genial: se dio cuenta azarosamente que al tener pensamientos perturbadores y angustiantes se incrementaban los movimientos oculares en forma espontánea, como ocurre en los períodos REM del sueño.

Investigando luego con el proceso inverso, comprobó que al hacer pensar a una persona en un recuerdo desagradable y hacerle mover los ojos en forma forzada, el recuerdo se atenuaba y cedía en intensidad esto es: se desensibilizaba. Se producía la desaparición del malestar que anteriormente provocaba, lográndose además una lectura diferente, más positiva: una reestructuración cognitiva.

Lo que se obtiene con el EMDR así como con las otras Técnicas de Integración Cerebral, es poner en marcha un sistema de auto curación y de reprocesamiento de la información, propio del sistema nervioso central. En suma se trata de un aprendizaje.

2. **TIC©: Técnicas de Integración Cerebral©**

Son dos nuevos métodos terapéuticos que posibilitan la integración de las diferencias de percepción que existen con frecuencia acerca de un hecho cuando es observado con uno u otro hemisferio cerebral. Entre ambos hay diferencias notables en creencias, emociones, sensaciones corporales y en los niveles de perturbación, producidos en el problema a tratar.

a. **Técnica de los Anteojos Hemisféricos©:**

Consiste en unos anteojos especiales, que permiten entrar la luz con un ángulo de incidencia tal de manera que impresione sobre la parte nasal de la retina del hemisferio opuesto al que se quiere activar, lo que permite estimular separadamente los dos hemisferios cerebrales, de modo que el sujeto puede “ver” dos puntos de vista propios y diferentes respecto a un mismo problema, ambos reales.

b. **Técnica de Un Ojo por Vez©:**

El método de “1 Ojo por Vez”, desarrollado en 2000, por los canadienses Audrey Cook, PhD., y Richard Bradshaw, PhD., consiste en observar el problema a resolver con un solo ojo alternadamente (se tapa el otro), activando también los hemisferios cerebrales por separado. Se pueden buscar dos cosas:

- i. El “shock” o incredulidad acerca de lo sucedido, habitual en situaciones altamente traumáticas. Su resolución es la única manera de poner en marcha la desensibilización del trauma. A menudo se observa que con uno de los hemisferios la persona “cree” lo que le ha pasado, pero con el otro “no lo puede creer”. Es decir lo sabe con el cerebro, pero lo niega con el corazón. Su discurso está plagado de “¡no lo puedo creer!” “¡es imposible!”, “me voy a despertar y habrá sido un sueño”.

Mientras esta incredulidad persista, no importa cuánto tiempo haya pasado desde el hecho, es imposible la elaboración y la integración en la vida del sujeto de las consecuencias de la situación. Es como si no existiera. Resolviendo la incredulidad, en poco tiempo de trabajo se logran resolver situaciones que podrían llevar años congeladas y perturbando.

El cerebro durante el estrés libera hormonas a través del torrente sanguíneo, estos químicos constriñen los capilares exteriores del sistema vascular, centrando el abastecimiento de sangre en el área del pecho y en los músculos largos del cuerpo, que están involucrados en la lucha-huida. Este mismo proceso se da en el cerebro. Los capilares exteriores se constriñen, centrando el abastecimiento de sangre en las áreas que tienen que ver con la supervivencia. La sensación de “entumecimiento” que aparece cuando el sujeto está en estado de “shock” o estrés, significa que el cuerpo se ha “desensibilizado” a sí mismo para prepararse para la supervivencia. Con este desequilibrio viene la incapacidad de pensar claramente. Se desactiva el cerebro anterior, corteza prefrontal, área creativa, que permite nuevos aprendizajes y se activa el cerebro posterior que toma el comando.

- ii. El otro hallazgo es el de la presencia de ciertos puntos en el campo visual, llamados “nudos”, que aparecen al hacer recorrer con la mirada de un ojo por vez y lentamente todo el campo visual mientras la persona piensa en el hecho. En estos nudos se concentran curiosamente las emociones más disfuncionales, que aparecen ligadas a sensaciones físicas, como mareos, náuseas y ansiedad. Una vez disueltos estos “nudos”, con una técnica apropiada, el problema comienza a ser procesado y a desaparecer o se reduce a su mínima expresión.

GRUPO 2: Técnicas Basadas en la Energía

Este grupo de técnicas está basado en el sistema de los meridianos y en la energía mente-cuerpo, incluye procedimientos de diagnóstico y tratamiento que se implementan mientras el paciente está sintonizado a su problema, es decir sintonizado con el campo del pensamiento. Una suave activación de ciertos puntos del cuerpo, puntos de acupresión, neutralizan o eliminan las causas del problema que se está padeciendo, producidas por un bloqueo de la energía que circula por el sistema de los meridianos. La realidad contenida en el campo del pensamiento es inmutable, lo que se modifica es la manera de percibirla, es decir es “otra” realidad tan válida como la primera, pero más funcional. No se altera ni se distorsiona la memoria... la programación de esa radio ya no generará distrés.

1. TFT: Terapia del Campo del Pensamiento:

La Terapia del Campo del Pensamiento (TFT) desarrollada por R. Callahan (USA) en 1995, integra información y procedimientos de disciplinas tales como Acupuntura, Psicología y Kinesiología Aplicada. Incorpora también información de la física cuántica y la biología molecular para explicar su cuerpo teórico.

En ella los puntos de tratamiento de los meridianos han sido reducidos y el tratamiento consiste en un suave masaje, toque o percusión sobre estos puntos estimulando de esta manera la circulación de la energía por los mismos y ayudando a su reequilibrio. Usa la prueba de resistencia muscular como herramienta diagnóstica, para saber qué punto estimular, y en qué secuencia.

2. Técnica de Libertad Emocional – EFT (Emotional Freedom Technique – Gary Craig©):

Presentamos la EFT (Emotional Freedom Technique), como el modelo más sencillo, pero muy eficaz, de las técnicas de la psicología de la energía. Ella es una simplificación de estas, todas de probada eficacia, y no requiere de la prueba de resistencia muscular. Fue sistematizada por Gary Craig (USA) en 1995, quien al no usar el test de resistencia muscular, propuso tocar todos los puntos, obteniendo resultados similares.

EFT utiliza la percusión, masaje o frote, en los puntos de comienzo o terminación de los 14 meridianos, con un algoritmo determinado, mientras se piensa en el tema a tratar y se dice una determinada frase, que se corresponde con las emociones o sentimientos del paciente con respecto al tema problema y cuya elección es clave para el éxito del tratamiento. Es esto estriba el arte del terapeuta. Puede ser autoimplementada por el paciente mismo.

3. **Técnica de Tapas – TAT: Tapas Acupressure Technique – Tapas Flemming**

Fue desarrollada en 1993 por Tapas Flemming, una acupuntora de California. Mientras trabajaba con alergias encontró una nueva forma de acupresión para ayudar a sus pacientes a terminar con ellas. Luego la extendió a áreas emocionales y trauma.

TAT está basada también en la medicina china, y permite a la información y a la energía ser procesadas por el sistema mente-cuerpo de la persona en pocos minutos. Produce una sensación de cambio que es sentida en el cuerpo, y no una decisión mental.

Muchos meridianos se juntan y entran al cerebro en puntos específicos. En la pose de TAT, tocando estos puntos en la parte posterior de la cabeza y la frente cerca de los ojos, se activan los centros de la visión del cerebro. Uno de los puntos bilaterales que se tocan en la nuca son llamados por los chinos “las ventanitas de los ojos” y estimulan la visión interior.

Investigaciones en física han mostrado que la información en el cuerpo es transmitida por sistemas de biofotones. Cuando ocurre un trauma, es como pulsar el botón de parada en un aparato de video. Aplicar la pose de TAT es como pulsar el botón de “play”: la información retenida, es “vista” por la activación del sistema de visión y el sujeto puede verdaderamente dejar atrás el pasado. Esta combinación de atención-activación de puntos abre el flujo de la información retenida y le permite llegar al cerebro, donde es integrada en el sistema cuerpo-mente y liberada, con el consiguiente alivio emocional y físico.

TAT es útil en alergias, a causa de que muchas de estas intolerancias a comidas, u otros elementos, son retenciones de información genética, congeladas por un trauma y transmitidas de generación en generación. Es sencillo de aplicar y puede ser auto administrado. Puede ser integrado, como todas las otras Terapias de Avanzada a cualquier otra técnica psicoterapéutica.

TAT puede usarse o no con la prueba de resistencia muscular como diagnóstico para saber los pasos a cumplimentar mucho más exactamente. También puede ser autoimplementada por el paciente.

4. **TREE© Técnicas de reactivación energético emocional© Ferrazzano de Solvey, R. y Geraiges, S.**

Son un conjunto de técnicas usadas para la liberación del estrés emocional, tomadas de distintos métodos de tratamientos desarrollados en USA por médicos psiquiatras y quiroprácticos.

En ella se usa la prueba de respuesta muscular o test muscular, para detectar los bloqueos que producen las emociones en el flujo de la energía vital, usando para ello el modelo de meridianos. Como consecuencia de estos bloqueos se producen alteraciones emocionales o físicas.

Con un método suave, simple y muy eficaz de percusión en determinados puntos se disuelven estos bloqueos, permitiendo a las personas corregir los patrones negativos traídos del pasado y alcanzar un mayor grado de libertad de elección en el futuro.

En todas las técnicas mencionadas (TAT, TFT, TREE, etc.) se usan mecanismos semejantes con leves diferencias y los resultados son similares en tiempo y persistencia a los obtenidos con las Técnicas de Integración Cerebral.

Todas estas técnicas agrupadas bajo el nombre de Terapias de Avanzada, pueden ser usadas por separado o conjuntamente, potenciándose de esta manera sus efectos de forma notable.

GRUPO 3: Técnicas Mixtas

1. Brain Gym (Gimnasia Cerebral – Paul Dennison 1987) Dra. Susana Buscaglia

Está basada en elementos de la Kinesiología Aplicada, que es el estudio del cuerpo en movimiento, buscando corregir los desequilibrios del sujeto tanto a nivel físico, como químico, emocional y energético. Utiliza la prueba de resistencia muscular y/o la observación consciente de la persona como mecanismo de bio-información.

Brain Gym, es un conjunto de 26 ejercicios, rápidos y fáciles de implementar que prepara el campo del pensamiento para un aprendizaje integrado. Fue creada por el Dr. Paul Dennison en el año 1987, al estudiar las dificultades en el área del aprendizaje. Dennison sistematizó la Edu-Kinesiology (Educación Kinesiológica) que es el estudio y aplicación de movimientos específicos del cuerpo, que activan al cerebro para un mayor almacenamiento y recuperación de la información óptima. Los ejercicios de Brain Gym combinan la activación de los hemisferios con masajes y estimulación de determinados puntos de acupuntura y aportan herramienta para la transformación personal, activando e integrando las dimensiones del aprendizaje

Al encontrar una dificultad o bloqueo en la realización de una actividad, se aplica una combinación de ejercicios y una secuencia de actividades en cinco pasos, llamada “Balance para la Remodelación de Patrones Neurológicos” hasta alcanzar la corrección de este bloqueo. Se trabaja con las siguientes dimensiones del aprendizaje:

- a. Dimensión de Lateralidad, donde se regula la relación entre los hemisferios cerebrales derecho e izquierdo, y los músculos relacionados con ellos, que tienen que ser estimulados para lograr una comunicación cerebral óptima.

Es la referencia para todas las habilidades bilaterales. Es el área donde los campos visuales se cruzan y requiere que el par de ojos y que los músculos recíprocos trabajen en equipo. Integra la visión binocular y la audición. Es la habilidad para acceder al pensamiento racional y emocional.

- b. La Dimensión del Centrado (sistema límbico y neo corteza) en estado de relajación la comunicación entre ellos permite que la información pase por el sistema límbico y llegue a la corteza cerebral, donde será procesada, organizada y coordinada. En caso contrario se mantiene dentro del sistema límbico y las emociones deciden por nosotros, haciéndonos reaccionar con viejos patrones de miedo y dolor. Cuando estamos enojados o tristes, estamos apoyados hormonal y químicamente para reaccionar instintivamente, tendemos a actuar en vez de pensar. Esta dimensión tiene que ver con las relaciones humanas en general, espaciales y emocionales.
- c. La Dimensión del Foco (tranco cerebral y corteza prefrontal) libera las tensiones de la cadena muscular posterior del cuerpo y del “reflejo del tirón de la rodilla” (knee jerk reflex) cambiando la postura dada por la tensión, llevándola hacia adelante y haciendo posible atravesar el miedo y la incertidumbre ante una nueva tarea.

La persona “sobre enfocada” no se puede ver dentro del contexto. La persona con perspectiva puede generalizar y diversificarse, es flexible y está lista para las sorpresas, detecta funciones que están relacionadas con la supervivencia y la comprensión.

Cada uno de estos ejercicios activa distintas áreas del cerebro y circuitos musculares específicos, que involucran a todo el sistema neurofisiológico, activando la integración mente-cuerpo, liberando el estrés anclado en los músculos y reestableciendo las conexiones y activando los mecanismos correctivos y los propios “recursos de regeneración del cuerpo”.

Actúa tanto en el campo del aprendizaje como en el desarrollo de la creatividad y el logro de metas. Se mejora la comunicación, la creatividad, el enfoque de la atención y la concentración, la confianza en la superación de dificultades y desafíos, la lectoescritura, la visión y la escucha, las matemáticas, la memoria y el aprendizaje, las artes plásticas, marciales y el atletismo.

Prueba de resistencia muscular

Es una manera de comunicarse con el cuerpo sin la participación consciente ni inconsciente de la persona, haciendo una leve presión sobre un músculo y evaluando la respuesta de tono del mismo. Este tono muscular está relacionado directamente con los centros emocionales que lo fijan.

Los músculos son bombas de energía, y se relacionan directamente con los meridianos. Cuando uno o varios músculos se debilitan implica que hay un desequilibrio de la energía que corre por el meridiano relacionado con ellos.

En la prueba de resistencia muscular ideal, el músculo al ser desafiado con una leve presión sobre él, no debe debilitarse. Si lo hace o cede a esta presión, muestra que el circuito eléctrico tiene una alteración. A través de esta prueba recogemos la información sobre situaciones de desequilibrio y conflicto energético y/o emocional.

La prueba de resistencia muscular, según diversas experiencias realizadas, tiene una efectividad de más del 90%.

Las vías de conexión neurológicas se activan con solo recordar un hecho, estos son los mismos circuitos neurológicos que se pusieron en funcionamiento cuando sucedió realmente ese hecho.

Para el cerebro, lo que recuerda no difiere de lo que está sucediendo en ese momento: un recuerdo que se experimenta en un momento dado es una realidad. Una situación en la que se está pensando, incluso una que es posible que ocurra en un futuro, puede tener para el cerebro la misma carga emocional. Este responde tanto a los impulsos reales como a los recordados. El tiempo del cerebro es ahora.

Esta programación actual, producida por las experiencias anteriores, es la causa del debilitamiento de un músculo cuando se las pone en el campo del pensamiento.

El área del cerebro que controla o provoca las emociones se localiza en el cerebro límbico, el antiguo cerebro que se desarrolló en nuestro pasado evolutivo. Hay conexiones neurológicas directas entre el cerebro límbico y las vías que controlan el tono y la tensión muscular. La parte del cerebro que controla los programas de supervivencia física y emocional, regula también el tono del sistema muscular. Es decir que los estados emocionales tienen un reflejo gráfico claro en las posturas físicas.

Cuando se prueba un músculo, se puede entrar en contacto con la interfaz que hay entre la neurología y las emociones y pensamientos que afectan al cuerpo. El músculo también controla la interfaz que hay entre el cuerpo físico y los siste-

mas energéticos de la acupuntura. A través de la prueba de resistencia muscular, se mide la relación en la alteración de la circulación de la energía producida por las emociones.

Referencias

- Andrade, J. & Feinstein, D. “Energy Psychology: Theory, Indications, Evidence”. ACEP Articles. Association for Comprehensive Energy Psychology.
- Callahan, R. (2001) “Tapping the Healer Within”. Contemporary Books, Chicago, USA.
- Carter, R. (1998) “El nuevo mapa del cerebro” Ed. Integra, Barcelona.
- Diamond, J. (1979) “Kinesiología del comportamiento” EDAF, España.
- Ferrazzano de Solvey, R., Solvey, P. (2006) “Repensar las psicoterapias. Capítulo: Terapias de Avanzada” Ed R. Vergara, Buenos Aires.
- Ferrazzano de Solvey, R., Solvey, P. (2004) “Trauma y EMDR: un nuevo abordaje terapéutico. Capítulo: ¿Qué es el EMDR?” Ed EMDRIA Latinoamérica, Buenos Aires.
- Goodheart, G. J. (1987) “You’ll be better” OH: Self Published, Geneva.
- Shapiro, F. (1995) “EMDR: Protocols, Principles and Procedures” Guildford Press, New York.
- Tapas Fleming (1998) “Manual TAT: Tapas Acupressure Technique; You can heal now”



Después de participar en el IV Encuentro de Psicólogos Marianistas, realizamos un recorrido por la cálida y hospitalaria ciudad de Trujillo. Nuestro equipo se fortalecía cada vez más.



V ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Surco – 2013

“JUEGOS Y DINÁMICAS PARA DOCENTES”



COLEGIO

SANTA MARÍA MARIANISTAS

Director:

Gali Orbegoso Reyes

Psicólogos:

Joaquín Cok

Carmen Mujica

Ana María Vargas

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



COLEGIO SANTA MARÍA MARIANISTAS
“Hacia una Nueva Cultura Educativa Marianista”



V ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Surco 26 de Abril – 2013

Oración

Señor Jesús.

Que me has regalado la vocación de educador,
quiero pedirte que me ayudes cada día
a vivirla con entusiasmo y compromiso
dejándome conducir por tu espíritu.

Señor Jesús,

Necesito tu gracia para poder dar cada día
una lección de vida cristiana
en cada palabra, en cada gesto
y en cada mirada.

Señor Jesús

Necesito crecer en la relación contigo,
para que mis palabras estén inspirada en tu palabra,
mis gestos nazcan de tu ternura
y mi mirada sea un reflejo de tu amor misericordioso.

Señor Jesús

gracias por llamarme a seguir tus pasos
viviendo cotidianamente la misión de educador,
no dejes de guiarme y acompañarme en el camino
animándome y sosteniendo mi compromiso cotidiano.

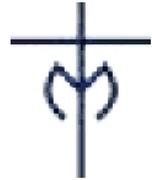
El Padre, el Hijo y el Espíritu Santo

Sean glorificados en todas partes por la inmaculada virgen María.

AMEN.



COLEGIO SANTA MARÍA MARIANISTAS
“Hacia una Nueva Cultura Educativa Marianista”



V ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Surco 26 de Abril – 2013

“JUEGOS Y DINÁMICAS PARA DOCENTES”

Fundamentación

En el mes de la Psicología queremos facilitar a la comunidad educativa de recursos y técnicas que mejoren los vínculos, aliviar tensiones, y romper la monotonía del trabajo escolar y laboral. Por ello hemos organizado una jornada académica con destacados ponentes y con un tema que cada día se vuelve necesario como medio para mejorar la convivencia en una institución.

Queremos potenciar la intervención del Psicólogo y del personal educador la cual redundará en la mejora del clima escolar y laboral.

Objetivos

Objetivo General

Brindar un espacio para los profesionales de la educación (psicólogos y docentes) en el que puedan generar recursos, herramientas y para fortalecer los vínculos entre profesionales y estudiantes de los diversos colegios.

Objetivos específicos

- Conocer los diferentes campos de acción (problemáticas).
- Identificar el comportamiento de los involucrados.
- Promover la salud institucional.

ENFOQUE PSICOLÓGICO

Expositora: Roxana Miranda

Talleres: “Primer Acto Producciones”

La empresa “Primer acto producciones”, desarrollo con los participantes diferentes dinámicas con objetivos específicos: optimizar el clima laboral, abordar determinados temas de manera más lúdica y receptiva, haciendo uso del arte en sus diferentes manifestaciones, El arte tiene la ventaja de ser tan flexible que puede emplearse uno o varios de sus elementos como herramienta para la comunicación interna en una empresa, en este caso el colegio o la institución educativa.

El arte siempre está presente, desde la música que escuchamos, la ambientación de nuestras oficinas, la decoración propia de nuestros espacios entre otros elementos cotidianos; del mismo modo si quiero abordar un tema.

Se presentó y ejecuto con los participantes dinámicas como:

- Músicos interpretando melodías con mensajes positivos y motivadores
- Maratón de baile donde rotaban los participantes para dirigir al grupo con coreografías novedosas e improvisadas.
- Los súper héroes de los valores: crear héroes cuyas características están vinculadas a los valores institucionales.
- Los “claus de la comunicación” entre otros.

Los juegos recreativos generalmente se realizan en el patio y requieren de actividad física como correr, saltar y lanzar una pelota. Los juegos recreativos de los estudiantes deberían promover el trabajo en equipo y la competencia sana. Estos juegos no sólo entretienen a los estudiantes, sino que también estimulan la formación de vínculos sanos y una convivencia armoniosa.

Referencias

- Primer Acto Producciones Compartir en Facebook
- <http://aprenderaconvivirhoy1.blogspot.pe/p/dinamicas-para-la-convivencia-escolar.html>



Después de realizar los encuentros en cada una de nuestras obras asumimos el reto de traspasar fronteras y con mucha alegría y entusiasmo estamos reunidos para la organización del I Encuentro Internacional



VI ENCUENTRO NACIONAL DE PSICOLOGÍA
I ENCUENTRO INTERNACIONAL DE PSICÓLOGOS
MARIANISTAS

Lima – 2014

“IMPORTANCIA Y PRÁCTICA
DE LOS SILENCIOS EN EL
QUEHACER EDUCATIVO”



COLEGIO
SANTA MARÍA MARIANISTAS

Director:

Gali Orbegoso

Psicólogos:

Laura Pacheco Herbozo

Jane Ríos Rojas

Ana María Vargas

Celia Verástegui Piccetti

Oficina Regional de Educación Marianista

P. Eduardo Rodríguez, S.M.
Consejero Asistente de Educación

Rosa María Neuenschwander
Encargada de la OREM



Expositores participantes

Padre Quentin Hakenewerth, S.M. (Estados Unidos)

María Belén Romá Romero (España)

Luis Ascenjo Gálvez (Perú)



VI ENCUENTRO NACIONAL DE PSICOLOGÍA I ENCUENTRO INTERNACIONAL DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Lima – 20 y 21 de Junio 2014

“IMPORTANCIA Y PRÁCTICA DE LOS SILENCIOS EN EL QUEHACER EDUCATIVO”

Fundamentación

Después de cinco años consecutivos de intercambio académico, cultural y espiritual, muy fructífero y enriquecedor, nos atrevemos a tomar la iniciativa de traspasar fronteras e invitar a los psicólogos y educadores de países hermanos a sumarse a este esfuerzo por lograr que desde la Psicología se siga construyendo el “Espíritu de Familia” propuesto por nuestro Padre fundador Beato Guillermo José Chaminade.

En el marco de una sociedad compleja y llena de cambios vertiginosos, la psicología educativa constituye uno de los referentes disciplinarios más importantes para la implementación de las innovaciones psicopedagógicas y para el afrontamiento de los principales problemas formativos que presentan los estudiantes del presente milenio en la escuela y en la vida. Hoy tenemos nuevos retos y desafíos en la tarea de formar a las nuevas generaciones, los mismos que nos motivan a recurrir a nuestra fuente de origen: la Pedagogía Marianista; tan vigente y necesaria en la actualidad.

En este contexto se organiza esta actividad científica, proponiéndose un temas que nos hacen volver la mirada hacia nosotros mismos, en una búsqueda sincera y permanente de la verdad, de un equilibrio constructivo y sereno, que permita encontrar el sentido de la vida, del bien y la trascendencia: los cinco silencios.

Objetivos:

- Conocer el Método de Los Silencios propuesto por nuestro padre fundador, para adaptarlo a la práctica psicopedagógica.
- Propiciar la actualización profesional de los psicólogos y educadores de las obras marianistas y profesionales invitados.
- Compartir entre los colegas, experiencias que enriquezcan nuestra labor profesional, especialmente en el ámbito educativo.
- Contribuir al desarrollo personal y enriquecimiento espiritual de los participantes.

Metas

- Llevar a cabo este Encuentro convocando a los profesionales de las Obras Marianistas de Perú, Chile, Argentina, Ecuador y Colombia.
- Proponer la formación de una red de psicólogos interesados en la promoción y apoyo a la investigación psico-educativa.

Finalidad:

- Difundir la importancia y práctica del método de Los Silencios, entre los profesionales dedicados a la formación educativa, para emplearlo como recurso en su desarrollo personal y en el de sus educandos

Metodología:

- Expositiva, para conocer los fundamentos teóricos
- Activo-participativo para vivenciar Los Silencios a través de dinámicas.
- Formación de Mesas de trabajo
- Puesta en común, que permitirá intercambiar los aportes de los participantes

Ponentes invitados:

- Padre Quentin Hakenewerth, S.M.
- Luis Ascenjo Gálvez
- Ps. María Belén Romá Romero

Oficina Regional Marianista Oficio Regional de Educación Marianista Oficina Regional de Pastoral Marianista Oficina Regional de Asuntos Temporales	Hno. Felipe Melcher , S.M. Padre Eduardo Rodríguez, S.M. Rosa María Neuenschwander John Caiazza Requena Elsa Ballón Bendezú	
Gestionar Invitaciones a nivel institucional Presupuesto y financiamiento	La participación de los ponentes-Instituciones auspiciadoras Cursar las cartas de invitación a las obras marianistas de los países sudamericanos. Elaborar el presupuesto - Determinar las fuentes de financiamiento	
Coordinación General y Organización	Colegio Santa María Colegio María Reina Colegio San José Obrero Colegio San Antonio Ps. Ana María Vargas Bracamonte Ps. Celia Jesús Verástegui Piccetti Ps. Jane Carol Ríos Rojas Ps. Laura Pacheco Herbozo	
COMISIONES DE TRABAJO	1 Comisión Científica Colegio San José Obrero	Elaborar las normas para la presentación de los trabajos. Revisar el temario a desarrollar. Determinar la metodología de trabajo Coordinar la producción y distribución de materiales para los participantes. Elaboración de cronograma de la actividad científico. Elaboración de fichas para la evaluación Archivo de la información Evaluación sobre niveles de satisfacción respecto a: - Ponentes - Participantes - Organización
	2 Comisión de promoción, relaciones públicas y protocolo Colegio María Reina	Se encarga de las actividades de promoción y difusión del evento Prensa (nota en el periódico) Relaciones inter-institucionales que se derivan de la ejecución del evento. Todo lo relacionado con el protocolo y asistencia de los participantes en el evento. Certificados Dípticos Presentes para los ponentes Agradecimientos a: - Auspiciadores - Instituciones que enviaron participantes
	3 Comisión de infraestructura Colegio Santa María	Humanos: Personal profesional calificado especializado; y de mantenimiento que se requiera para realizar el evento. Materiales: implementos necesarios (lápices, lapiceros, folders, mesas, sillas, etc.) Técnicos: equipo de sonido, grabación, apoyo y reproducción audiovisual, computación (formatos, fichas, programas, cronogramas).
	4 Comisión de atención a los ponentes y participantes Colegio San Antonio	Paquete para participantes Traslado al aeropuerto- Alojamiento- Alimentación Elaboración de cronograma de actividades culturales Tour: Visitas turísticas para ponentes y acompañantes. Festejos y recreación Asistencia médica

Comisión científica

1. Criterios para la presentación de resúmenes

- 05 hojas para el resumen del tema.
- Estructura del documento: título, abstract, resumen, conclusiones, recomendaciones y referencia bibliográfica.
- Arial 12, espacio 1 ½.

2. Criterios para la presentación de Diapositivas

- 10 diapositivas máximo.
- Estructura de la presentación: título, objetivo, contenido del tema, conclusión y reflexión final.
- Arial 24, espacio 1 ½.
- 04 ideas principales máximo por cada diapositiva del contenido del tema.
- Se sugiere el uso de organizadores visuales para la presentación con una imagen alusiva.

3. Criterios para las diversas actividades académicas

3.1 Conferencia-Magistral: “El valor del Silencio en la Pedagogía Marianista”.

- 40 minutos de conferencia.
- 10 minutos se sugiere alguna actividad vivencial o uso de otro medio que ayude a consolidar el aprendizaje.
- 10 minutos de preguntas, comentarios de los participantes.

3.2 Conferencia-Taller: Los Cinco Silencios y su efecto sobre el crecimiento personal y las relaciones humanas”

- 30 minutos de conferencia.
- 20 minutos se sugiere de demostración en vivo o juego de roles o presentación de un video demostrativo (taller).
- 10 minutos de preguntas, comentarios de los participantes.

Conferencia-Taller: “Enseñanza de los Cinco Silencios a los estudiantes”

- 30 minutos de conferencia.

- 20 minutos se sugiere de demostración en vivo o juego de roles o presentación de un video demostrativo (taller).
- 10 minutos de preguntas, comentarios de los participantes.

3.3 Mesa de trabajo

- 30 minutos de trabajo grupal.
- Se formaran 5 grupos de 20 personas con un subtema específico acorde a cada actividad académica.
- Cada grupo de 20 personas en su aula formará subgrupos de 5 personas en donde obtendrán las conclusiones respectivas según el tema y preguntas asignadas (actividad académica programada), máximo 4 conclusiones por grupo escritos en banners individuales.
- Un representante de cada subgrupo dará a conocer a su aula sus conclusiones.
- Posteriormente los participantes del aula unificarán criterios y seleccionarán a un representante para la redacción final de las conclusiones del aula.
- Los representantes de las 5 aulas (grupos) se reúnen para unificar criterios y llegan a un consenso de las conclusiones generales.
- Los coordinadores designados (02) hacen la puesta en común en 10 minutos cada uno.
- Se sugiere terminar con 10 minutos de preguntas, comentarios, feedback de los participantes.
- Luego de la conferencia taller “Enseñanza de los Cinco Silencios a los estudiantes” se sugiere trabajar las siguientes preguntas acorde a la metodología propuesta: grupo 1, uso del silencio de la palabra para el crecimiento personal; grupo 2, uso del silencio del gesto para el crecimiento personal; grupo 3, uso del silencio de la mente para el desarrollo de las relaciones humanas, grupo 4, uso del silencio de la pasión para el desarrollo de las relaciones humanas, grupo 5, uso del silencio de la imaginación para el desarrollo de las relaciones humanas.
- Luego de la conferencia taller “El Orientador Marianista. Cómo aplicar los silencios al sistema educativo actual” se sugiere trabajar las siguientes preguntas acorde a la metodología propuesta:

grupo 1, proponga estrategias para trabajar los silencios en la escuela con los padres de familia; grupo 2, proponga estrategias para trabajar los silencios en la escuela con los estudiantes de nivel inicial; grupo 3, proponga estrategias para trabajar los silencios en la escuela con los docentes; grupo 4, proponga estrategias para trabajar los silencios en la escuela con los estudiantes de nivel primario, grupo 5, proponga estrategias para trabajar los silencios en la escuela con los estudiantes de nivel secundario.

3.4 Mesa redonda

- La mesa redonda tendrá a 03 invitados.
- El tema general es “Estrategias para vivir el silencio hoy...”, en base a cada invitado se le asignará un elemento de la triada educativa... docentes, padres, alumnos.
- Cada invitado tendrá 15 minutos para dar a conocer su punto de vista según el tema asignado.
- El moderador al final de las exposiciones tendrá que realizar dar lectura su resumen teniendo un máximo de 10 minutos.
- Ronda de preguntas al final de 10 minutos.

4. Materiales y equipos

- Se cuenta con el equipo multimedia, equipo de sonido respectivo para las conferencias, mesa redonda.
- Las aulas para las mesa de trabajo cuentan con una computadora, pizarra.
- Cada subgrupo tendrá los banners individuales, plumones, limpia tipo, hojas, lapiceros.
- El material que considere para los participantes será fotocopiado por la comisión de logística, pero la comisión científica tendrá que dar el visto bueno para esa acción.
- Es necesario que los ponentes, moderadores, expositores, presentadores envíen su curriculum vitae teniendo en cuenta el breve esquema que se adjunta.

Cualquier material/equipo adicional que se requiera solicitarlo con total apertura y confianza.

Conferencia Magistral

**EL VALOR DE SILENCIO EN LA PEDAGOGÍA
MARIANISTAS: CONDUCIR A LA PERSONA A SU
PLENITUD**

Expositor: Padre Quentin Hakenewerth, S.M

Dado el por sentado que la persona humana es el ser más importante y más precioso en nuestro mundo. Hay ninguna criatura en nuestro planeta tan portentosa como la persona humana. La persona puede ser consciente, puede entender, reflexionar, amar, tocar, sentir. La persona puede determinar, en gran parte, su propio destino. Es libre-puede establecer su propio estado de felicidad o infelicidad. Si la persona es feliz o descontento depende más ella misma que de otros elementos o agentes. La persona es el único ser en la tierra creado a imagen de Dios (Gn 1: 27). Está creada para dominar a todos los otros seres de la tierra, para llevarlos a su perfección y cuidarlos en su bienestar (Gn 1:28-9)- no por coacción sino por amor. Es un ser que tiene vida que dura por siempre.

Crecimiento es una ley de la vida. Si un ser viviente no crece, muere. Cuando era niño, yo pensaba que los árboles crecieran a un cierto tamaño y pues no crecían más. Pero no es así. Un nuevo tiene que crecer cada año-nuevas ramas, nuevas hojas, nueva fruta. Sino crece, se enferma y muere. Cuando uno dice, “no tengo que aprender más”, su mente empieza a morir. Con una muchacha está decepcionada con el amor y dice, “no quiero enamorarme de nuevo con nadie”, su corazón empieza a morir. En realidad, crecer en cualquier cosa buena es un gozo, una fuente de felicidad. Si no estamos creciendo de alguna manera u otra, no estamos felices.

Dios nos ha creado pasar personas maduras, completas, pero nadie se nace así. Tiene que crecer para llegar a su plenitud. Por eso, Dios nos ha creado con capacidades de crecimiento de nuestra persona. El catecismo del iglesia católica expresar esta idea bajo el título de la divina providencia. Se lo dice así: la creación tiene su bondad y su profesión propias, pero no salió plenamente camada de las manos del creador. Fue creado “en estado de vía” hacia una perfección última todavía por alcanzar, a la que Dios la destinó. Llamamos divina providencia a las disposiciones por las que Dios conduce la obra de su creación hacia está perfección (CIC no. 302). Nacimos para ser adultos, pero nadie se nace adulto. El papa Juan Pablo I fue papa por sólo 33 días y tuvo solamente 4 audiencias públicas. En una de estas audiencias dio una catequesis sobre el tema de crecimiento. El papa dijo

que la idea del crecimiento es fácil a entender, pero a veces difícil a practicar. Dijo que un niño puede entenderlo. Pues llamó a un niño en la audiencia y le pidió a acercarse al papa. El papa le preguntó: “¿En qué año de clase estás en la escuela?” el niño replicó: “en la segunda de la primaria.” Dijo el papa: “No, no. Tú estás en la segunda de la primaria este año. El año próximo, ¿En qué clase estarás?” insistió el niño: “En la segunda de la primaria”. Con un poco de desesperación dijo el papa: “Pero ¿No quieres crecer? ¿No quieres avanzar a la tercera de la primaria?” el niño contestó: “Yo quiero la maestra de la segunda. Quiero quedar allí”. Indicó Juan Pablo I: “Puedes tomar asiento. Tú no me ayudas explicar el crecimiento”.

Aunque el niño ha ido al papa Juan Pablo I a explicar el crecimiento, él nos dio una preciosa selección sobre el antónimo del crecimiento: el estancamiento. Una persona estancada no queda mucho tiempo feliz. Si es estancada, empieza a experimentar un vacío y aburrimiento. No hay satisfacción que no crecer.

Si es preciso-por naturaleza- crecer, Dios nos ha dado también todas las capacidades necesarias para crecer. Aquí llegamos a los cinco silencios que nos enseñó el Beato Chaminade.

Padre Chaminade nombre la práctica de los cinco silencios “virtudes”, en el sentido de capacidades de la persona. Una virtud de la persona es como un músculo del cuerpo-tiene potencia de moverse y cambiar cosas, pero hay que ejercerlo. Si uno no ejerce un músculo, éste se atrofia y eventualmente muere. Nadie llega a ser un buen psicólogo sin estudiar y sin servicio bajo supervisión. Así es con las virtudes de la persona: hay que estudiarlas y practicarlas para beneficiar a la persona. Todos tenemos las potencias de ser personas atractivas, maduras y felices, pero hay que cultivar y poner en práctica estas potencias. Los cinco silencios son cinco potencias de la persona; hay que llevar la potencia a la existencia.

También es importante entender la palabra “silencio” en el sentido en que Beato Chaminade la usaba. Silencio, en usanza normal, quiere decir ausencia de ruido, de palabras o de sonido. Silencio sobre la situación económica en Perú quiere decir que no hay noticias o diálogo sobre el tema. Silencio es ausencia. Para el Padre Chaminade, silencio de palabras más ausencia de palabras, sino disciplina del hablar para que nuestras palabras sean útiles, buenas, sanadoras, etc. Para él, silencio es más disciplina de la capacidad de la persona para hacer el bien más que ausencia del uso de la capacidad. La disciplina es para hablar palabras que ayuda a la persona a crecer, y de la parte negativa, para eliminar palabras que hace daño a la persona. La disciplina entre las energías en una meta y excluye todo lo que distrae o impide la buena función de las capacidades.

Hay ruidos exteriores y hay ruidos interiores que impiden la buena comunicación. Permíteme darles un ejemplo de mi experiencia personal. En mis

primeros años del ministerio sacerdotal en Querétaro, México, celebrábamos la misa dominical en el sitio donde estaban construyendo una capilla. Era al lado de la calle principal de la colonia, y la construcción apenas se empezó. Es decir, no había paredes o puertas, ni techo. Todo abierto. Durante la homilía muchas veces faltaba silencio exterior. Yo estaba predicando y los feligreses escuchando. Pero ruidos exteriores impedía nuestra comunicación: pasaron ambulancias, vendedores de gas, camiones de cargo. Empezaron a llorar los bebés, y la gota que hizo derramarse el vaso fue una pelea de perros en medio de la congregación. Eran tantos ruidos exteriores que no pudimos comunicar. Pero el Beato Chaminade no se preocupaba tanto de estos ruidos exteriores. Él se dedicó más a los ruidos interiores de la persona. Cuando hay discusión o pleito entre esposos, ¿cuáles son los ruidos que impiden que escuchen bien el uno al otro, o impiden que expresen con amor la verdad el uno al otro? En la relación del maestro con el alumno, ¿qué ruidos interiores impiden el uso de palabras adecuadas y gestos coherentes para comunicar la verdad al alumno? Y ¿qué ruidos interiores en el alumno le impide a escuchar bien para recibir la verdad otorgada? Son preguntas que esperamos explorar mañana.

No hay un servicio más grande que ayudar a una persona a llegar a su madurez, a su plenitud. Aquí entra el papel tan noble y tan valioso del educador y del psicólogo. Hemos ya dicho que toda persona humana tiene la capacidad de llegar a ser una persona atractiva, productiva, feliz. Pero muchas personas no se dan cuenta que tienen estas cualidades; muchos no están motivados para usar estas potencias; muchas no saben practicar estos silencios. Que fortuna tener un educador un psicólogo que les ayuda a darse cuenta de estas capacidades, hacer motivadas a practicarlas y a disfrutar la dicha de sentir la plenitud de vida como consecuencia.

Espero que esta conferencia les deje un poco de insatisfechos, pero con interés en el tema, con preguntas y con un anhelo de entender mejor y profundizar los cinco silencios. Mi gran deseo es que mañana podemos responder a tu interés, tus preguntas y tu anhelo. Gracias.

Conferencia Taller

LOS CINCO SILENCIOS Y SU EFECTO SOBRE EL CRECIMIENTO PERSONAL Y LAS RELACIONES HUMANAS

Expositor: Padre Quentin Hakenewerth

Resumen

Los cinco silencios son cinco capacidades que Dios nos ha dado para crecer y vivir bien como personas humanas. Vamos a repasar cada silencio, dando una explicación de la capacidad y normas para practicarla bien.

Silencio de la palabra. Todo el mundo habla y las palabras tienen grande impacto. Cuando hablas, tus palabras comunican la verdad o algo falso. Tus palabras animan o desaniman. Normalmente tus palabras aumentan o disminuyen la autoestima del oyente. Sin darse cuenta, tus palabras afectan la vida del oyente. El silencio de la palabra es la disciplina que asegura que tus palabras sirvan para el bien y no para el mal del otro y de tu mismo.

He aquí algunas normas para practicar el silencio de la palabra:

- Darme cuenta del contenido de mis palabras. ¿Qué estoy comunicando?
- Amar la verdad y averiguar si lo que digo es la verdad.
- Hablar para el bien del otro.
- Eliminar palabras que ofenden, desprecian, desaniman, rechazan, etc.
- Descubrir en mí de donde vienen palabras negativas.

Silencio de signos. Tenemos un lenguaje de signos que es comunicación no verbal. De hecho comunicamos mucho a los demás por la calidad de nuestra presencia. Signos como nuestro vestido, postura, la cara, los ojos, etc. Comunican al otro mucho de nuestra persona. Por eso incumbe disciplinar nuestro lenguaje de signos de manera que comunica de nuestra persona lo que queremos comunicar.

Las siguientes normas no ayudan a disciplinar nuestros signos:

- Llegar a ser consciente de lo que estoy comunicando con los signos del cuerpo.
- No enviar mensajes dobles: uno con mis signos y otro con mis palabras.
- Empezar a “silenciar” las reacciones de mi ego y mostrar al otro lo que mi amor manda.

Silencio de la mente. Nada plasma más nuestra personalidad y conducta que nuestras ideas. Vivimos nuestras ideas de la realidad, no la realidad directamente. Ideas buenas y correctas nos ponen en armonía con la realidad que fomenta el crecimiento de la bondad en nosotros. Ideas malas o falsas nos ponen en conflicto con la realidad y causa infelicidad. El silencio de la mente es la disciplina que forma la verdad en la mente y elimina las ideas falsas.

He aquí algunas normas para vivir la verdad:

- Verificar que mis ideas son verdaderas y aceptar solo lo que es verdad.
- Llenar conscientemente la mente de lo verdadero y lo bueno.
- Excluir de la mente lo que perjudica nuestros buenos propósitos o es nocivo para nuestra vida.

Silencio de la imaginación. El silencio de la imaginación es muy semejante al silencio de la mente. La imaginación es la capacidad de formar imágenes de la realidad en vez de ideas. Puedo formar imágenes de la realidad presente o ausente, e imágenes de lo que no existe como si fuera la realidad. Por lo general, las imágenes mueven más que las ideas. Las emociones reaccionan frente a las imágenes como si fueran la realidad. Entre las normas para el silencio de la imaginación son las siguientes:

- Cultivar la fantasía para que sirva a nuestros mejores propósitos.
- Distinguir entre imágenes de la realidad e imágenes de lo que no existe.
- Discernir imágenes que no ayudan y me dan paz, e imágenes que me impulsa a la represalia, los celos, el rechazo y las quejas.
- Cultivar las imágenes buenas y echar las que hacen daño a mi personalidad.

Silencio de las pasiones. Las emociones son reacciones viscerales a experiencias, ideas o imágenes de la mente. Son el motor de nuestras acciones. Nos incitan a vivir y trabajar. Las emociones se alimentan por experiencias, ideas o imágenes. No tienen dirección a meta, pues necesitan la guía de la mente y la voluntad. Sin esta dirección, quedan en el caos de la ansiedad.

He aquí algunas normas para el silencio de las pasiones:

- Ser consciente de mis emociones y sentimientos, tal vez difusos al principio (incómodo, nervioso, tengo prisa, el corazón acelera los latidos).
- Nombrar la pasión (agradecimiento, dolor, rabia, compasión, alegría, envidia, etc.).
- Reconocer la conducta o la meta hacia la cual la emoción me empuja. ¿Es lo que quiero ser o hacer?

- Escoger y asumir la conducta o la meta que yo quiero y tomar la decisión de ponerlo en práctica.

La práctica disciplinada de los cinco silencios promueve hacia su excelencia a la persona humana y a las relaciones personales.

Silencio de **Palabras**

- a) Tus palabras tienen impacto:
 - Comunica ideas-realidad (verdad) o falsedad.
 - Estimula o reprime vida (energía vital).
 - Aumenta o disminuye la autoestima del oyente.
 - Fomenta o impide el desarrollo del oyente.
- b) Normas para mejorar el hablar:
 - Poner atención (ser consciente) del contenido de mis palabras.
 - Averiguar si lo que digo es verdad.
 - Hablar para el bien del otro.
 - Eliminar palabras que ofendan, desprecien, desanimen, rechacen.
 - Descubrir en mí de dónde vienen las palabras negativas.

Silencio de **Signos**

- a) El lenguaje de los signos es comunicación no verbal.
 - Comunico más por la calidad de mi presencia que por mis palabras.
 - Signos que comunican: vestido, postura, la cara, los ojos, etc.
- b) Normas para comunicar bien con no-verbales:
 - Ser consciente de lo que quiero comunicar con mi lenguaje de signos.
 - Evitar mensajes dobles: uno con mis signos y otro con mis palabras.
 - “Silenciar” las reacciones de mi ego y cultivar lo que mi amor manda.

Silencio de la **Mente**

- a) Vivimos nuestras ideas de la realidad, no la realidad directamente.
 - Ideas buenas y correctas nos ponen en armonía con la realidad que fomenta el crecimiento de la bondad en nosotros.
 - Ideas malas o falsas nos ponen en conflicto con la realidad y causa infelicidad.

- b) Normas para vivir la verdad/realidad:
- Verificar que lo que pienso es verdad.
 - Llenar la mente de lo verdadero y lo bueno.
 - Rechazar ideas que perjudican mis buenos propósitos (o los de otros) o que son nocivas a mi vida (o a la vida del otro).

Silencio de la **Imaginación**

- a) La imaginación es la capacidad de formar imágenes de la realidad (presente o ausente) o imágenes de lo que no existe como si fuera la realidad.
- Por lo general las imágenes mueven más que las ideas.
 - Mis emociones reaccionan frente a las imágenes como si fueran la realidad.
 - Nos proporciona cosas que podrían existir así como posibles soluciones a problemas.
- b) Normas para practicar el silencio de la imaginación (muy semejante a las de la mente):
- Cultivar la fantasía para que sirva a nuestros mejores propósitos.
 - Distinguir entre imágenes de la realidad e imágenes de lo que no existe.
 - Discernir imágenes que me dan paz e imágenes que me impulsa a la represalia, los celos, el rechazo y las quejas.

Silencio de las **Pasiones**

- a) Emociones son reacciones viscerales a experiencias, ideas o imágenes de la mente.
- Las emociones son el motor de nuestras acciones; nos incitan a vivir o trabajar.
 - Las emociones se alimentan por experiencias, ideas o imágenes.
 - Las emociones se guían por la mente y la voluntad. Si no tienen esta dirección, quedan en el caos de la ansiedad.
- b) Normas para practicar el silencio de las pasiones:
- Tomar conciencia de mis sentimientos, tal vez difusos al principio (incómodo, nervioso, tengo prisa, el corazón acelera los latidos, etc.).

- Identificar/nombrar la pasión (agradecimiento, dolor, rabia, compasión, alegría, envidia, etc.).
- Reconocer la conducta o la meta hacia la cual la emoción me empuja.
- Escoger y asumir la conducta o la meta que yo quiero en mí, y tomar la decisión de ponerlo en práctica.

Conferencia Taller
ENSEÑANZA DE LOS CINCO SILENCIOS A LOS ESTUDIANTES

Padre Quentin Hakenewerth

Abstract:

1. Hay tres ejercicios en el método del Beato Chaminade, que siguen en secuencia y se repiten y avanzan como una espiral.
 - a) Entender bien el silencio que se va a practicar.
 - Es preciso comprender el objeto del silencio y los ejercicios necesarios para lograr la meta
 - El silencio propuesta no es una cifra repetición de un hábito. Su práctica profundiza el conocimiento de sí mismo y la autoestima.
 - Es provechoso reconocer en sí mismo lo que implica la práctica de dicho silencio
 - b) Motivación para practicar el silencio. Es preciso despertar un vivo deseo de practicar el dicho silencio.
 - Caer en la cuenta de cómo se mejorará tu personalidad
 - Darse cuenta de algo carente en tu conducta que quieres poner
 - Pensar en cómo tu presencia se enriquecerá
 - El beato Chaminade recomienda la reflexión sobre la virtud en la oración
 - c) Examen de la práctica/experiencia de la virtud.
 - De dónde has partido
 - Cómo has cambiado
 - A dónde caminas
2. El método es un itinerario espiritual para ir cambiando gradualmente por medio de la adquisición progresiva de ciertas actitudes y hábitos de Jesucristo. Si uno practica los cinco silencios, se va conformando, tranquilamente y de manera segura, con las disposiciones y con la bondad interior de Jesús.

Resumen

Hay muchas maneras de trabajar los cinco silencios. Aquí presenté el método del Beato Chaminade, que consiste en trece ejercicios que siguen en secuencia y se repiten y avanzan como un espiral.

El primer ejercicio es tener una idea clara del silencio que se va a practicar. Hay que entender el objeto del silencio y como la práctica puede mejorar tu personalidad. El silencio propuesto no es una ciega repetición de un hábito, sino un crecimiento en el conocimiento de sí mismo y a la manera de ver el mundo. Ayuda mucho a entender el silencio si uno puede reconocer en sí mismo ejemplos de lo que implica la práctica de dicho silencio.

El segundo ejercicio es motivar para practicar el silencio. Un punto de partida puede ser el caer en la cuenta de algo carente en la conducta que uno quiere superar. O se puede sentir el deseo de mejorar la personalidad en algo concreto. Se puede pensar en cómo su presencia se enriquecerá. El Beato Chaminade recomienda la reflexión sobre la virtud en la oración.

El tercer ejercicio es el examen de la práctica/experiencia del silencio. Hay que analizar la experiencia de practicar la virtud. ¿Ha cambiado mi conducta? ¿Cómo estuve antes y como estoy ahora? ¿Qué más hay que hacer? Este examen llevada persona a considerar de nuevo la práctica del silencio, motivarse a ir adelante con la nueva percepción que brota de la experiencia, etc.

Los silencios producen nuevas disposiciones en la persona del motor actual y suave.

MESAS DE TRABAJO

Objetivos:

- Plantear propuestas de trabajo para desarrollar Los silencios con la población objetivo asignado a cada mesa de trabajo.
- Cada grupo presenta sus conclusiones
- Sistematizar las conclusiones y llevarlas al plenario.

ORGANIZACIÓN DE LAS MESAS DE TRABAJO		
SILENCIO	POBLACIÓN OBJETIVO	MONITORES
Silencio de la Palabra	Padres de Familia	Judith Arauco – Franco Chiapo
Silencio del Gesto	Estudiantes del Nivel Inicial	Judith Casafranca – Carmen Mujica
Silencio de la Mente	Docentes	María Orihuela- Sesy Gonzáles
Silencio de la Pasión	Estudiantes de Nivel Primaria	Connie Ruiz – Mónica Cassana
Silencio de la Imaginación	Estudiantes de Nivel Secundaria	Celia Verástegui – Lidia Llerena
Silencio de la Palabra	Padres de Familia	Gustavo Luyo – Jane Ríos
Silencio del Gesto	Estudiantes del Nivel Inicial	Laura Pacheco – Ana María Vargas
Silencio de la Mente	Docentes	Nathalie Ortíz

Mesa Redonda

“REFLEXIONES TEOLÓGICAS, FILOSÓFICAS Y PSICOLÓGICAS SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS SILENCIOS: ESTRATEGIAS EDUCATIVAS”

IMPORTANCIA DE LOS CINCO SILENCIOS: PERSPECTIVA TEOLÓGICA

Padre Quentin Hakenewerth, S.M.

Resumen

La perspectiva teológica pone los cinco silencios en relación con Dios, o mejor dicho, pregunta si los cinco silencios existen en Dios. Si hay algo de los cinco silencios en Dios, ¿La práctica de los cinco silencios nos pone en unión con Dios y nos hace cada vez más como Dios?

Si usamos “silencio” en el sentido del Beato Chaminade con respecto a Dios, silencio quiere decir pureza, santidad, ausencia de obstáculos y contaminación. En este sentido, el silencio en Dios no es tanto una práctica como un estado de ser.

El hombre está creado a la imagen de Dios, es decir, el hombre tiene capacidad de vivir algo en común con Dios. Lo que vive Dios, el hombre a su imagen es capaz de vivir a su manera.

Usando un lenguaje analógico, veo cinco maneras en que Dios comunica a sí mismo a nosotros:

- 1) La segunda persona de la Santa Trinidad es la palabra de Dios. Una palabra comunica una realidad en forma de una idea. En nosotros, el concepto puede corresponder con la realidad, pero no es la misma realidad. Pero en Dios, la palabra es Dios. Es identidad y no puede ser falsa como puede pasar con nosotros. Nosotros queremos comunicar la verdad a través de nuestras palabras. Dios también comunica su calidad a través de su palabra.
- 2) Dios nos habla mucho y profundamente con su manera de actuar. La misma creación es un gran signo del abunda de Dios. En las parábolas de Jesús tenemos gestos de Dios que nos comunican mucho de Dios. Los sacramentos son siete signos más del amor de Dios para con nosotros.
- 3) Por medio de la verdad -ideas correctas de la realidad- podemos vivir la realidad en nosotros en forma de concepto. En la Trinidad, el Verbo (concepto)

es Dios, y por consecuencia no puede ser una idea falsa o un pensamiento malo en Dios. En Dios hay silencio de la mente por su naturaleza; nosotros tenemos que trabajar para adquirir el silencio de la mente.

- 4) Una imagen es una idea visible. El hombre está creado a la imagen de Dios para hacer visible la bondad en Dios. Jesús, Dios-hombre, en la imagen perfecta de Dios Padre. Toda la creación es una imagen de la grandeza, la belleza y la bondad de Dios.
- 5) ¿Hay pasión en Dios? Si la pasión es energía para vivir la realidad con amor, sí. En Jesús, Dios-hombre, vemos mucha pasión: la gran pasión por el reino de Dios, la pasión para hacer la voluntad de su Padre, etc. La pasión de Dios es de pura bondad; nosotros tenemos que disciplinar nuestras energías emocionales para guiarlas a hacer bien y desviarlas de hacer el mal.

¿La práctica de los cinco silencios nos une a Dios? Los cinco silencios son actuaciones de rasgos de Dios, y por eso la práctica de esos silencios nos conforme gradualmente con Dios.

EL SILENCIO DEL SISTEMA EDUCATIVO ACTUAL, ANÁLISIS Y PERSPECTIVAS FILOSÓFICAS

Expositor: Mg. Luis Alberto Ascenjo Gálvez

UNA MIRADA A LA REALIDAD

1. Silencio y cultura actual

Somos una sociedad que desterró el silencio, en donde la presión a vivir desde el exterior, la superficialidad, la inmediatez y la velocidad excluyen el silencio. A la música estridente se unió la tecnología, que confunde silencio con aislamiento y con “acallamiento” exterior. Quien gusta unos audífonos mientras realizar cualquier actividad o escribe en un teléfono “inteligente” se aísla de su entorno; pero, no experimenta el silencio. Es un error considerar esta desconexión como silencio, aún si la apariencia induce a pensarlo.

La cultura actual se angustia ante la interrupción del ruido, por eso, su tolerancia al silencio es una sufrida intolerancia. Vivimos una cultura que se incomoda con el silencio, porque lo experimenta como un fastidioso interruptor de la conexión y de la comunicación verbal.

Hay una banalización de la palabra, pues es una palabra sin referencia al silencio generador de contenidos. El uso de esta a la desgasta e imposibilita la construcción de vínculos profundos y reales. Se desprecia estar en silencio, se huye de él o se soporta un solo instante, no como actitud de actividad prolongada. Muestra, más bien, una comprensión de silencio como “acallamiento aislante”. Es cierto sólo en algún sentido, que la gente esté más comunicada por acción de las redes sociales. Pero es una comunicación que no conduce a la solidaridad efectiva, sino al individualismo exacerbado.

2. Silencio y escuela

El paso por la escuela, ¿educa para despedirse del silencio? El silencio es extraño y problemático en la escuela. La pedagogía lo ignora. En la práctica, está ausente, aun cuando se lo proponga teóricamente como estrategia didáctica. Se desconoce su carácter determinante para explicar la naturaleza humana y, excepcionalmente, se le concede una funcionalidad solo instrumental, no esencial. No se conoce el valor comunicativo del silencio como núcleo de la acción comunicativa universal, que da sentido al lenguaje humano.

Atendiendo al proceso de aprendizaje, el silencio es un instrumento controlador de la sesión de clase, no es metodología para adquirir el saber ni aprender como disposición de vida, ante ella y para ella. Se logra callar a la clase, se logra callar a la clase, pero eso no asegura la atención necesaria para el aprendizaje.

La imposición de este silencio resulta, más bien, contraproducente para cultivar el silencio como experiencia vital. El docente ignora, al menos desde la perspectiva aplicativa en el proceso de aprendizaje, la riqueza de silencio y sus ingentes beneficios para aprender a aprender (aprender a ser, a conocer, a convivir). Un silencio impuesto no es ni pedagógico ni didáctico.

En nuestra cultura somos islas ruidosas en archipiélago sin conexión humana, sólo tecnológica. El colegio no afronta esta nueva realidad. Una realidad egoísta, que ni se escucha ni escucha porque para ellos se requiere silencio. No se prepara a los estudiantes para convivir en silencio y, en esto, la escuela tiene responsabilidad directa. Una detenida observación de nuestros hábitos personales y de la convivencia escolar mostrará que tenemos hábitos ruidosos.

Otro ámbito de observación de la presencia del silencio es la interioridad. No encuentro en la pedagogía escolar la enseñanza de la interioridad. El cuidado, la promoción y la enseñanza del silencio, como condición para la interioridad, están ausentes en la concepción pedagógica y en la aplicación didáctica. Es, además, un contrasentido pedagógico no sólo de formación para la conciencia, sino de la formación intelectual, que forma para la vida. La persona silente desemboca en el mar de la interioridad.

SEMÁNTICA Y SINTAXIS DEL SILENCIO

1. Como origen de la palabra, de lenguaje y la comunicación.

El silencio es comunicación, porque “la palabra oportuna nace del silencio, y el silencio nace de la palabra” (Bonhöffer, 71). La palabra no tiene sentido sin una base del silencio como experiencia “originante”.

El silencio es un interlocutor un desconocido. Pocos experimentan y escuchan la voz del silencio y la mayoría ignora su capacidad de dialogante-comunicador exquisito e incansable. Sí, el silencio habla y crea la palabra. Para recuperar el valor de la palabra humana es necesario recuperar el valor comunicativo del silencio. Escuchar el silencio significa adquirir su riqueza de sentido y significado, su semántica.

En la escuela, la comunicación se enseña desde el ámbito de exclusivamente

verbal. Se restringe a la enseñanza de la gramática y la sintaxis de la palabra. En consecuencia, el universo comunicativo es unilateralmente verbal.

El silencio engendra al ser humano, por que el ser humano es lenguaje. De lo contrario el ser humano pierde su condición de ser lenguaje. El silencio “semantifica” la razón primera del ser humano y su razón última: comunicar. Comunicarse, en el encuentro con sus semejantes, plasmando así su identidad comunitaria. El silencio es origen de la palabra y es, también, preludio ante lo inefable porque, en una dialéctica hermosa, la palabra se silencia cuando el otro lo sobrepasa y aparece totalmente nuevo.

“El silencio es como la respiración entre las palabras, es el significado de las palabras no dichas, de las palabras imposibles de decir, el silencio es la palabra del rostro, de la mirada, del gesto”. (Melich, 163).

2. Como experiencia de encuentro: conocerse y reconocerse en el otro.

El silencio lleva a la experiencia de la otredad. No hay lenguaje sin un otro y no hay otro sin silencio, por eso, tanto el lenguaje como la presencia reconocida del otro nacen en el silencio. Ahí, el lenguaje es comunicación, es decir, encuentros de experiencias. No hay gramática viva, gramática humana sin el otro, incluido el otro como misterio. Y la gramática viva se gesta en el silencio. De tal manera que, la semántica del silencio crea su sintaxis en un verso y una prosa que, primero, son experiencia vital y, luego, palabra que establece relación de identidad, personal y social.

No hay real humanidad sin integridad, y no hay interioridad sin experiencia de silencio. Si lo más importante es el interior, resulta un contrasentido empujarnos a la exterioridad llena de palabras vacías, incompletas y contradictorias. No se puede hablar de importancia de lo interior cuando la pedagogía de la formación para gustar el silencio no asume didácticas para realizarlo.

3. Como experiencia mística: silencio de amor.

La soledad es silencio habitado, pues el rumor de silencio entablar un diálogo donde la presencia, la mía y de los otros, es una verdad irrefutable. Y, en el caso de la experiencia de Dios, el humo del silencio es el lenguaje auténtico de Dios (1 Re, 19).

El silencio como lenguaje se entrelaza y confunde con el lenguaje del amor; nace así el silencio de amor, como diría el místico Juan de la Cruz. El amor es encuentro de personas, que amándose dan realidad al amor, y es, al mismo tiempo, lo que lanza más allá de toda comprensión hacia el misterio. Porque

el amor pone alas a las ansias de realización humana, que se descubre a sí misma como misterio y apertura a un misterio más inmenso e inconmensurable: Dios.

El silencio es quietud, no inercia y menos esterilidad. Es quietud de serenidad productiva y eficaz porque imprime sentido a las acciones que suscita. El misterio del otro, mi semejante, abre a la experiencia del misterio de lo trascendente, del otro, de Dios.

ANOTACIONES CONCLUSIVAS: ¿CÓMO ARMONIZAR SILENCIO Y PROPUESTA EDUCATIVA?

1. Como pedagogía y didáctica.

En la pedagogía, decíamos, se confunde lenguaje con palabra y se infiere que comunicar es hablar y mientras más hables, más te comunicas. No se conoce la naturaleza del lenguaje como “casa del ser”, que explica qué es el ser humano. El ser humano es, según por Paul Ricouer, lenguaje y la “casa del ser”, en palabras de Heidegger. Bajo esta comprensión, el silencio de sustancial en la configuración del lenguaje humano, porque su ser se hace en el reconocimiento del otro, para conocerse finalmente en su qué es y, desde allí, comunicarse con los demás, usando el verbo, el escritor o el gesto.

En toda propuesta de educación subyace una propuesta de humanidad: una concepción de ser humano, que la educación pretende ayudar a formar. Si miramos la propuesta de educación vemos también su modelo de ser humano. Y, cuando nos remite a un ser ruidoso, fastidiado e incómodo con el silencio, esa imagen revela un ser humano cuya capacidad de reconocerse a sí mismo en el espacio interior, que propicia el silencio, está excluida, aún si no de modo explícito. El silencio es un acto gnoseológico, es decir, sustenta el acto de conocer. En el silencio se apropia el conocimiento y se lo descubre significativo. Es contradictorio, o al menos paradójico, que se quiera significar el conocimiento sin la dedicación específica de espacio y disposición para hacerlo desde el silencio. La pedagogía se anula sin procesos educativos y formativos orientados a la re significación del silencio para significar los conocimientos. Formar el juicio crítico, excluyendo la formación en el silencio pedagógico, que posibilita la reflexión analítica, es confundirlo con opinar; tal como la filosofía los diferencia y contrapone.

La palabrería vacía es síntoma de incapacidad para la escucha, pues escuchando es como se aprende hablar. Y la escucha es disponerse desde el silencio para acoger a quien se comunica. Una pedagogía desde el silencio conduce a aprender a hablar escuchando. La mutua escucha produce diálogo

y nuevamente silencio. Cuando el docente valorar y ama el silencio, entonces escuchar y se comunica. No en el nivel de transmisión de contenidos, sino en el de la escucha ontológica, el único nivel de crecimiento personal, donde las personas se encuentra para comunicar su vida con sentido.

2. Como comunicación que abre a la contemplación, a la inteligencia espiritual.

Se debe criticar seriamente la instalada cultura del ruido. ¿Cómo hacerlo? Sembrando la cultura del silencio que abra a la contemplación, con estrategias didácticas destinadas a cultivar e instalar el silencio pedagógico.

La educación debe hacer posible que el ser humano pueda gustar y complacerse en el silencio. Debe enseñar a amar el silencio, De manera tal que se opte por el silencio, para que la experiencia de su disfrute, que trae consigo, se torne en puerta abierta a la experiencia contemplativa. Aprender es callar, no temer al silencio. Del silencio surge la palabra con semántica íntima y trascendente. Nunca la palabra sustituye al silencio; por el contrario, la palabra existe, decíamos, desde el silencio donde se engendra. La palabra debe abrir espacio para permitir el retorno al silencio proscrito y dejar que el silencio hable nuevamente para hacer renacer la palabra con mayor hondura de contenido. Es decir, al inicio, la contemplación como disposición al saber reflexivo y, al final, la contemplación serena de todo aquello que la palabra no alcanza a expresar, pero que intuye con un saber nuevo, que determina un actuar nuevo y transformador. “La contemplación, según Aristóteles, es el prelude de la filosofía” y añadiría que, inspirado en Wittgenstein, de lo que ya no se puede hablar, es mejor callar, hacer silencio y contemplar.

El silencio es una invitación a vivir desde dentro ante una sociedad que presiona a vivir desde fuera. Esto es fomentar la inteligencia espiritual. Se trata de elegir un interior silente, que acoge y escucha, en lugar de un exterior ruidoso. Entretenidos y atrapados por el espectáculo ruidoso, llamativo, activista es mayor la limitación para gustar de la vida interior desde el silencio, y es nula la capacidad para llegar a la experiencia de la contemplación.

Para dar un salto de lo superficial e inmediato a lo interior y duradero, se requiere soledad y esta, asimismo, de silencio. Y aquí es donde se entrelaza el concepto de inteligencia espiritual. De la opción por el silencio que abre a la contemplación y a la inteligencia espiritual, depende la educación orientada a formar personas con “facultad para preguntar por el sentido de la existencia, para tomar distancia de la realidad, para elaborar proyectos de vida, para trascender de la materialidad, para interpretar símbolos y comprender sabidurías” (Torrallba, 3).

3. **Como formación para la ciudadanía: filosofía del silencio y ética**

El silencio es una palabra ética. Cuando el silencio lleva al reconocimiento del otro, en ese instante existe la ética, porque la ética es dejar entrar al otro en el escenario de la propia existencia. Nace la ética cuando, desde el silencio y por el silencio, el otro se hace prójimo a quien amar. Sin silencio no hay ética posible, porque sin silencio como acogida de la otredad, el otro es un intruso, un enemigo, una amenaza, un competidor que pone en riesgo mi individualismo egoísta. Se trata de la formación de la conciencia ética desde la experiencia del silencio que reconoce en la presencia del otro.

La escuela debe adoptar la pedagogía del silencio si busca formar ciudadanos con memoria que construya futuro amando, cultivando y viviendo el silencio como lenguaje-comunicación. Educar en la cultura del silencio y de la memoria para que los tiempos de violencia y sufrimiento no se repitan.

LOS SILENCIOS Y LOS MILAGROS COTIDIANOS; LA PSICOLOGÍA DEL CUIDADO –PERSPECTIVA PSICOLÓGICA

Expositora: Ps. María Belén Romá Romero

Resumen

Se presente texto, inspirado en los escritos marianistas sobre los silencios, es una reflexión desde la psicología, sobre el rol de dicho silencios como fuente motivacional a dos niveles:

Como invitación colectiva a ser agentes de prevención y de recuperación de la salud mental, desde la capacidad escucha y de cuidado, que posibilita vínculos seguros y reparadores.

Como profesionales de la salud mental, los silencios son una invitación a ser cuidadores cuidadoras sanos, que suponen entre otros factores, trabajar en nuestro autoconocimiento, en el autocuidado, con una entrega integral, incorporando los nuevos modelos de la psicología, que nos alejan del rol de “experto diagnosticador” centrado en los problemas y nos acercan a los diálogos terapéuticos, que permiten que el otro sea el experto, en una búsqueda conjunta de recursos, posibilidades y metas incorporando el silencio, lo corporal y no verbal como parte del proceso de comunicación.

Esta reflexión que comparto hoy con ustedes, con gratitud y pasión, es el resultado de muchas historias de las que he sido acompañante privilegiada en estos años transitando en el mundo de las relaciones de ayuda. Y es que, como dice Eduardo Galeano, “los científicos dicen que estamos hechos de átomos el pero a mí un pajarito me dijo que estamos hechos de historias”. Sí, historias repletas de palabras, emociones, experiencias y muchos silencios, que nos hablan de dolor y sufrimiento; pero, sobre todo, de la capacidad auténticamente humana de ser más grandes que nuestros dolores. Los silencios tienen un poder generativo que se refleja en la capacidad humana de autoconocimiento y de crecimiento y en la creatividad asombrosa que las personas tienen para sanarse, perdonar y personarse. Los silencios, como manantiales que emergen, desde el fondo de la tierra (o desde el corazón de las personas) dan vida a la empatía, compasión, bondad, afectos y ternura que en el día a día permiten desarrollar vínculos sanadores, incluso en aquellas personas que su proceso de construcción de la identidad han sufrido carencias y limitaciones por la ausencia de figuras adecuadas de cuidado primario.

Pero los silencios alimentan también, el grito necesario que habla del compromiso público, la denuncia y trabajo por la dignidad y bien común. Palabra y silencio van de la mano, como la denuncia y la profecía, dos caras también de nuestro quehacer como profesionales de la salud mental en el mundo de hoy.

LOS SILENCIOS COMO ESCUCHA TERAPÉUTICA: UNA MISIÓN COMPARTIDA

En el mundo de los profesionales de la salud mental, existe una preocupación válida por el considerado intrusismo de los no profesionales en el ámbito de la atención o tratamiento de la salud mental (situación entendible en términos de cuidado de la persona y ética profesional, sobre todo, ante la proliferación de palabras, libros, modas e industrias de ciertas pseudopsicología). Sin embargo, aun teniendo en cuenta y entendiendo esta preocupación, más bien voy a invitarles, desde la mira de los silencios, a sentirnos responsables o mejor dicho, corresponsables del ámbito de la salud mental y en su atención.

Todos y todas, psicólogos, docentes, vendedores, payasos, músicas, niños, abuelitos, campesinos, cada uno de nosotros tenemos desde el nacimiento la capacidad de participar en los Milagros Cotidianos que se generan con el cuidado mutuo. Y es que desde el cuidado, somos capaces de realizar actos curativos, de ánimo, de calma, reparación y vida. Todos estamos invitados a ser protagonistas de la misión de la sanación y de la vida en calidad, solidaridad y justicia, para no hacer “patología” de cada sufrimiento o reto de las personas. Y todo eso no sería posible, sin los distintos niveles de los silencios que ustedes conocen y que se están trabajando en este encuentro. Por supuesto, siendo conscientes que existen distintos niveles en la profundidad de las dificultades y de igual manera, respetando las distintas áreas de intervención y ayuda posible.

Una parte del mundo actual, con sus prisas, las dificultades, el ruido, la descomposición de lo “colectivo” y la loca carrera por el consumo, nos está llevando, como dice José Antonio Marina en su prólogo al libro de Jesús Madrid Soriano, Los procesos de la relación de ayuda, a ver con normalidad que ante cualquier evento, dificultad, grande o chica, se reclame o busque la presencia de un psicólogo o terapeuta:

“Este fenómeno supone una profesionalización de las conductas de ayuda, sin duda, eficaz y necesaria, pero que puede ser síntoma de un trastorno más profundo, a saber, que se han agotado los manantiales de ayuda cotidianos -la familia, los amigos, los vecinos, los consejeros espirituales-y víctimas de esta soledad, queremos que acudir a los profesionales del consuelo. Son los únicos que a hora fija escuchar a nuestros problemas”.

Y es que, quizás, el gran error del mundo actual está en la pérdida progresiva de las redes de apoyo cotidiano, familiares, barriales, eclesiales, colectivas, que son los “oídos y la voz” de los sufrimientos pero a la vez son los espacios naturales de los vínculos cotidianos preparadores. Ya no tenemos tiempo para escuchar, para detenernos, para dialogar cara a cara. Y ¿será sólo que no tenemos tiempo o quizá es que ya no escuchamos pues no sabemos qué hacer con los silencios?

Demos un paso más. No es posible ser humano y no sufrir a causa de los conflictos, pues somos como los puercoespines, nos queremos acercar para darnos calor, pero a la vez nos dañamos y es que “somos un montón de cosas santas mezcladas con las humanas”, como dice la canción. Deseo invitarles, por un momento, a recordar un impresionante cuadro “El grito” de Edvard Munch en su obra “El Friso de la Vida”. Encontramos el rostro angustiado de una persona que grita ¿Por qué?, podríamos preguntarnos. Puede ser reflejo del sufrimiento o angustia personal; pero, quizás, también un grito que denuncia el contexto socioeconómico de su tiempo, con sus injusticias sociales y a las desigualdades económicas. Y ¿dónde están esos gritos hoy? Muchas veces nos encontramos así nosotros o los que nos rodean, quizás apenados, desbordados o sin encontrar esperanza, con ganas de pedir ayuda y sin saber cómo ni a quién.

Y, como plantea José Antonio Marina en el texto anteriormente citado, *“Si durante un momento callásemos la algarabía que nos confunde y prestáramos atención a nuestro alrededor, escucharíamos; sin duda, muchas llamadas de auxilio sonoras o calladas. Este malestar ex tendido de sino que llenar las consultas de los profesionales “psi”.*

Y por eso, mi reflexión, desde la psicología, es reconocer en los silencios, una verdadera y humana invitación a la pedagogía y psicología del cuidado, en la que nuestra forma de vincularnos, con los estilos de apego que podemos generar con nuestros hijos, familiares, vecinos, se convierten en la mejor estrategia, primero de prevención del dolor y construcción de bases sólidas para la salud mental; pero, también, en caso de que el dolor haya sido generado, el cuidado nos permite ser protagonistas de la ayuda y de la capacidad de sanarnos unos a otros. Sí tratarnos bien nos hace “bien”, también el trato bueno “nos permite sanarnos” sí estamos dolidos.

Y es que cada vez creo más en lo dicho por Maslow cuando los llamaba los milagros cotidianos terapéuticos o lo que el jesuita José María Rodríguez, cuando comparten su reflexión Tiempo de Milagros:

“El milagro eres tú, y soy yo, cuando, aún en las circunstancias más adversas somos capaces de sonreír con una semilla de esperanza. Eres tú, y soy yo, cuando acariciamos la vida. Hoy es milagro compartir y sin cálculo (que los cestos ya están

llenos de panes y peces, pero muchos no les llegan). Es milagro nuestra capacidad de abstraer, admirar, pensar, avanzar y querer”.

INVITACIÓN DE LOS SILENCIOS EN NUESTRA LABOR DE PSICÓLOGOS Y PSICÓLOGAS: SER CUIDADORES SANOS

Y si bien todos somos llamados a ser “cuidadores sanos”, deseo reflexionar sobre algunas de las muchas invitaciones especiales que los silencios pueden presentarnos a los que somos psicólogos y psicólogas o los que estamos en relaciones de ayuda explícita:

- a) El silencio nos invita a conocernos: si deseamos ser agentes activos en una relación de ayuda, necesitamos cultivar el silencio que nos abre al autoconocimiento. Nosotros somos nuestra herramienta de trabajo y por ello necesitamos primero escucharnos profundamente para que, conociéndonos, podamos escuchar y conocer de la misma manera a los demás, sin máscaras pero con una profunda empatía. Para eso necesitamos darnos tiempo para preguntarnos, ¿qué nos daña?, ¿qué nos equilibra?, ¿qué hacemos en la vida real (no en la teoría)?, ¿qué tenemos que cambiar?, ¿qué nos impulsa a ayudar, que ganancias y que pérdidas nos conlleva el ser personas en relación de ayuda?
- b) El silencio nos invita al autocuidado: sabemos que los profesionales de la salud mental y los sesentas somos expertos en sufrir de burnout y fatiga por compasión, factores que afecte nuestra calidad y eficacia profesional. Si no nos escuchamos en silencio, no podremos saber son nuestro cansancio interior y de nuestras necesidades de autocuidado.
- c) Entender los silencios como entrega, más allá de las palabras. Como expresa Loretta Cornejo, “ la psicoterapia es cuestión de piel, cuestión de porros y de olfato. Si no ponemos a disposición del paciente nuestro pellejo, nuestros afectos, nuestra energía, más vale no intentarlo. Tal vez esto sea para algunos algo exagerado, para otros, no tan necesario; pero para ellos, los pacientes, es algo primordial”.
- d) Incorporar el silencio como parte del proceso de trabajo, facilitando o enseñando a los otros/as el valor del silencio para navegar en su propio mundo. Hoy, la psicología incorpora nuevos enfoques, como que Yeltsin basados en mindfulness o la llamada “Atención Plena” o “Conciencia Plena” (como, por ejemplo, la reducción del estrés basada en mindfulness, MBSR).
- e) Reconocer que el comienzo de la sabiduría es el silencio y, por eso, el experto no soy yo, es la persona a la que acompañamos y desde ese respeto, no enjuicamos ni etiquetamos. Esto supone revisar nuestra formación en el

mundo de las teorías psicológicas y los modelos de abordaje psicoterapéutico. La ciencia cambia, la psicología cambian y los avances en el estudio del cerebro, nos dan nuevas ventanas de esperanza. Y los cambios nos invitan a transformar la forma como entendemos nuestro rol, tarea y nuestro lenguaje terapéutico. Cuando comenzó la llamada primera generación de terapias (como la teoría psicodinámica) se inició una revolución en su momento, al pasar de considerar a las personas con dificultades moralmente deficiente (“pecadores”) al considerarlos como enfermos. Se comenzó a hablar en términos de patología, enfermedad y se buscaba el origen de los problemas en la personalidad trastornada del individuo. Sólo el pasado era el lugar de exploración y las posibilidades de cambio se veían lejanas y no muy posibles. Se incorporó el modelo médico en la psicología, empezamos a diagnosticar (DSM) y se consiguió un vocabulario común en un mundo lleno de síntomas y tratamientos, donde profesional de la despertó que diana realidad objetiva y curaba (“sé lo que te pasa, cómo se llama, qué tienes que hacer, lo que te conviene”). Pero el proceso de cambio nos ha llevado otras generaciones de terapia. En los años cincuenta, podemos encontrar el inicio de la segunda generación (terapia conductista, los métodos cognitivos, terapia familiar) con un nuevo paradigma. El centro de trabajo ya no es el pasado, son los problemas del presente, en el “aquí y ahora” y se amplía de mirar sólo a la persona a sus sistemas de referencia como la familia. De la enfermedad nos vamos a poner atención a los estímulos, respuestas, manera de pensar y pautas de comunicación. Al cliente/paciente se le percibe de una manera más positiva, pero el experto seguía siendo el terapeuta.

Hoy hablamos de tercera generación, donde el psicólogo/terapeuta es invitado a dar un paso atrás del cliente, tocando su hombro, acompañando. El experto es el cliente y en él están las soluciones, optando por no fijarnos sólo en lo que no funciona, en la patología o los problemas. El terapeuta ya no es un observador objetivo de sus clientes, experto, que diagnostica, o que pone etiquetas y determina cómo tratar o que meta seguir. Ahora construimos juntos, con un lenguaje que construye la realidad. El cliente dirige y el terapeuta es un copiloto flexible. Para eso tenemos que escuchar, con curiosidad, más allá de lo que nos verbaliza el cliente, encontrando en cada persona sus recursos y fortalezas. Como en el cuento de Momo, juntos podemos visualizar lo que el problema ha invisibilizado. Por eso, desde los silencios, necesitamos valorar con respeto al otro, escucharlo con curiosidad y confianza, apareciendo su realidad, donde nuestras conversaciones terapéuticas (no tanto tratamientos) permitan la y las posibilidades. Gabriel Segura, experta en trauma e infancia, invita a los psicólogos a generar vínculos y relaciones de “hemisferio derecho a hemisferio derecho” como en los cuidadores primarios.

Estamos ante las terapias posmodernas, como las terapias narrativas, socio construccionistas, colaborativas y el vasto campo de las terapias integrativas. Todas ellas nos invitan a preguntarnos, cómo podemos juntos, terapeutas y clientes, o educadores y alumnos o sencillamente unos con otros, generar relaciones y conversaciones que nos permitan acceder a toda nuestra creatividad, desarrollando posibilidades dónde estás no parecían existir. Esos son los milagros cotidianos, que nos muestran que es posible construir nuevas historias, nuevas miradas, menos lecturas, nuevas vidas.

Quisiera concluir ésta breve reflexión, recogiendo modo de conclusión, una hermosa frase de una apreciada colega, Sandra Baita, sobre el papel del vínculo terapéutico, al afirmar que las relaciones sanadoras, se caracterizan por ser “reparadoras, sostenedoras, contenedoras, alentadoras, pacientes, tolerantes y firmes”. Invitación comunitaria a generar y trabajar sobre los silencios que permiten el cuidado y dignificación de las personas. Y así, con palabras del papa Francisco, va mi deseo de CUIDADO para cada uno de nosotros, psicólogos, educadores, o sencillamente para cada ser humano.

“Caminemos juntos todos, cuidémonos los unos a los otros, cuidense entre ustedes, no se hagan daño, cuidense la vida, cuiden la familia, cuiden a los niños, cuiden a los viejos que no haya odio, que no haya pelea, dejen de lado la envidia, dialoguen entre ustedes, que este deseo de cuidarse vaya creciendo en el corazón y acérquense a Dios”.

“Cuidemos a la gente, preocupémonos por todos, por cada uno, con amor, especialmente por los niños, los ancianos, quienes son más frágiles y que a menudo se quedan en la periferia de nuestro corazón. No debemos tener miedo de la bondad, ni de la ternura”.

Conclusiones del evento

Ps. Henry Santa Cruz

Lograr sintetizar lo que estos dos días se ha planteado resulta un tarea complicada por la profundidad de los temas, esperamos sintetizar lo sustancial del evento. Indistintamente del orden de los temas y expositores logramos distinguir que:

- 1) Nuestra cultura puede equivocar el verdadero significado del silencio o no reconoce su verdadero valor. La tecnología y el egocentrismo no han facilitado un mayor desarrollo de la práctica del silencio.
- 2) En la pedagogía actual no hay una formación, al menos en una buena parte de las instituciones, de la espiritualidad. La ausencia del silencio es antipedagógica para la formación del conocimiento.

- 3) Por encima de toda la creación está la persona. La persona humana es un ser incompleto que necesita llegar a su crecimiento personal. La propuesta para llegar a este crecimiento es buscar su espiritualidad por medio de la práctica de los cinco silencios: palabra, gesto, mente, imaginación y pasiones.
- 4) El desarrollo del silencio de la palabra es ser conscientes, amar la verdad y descubrir de donde vienen las palabras. Para el desarrollo de los gestos es cuidar no brindar mensajes dobles y cada signo no verbal. El silencio de la mente resulta fundamental porque plasma nuestra personalidad generando sentimientos y conductas. Para ello debemos aprender a juzgar nuestras propias ideas. El silencio de la imaginación se educa aprendiendo a distinguir lo real de lo irreal, e introduciendo imágenes de tranquilidad a nuestras vidas. El silencio de las pasiones nos obliga a educar nuestras mentes y la imaginación quien domina lo que sentimos.
- 5) En el campo del desarrollo personal y práctica pedagógica, debemos entender que el silencio no es un contenido, es más bien un clima entre nosotros. El silencio como práctica educativa nos conlleva a reconocernos en los demás, y en un sentido gnoseológico conlleva a dar sentido al conocimiento. Los docentes necesitan hacer una reflexión sobre la importancia del silencio en su práctica dirigidas a ayudar a vencer el miedo a la soledad.
- 6) Debemos reconocer a la práctica de los silencios como una psicología y pedagogía del cuidado, rescatando que el silencio nos puede convertirnos en sanadores, para ello necesitamos conocernos, autocuidarnos, entregar más allá de las palabras; el silencio debe ser parte de nuestro trabajo, sin olvidar que no somos expertos.
- 7) El silencio se encuentra desde un enfoque teológico, filosófico y psicológico para restaurar la imagen del otro y el compromiso de la transformación real de la sociedad.

Referencias

Bibliography: publications by Rev. Quentin Hakenewerth, S.M

Articles

- “What Are Apostles Made Of?” in THE MARIANIST, September 1960, pp. 7-12.
- “Why Brothers Don’t Become Priest” on THE AMERICAN ECCLESIASTICAL REVIEW, Vol. CXLIV No. 1, January 1961, pp. 14-22.
- “Beatniks, Communists and You” in THE MARIANIST, November 1961, pp. 28-32.
- “A Dare to Love” in MARY TODAY, January-February, 1964, pp. 3-7.
- “New Morality Demands New Asceticism” in REVIEW FOR RELIGIOUS, Vol. 27, 1968, PP. 71-79.
- “Celibacy and the Priesthood” in CROSS AND CROWN, Vol. 20, No. 2, 1968, pp. 133-142.
- “Groups Methods in Spiritual Direction” in REVIEW FOR RELIGIOUS, Vol. 27, 1968, pp. 71-79.
- “Internalization of Values and Perseverance in Religious Life” in THE COUNSELOR, October 1970, p. 2.
- “Illustrations of Fundamental Choices and Their Consequences” in RELIGIOUS LIFE: TOMORROW, “Domun Dei” Series No. 24 of the Canadian Religious Conference, 1978, pp. 186-190.
- “Vocations and the Church’s Self-Image” in THERE IS NO VOCATION CRISIS... IF, published by the Eastern Religious Vocation Directors’ Associations, 1980, pp. 5-12.
- “Discerning the Sources of our Inner Tendencies” in THE SPIRIT AND THE BRIDE, Vol. 7, No. 2, March 1981, p. 3.

Books

- The Grain of Wheat, The dynamics of Spiritual Growth, Maryhurst Press (St. Louis, Missouri), 1967, 82pp.
- Mary in Modern Spirituality, Maryhurst Press (St. Louis), 1967, 49 pp. [Translated into French, Korean and Japanese. Published today by NACMS, Dayton]
- The Prayer of Faith, Maryhurst Press (St. Louis), 1969, 76 pp.

- For The Sake of the Kingdom, the Liturgical Press (Collegeville), 1971, 103 pp.
- In His Likeness, Maryhurst Press (St. Louis), 1977, 86 pp. [Translated into French]
- Following Your Inner Call, Workbook for discerning your inner call, National Catholic Vocation Council (Chicago), 1981, 24 pp. [Translated into Spanish]
- Fullness of Life Through Prayer, NACMS (Dayton), 1981, 73 pp.
- The Mother of Jesus was There, NACMS (Dayton), 1984, 49 pp.
- A Manual of Marianist spirituality, NACMS (Dayton), 1988, 67 pp. [Translated into French and Spanish]
- Growing in the Virtues of Jesus, The Marianist Method of Virtues for use in Groups, NACMS (Dayton), 1997, 188 pp. [Translated into Spanish]
- The Great Design of God's Love, A Companion to Growing in the Virtues of Jesus, NACMS, 1997, 106 pp. [Translated into Spanish]
- AGUILERA, E., Los cinco silencios de Guillermo José Chaminade, introducción y conclusión por Aguilera, E., www.marianistas.org.
- BONHOEFFER, D., Vida en comunidad, (Salamanca, 2002).
- MÉLICH, J. C., Filosofía de la finitud, (Barcelona, 2002).
- OTAÑO, I., Lectura del "método de virtudes" hoy, (Madrid, 2005).
- TORRALBA, F., Pedagogía del silencio, (Madrid, 1997).
- Madrid Soriano, J. (2005) Los procesos de la relación de ayuda. Bilbao: Desclée de Brouwer.



La señora Rosa María Neuenschwander dando la bienvenida al Padre Quentin a su llegada al Perú



El Padre Quentin, expositor y el Hermano Felipe Melcher, gestor; del I Encuentro Internacional unidos en un fraternal abrazo



Parte del equipo de psicólogos disfrutando del almuerzo luego de una mañana de trabajo intenso.





Ceremonia de clausura con la presentación artística de dos parejas de baile, con el fondo musical de la Banda Richard Brand, quienes interpretaron nuestra tradicional Marinera Norteña; todos ellos estudiantes del Colegio San Antonio Marianistas.



Equipo de Psicólogos Marianistas acompañados por Rosa María Neuenschwander y el Padre Quentín; con la alegría y satisfacción de haber culminado satisfactoriamente este magno evento.



VII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2015

“LOS CINCO SILENCIOS COMO
FUENTE DE APRENDIZAJE
Y DESARROLLO PERSONAL:
VOLUNTAD Y METACOGNICIÓN”



COLEGIO
SAN ANTONIO MARIANISTAS

Director:

Jaime Córdova Montejo

Psicólogos:

Lidia Llerena Fernández

Gustavo Luyo Sánchez

Laura Pacheco Herbozo

Clever Serrano Zegarra

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



COLEGIO SAN ANTONIO MARIANISTAS

Lo esencial es lo interior



VII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2015

Oración guiada de los silencios: de la palabra de los signos y la mente

- Ante la Imagen de Chaminade Jesús y María con una frase: La oración es estar plenamente convencido de que Dios está conmigo y me acompaña

Desarrollo

- Nos disponemos y nos damos la libertad de tener esta experiencia de estar con el Señor a través de mi hermano/a.
- Invitamos a la santísima Trinidad nos acompañe en este momento de acción. Decimos todos juntos: en el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo amén.
- Cerramos nuestros ojos: tomamos conciencia del lugar donde estamos y con quienes estamos, sentimos nuestro cuerpo sobre la silla, percibimos los ruidos externos lejanos y cercanos, tomamos contacto con nuestra respiración, relajamos las tensiones de nuestro cuerpo y calmamos nuestra mente. En esa calma que has logrado, piense en una frase positiva que sueles expresar, cuando la tengas vas a abrir tus ojos y con la persona que tienes a tu lado vas a decírsela tomándole de las manos mirándole a los ojos y de forma amable. Se lee el texto bíblico y se invita a leer todos juntos la petición: Te pedimos Madre Buena que formes en nosotros desear decir solamente aquello que es útil y edificante para nosotros y los demás.
- Cerramos nuestros ojos, tomamos contacto con nuestra respiración y vamos a retomar nuestra frase o mensaje positivo que hemos dicho, repítelo mentalmente, y vas a ponerlo a través de un gesto, signo que lo evidencia, que ese gesto o signo que representa tu mensaje hable por sí solo sin palabra alguna, pero vas a decírselo a otra persona. Se lee el texto bíblico y se invita a leer juntos la petición: Te pedimos Buena Madre nos ayudes a dominar nuestros gestos para que comuniquen lo mejor de nosotros.
- Cerramos nuestros ojos, tomando contacto con nuestra respiración, sentimos como ingresa el aire por nuestras fosas nasales, como es repartido a nuestros pulmones y cerebro, sentimos como nuestro cuerpo se libera de tensiones y nuestra mente se calma. Vas a imaginar cómo al inhalar lleno mi mente de la paz de Dios y al exhalar dejo salir mis pensamientos violentos, inhalando lleno mi mente de la paz de Dios exhalando dejo salir mis pensamientos violentos, ahora inhalando llenas tu mente del amor de Dios y exhalando dejo salir mis ideas egoístas o de indiferencia. Tomamos contacto con nuestro exterior consciente, abrimos nuestros ojos. Se lee el texto bíblico y se invita a leer la petición: Te pedimos Buena Madre nos ayudes a nutrir nuestras mentes con lo bueno y lo útil.

(Lic. José Antonio Taboada Córdova)



COLEGIO SAN ANTONIO MARIANISTAS

Lo esencial es lo interior



VII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2015

“LOS CINCO SILENCIOS COMO FUENTE DE APRENDIZAJE Y DESARROLLO PERSONAL: VOLUNTAD Y METACOGNICIÓN”

Fundamentación

A partir de las conclusiones vertidas en el VI ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS - I ENCUENTRO INTERNACIONAL DE PSICÓLOGOS Y EDUCADORES “IMPORTANCIA Y PRÁCTICA DE LOS SILENCIOS EN EL QUEHACER EDUCATIVO”, donde tuvimos la presencia del autor del libro “Creciendo en las Virtudes de Jesús” Padre Quentin Hakenewerth; se proyecta este VII Encuentro, con la finalidad de conocer, interiorizar y aplicar en la comunidad educativa la práctica de Los Silencios esta vez relacionándolo a temas de mayor necesidad en el quehacer educativo como son: Voluntad y Metacognición.

De modo que tanto en el desarrollo personal como en la práctica pedagógica, los silencios constituyan el clima entre nosotros, que nos permita reconocernos en los demás, dar un mejor sentido al conocimiento y ejercitar el diálogo entre fe y cultura.

Por encima de toda la creación esta la persona. La persona humana es un ser incompleto que necesita llegar a su crecimiento personal. La propuesta para llegar a este crecimiento es buscar su espiritualidad por medio de la práctica de los cinco silencios: palabra, gesto, mente, imaginación y pasiones.

El desarrollo del silencio de la palabra es ser conscientes, amar la verdad y descubrir de dónde vienen las palabras. Para el desarrollo de los gestos es cuidar no brindar mensajes dobles y cada signo no verbal. El silencio de la mente resulta fundamental porque plasma nuestra personalidad generando sentimientos y conductas. Para ello debemos aprender a juzgar nuestras propias ideas. El silencio de la imaginación se educa aprendiendo a distinguir lo real de lo irreal, e introdu-

ciendo imágenes de tranquilidad a nuestras vidas. El silencio de las pasiones nos obliga a educar nuestras mentes y la imaginación quien domina lo que sentimos.

En esta propuesta como en todo proceso formativo nada lograríamos con esfuerzos individuales, por eso, queremos compartir nuestras experiencias e iniciar el camino junto.

LOS CINCO SILENCIOS COMO FUENTE DE APRENDIZAJE Y DESARROLLO PERSONAL (VOLUNTAD Y META COGNICIÓN)

Expositor: R P. Rafael Luyo Sánchez

PRIMERO: LA RELACIÓN ENTRE PSICOLOGÍA Y TEOLOGÍA

En un primer momento la psicología dejó el concepto del alma de la filosofía; lo mismo ocurrió respecto a la teología, dejando fuera de su campo cognoscitivo el problema de la trascendencia.

La psicología evoluciona de una concepción “cerrada” y determinística de los dinamismos psíquicos a una dimensión “abierta”, la cual asigna un papel fundamental a la voluntad, a los factores constructivos, a los valores trascendentes.

La psicología humanístico-existencial presenta una concepción netamente positiva y optimista de la persona humana; y a partir de este punto podemos propiciar el dialogo entre la psicología y los cinco silencios propios de la espiritualidad de Guillermo J. Chaminade.

Los resultados de la ciencia humana se pueden aplicar a la propia vida espiritual y para promover la vida de otros. Más aun, la religión no tiene que ser destructora y alienante para el hombre. Teología y Psicología pueden colaborar para ayudar a la persona.

En el fondo la psicología pretende no discutir problemas de naturaleza teológica, sino ofrecer elementos útiles al analizar cómo la palabra de Dios es recibida y vivida por el hombre y cómo los hombres pueden reaccionar frente a lo sagrado. El impacto de la psicología en la teología e traduce en un modo distinto de ver el objeto de la fe, de modo que la fe misma resulte más personal.

Se ha superado la mentalidad dualística en lo que se refiere a la naturaleza y la gracia. El factor psíquico no es extraño a la gracia y que toda experiencia vivida de naturaleza religiosa se encuentra siempre encarnada en el psiquismo. Todo comportamiento religioso debe ser considerado desde dos puntos de vista: el psicológico y el teológico.

Es imposible separar y pretender “medir” el grado de libertad o de pureza de la fe en una persona, lo mismo que nadie puede separar la gracia de la voluntad o de los deseos humanos. La gracia es la presencia activa de Dios en el psiquismo humano, pero no se puede diagnosticar su presencia.

El ser humano se dirige hacia Dios animado por una intención sobrenatural; sin embargo, también se siente impulsado por exigencias netamente humanas: deseos, incertidumbres, estados de ansiedad. De tal modo que aun cuando la necesidad sea de naturaleza religiosa, la persona espera una respuesta que tenga en cuenta su estado de ánimo, que le infunda confianza, valor, seguridad y clarifique sus dudas. La solicitud de ayuda dirigida a un religioso o a un sacerdote se presenta como una mezcla de deseos humanos y de búsqueda de valores sobrenaturales.

Es decir, el hombre busca a Dios a partir de la situación existencial en la que se siente inmerso. Radica en los impulsos, en la afectividad y en las estructuras psíquicas, la fe se presenta siempre mezclada con intenciones totalmente humanas. La religiosidad se mueve a un mismo tiempo en dos planos: el psicológico y el espiritual. La religión proviene de motivos humanos, pero gradualmente se va de una posición horizontal a una vertical. En ese proceso de purificación consiste el progreso espiritual del hombre.

El creyente vive las manifestaciones de la propia religiosidad de tal modo que la sienta relacionadas a su propio psiquismo profundo. Por el contrario, si la religión es presentada como un deber o en forma autoritaria, fácilmente el hombre la experimenta como ajena a su propio destino y se sentirá tentado a abandonar la fe.

SEGUNDO: EL EJERCICIO DE LA VOLUNTAD Y LA META COGNICIÓN EN RELACIÓN A LA PRÁCTICA DE LOS SILENCIOS.

La voluntad como tema importante aparece en la filosofía aristotélica y en la filosofía escolástica de la edad Media. Se la considera con la inteligencia como una de las facultades del alma. La práctica constante de los actos buenos da a lugar a las virtudes. La repetición de acciones negativas da lugar a los vicios.

El ejercicio de la voluntad, o la intencionalidad, se requieren para incorporar la práctica de los silencios en la vida del ser humano, según las enseñanzas de Guillermo José Chaminade (Francia, 1761-1850), en cuyos escritos espirituales aparece el “sistema de virtudes”: los “cinco silencios”, que con otras tres (recogimiento, obediencia y aceptación), las denomina “virtudes de preparación”.

La práctica de los silencios de manera deliberada, y asumida libremente, la podemos relacionar con la corriente psicológica del conductismo. Según la escuela conductista, se logra la instalación de una conducta positiva, mediante el reforzamiento repetido. Lo mismo que para extinguir una conducta negativa se recurre a un reforzador. En cuyo caso es importante no olvidar que el “castigo” no tiene el mismo sentido que se le da generalmente, como algo punitivo y, en consecuencia, humillante para el sujeto. Por último, tampoco conviene olvidar

que el reforzamiento tiene sus propias características y leyes, se utilizan tomando en cuenta diversos aspectos, como la edad de la persona, la cultura, sexo, estado de ánimo, periodicidad y oportunidad del mismo.

También podemos pensar en el “modelaje” social. Como el esfuerzo que se hace para influir en la persona conductas positivas, como la práctica de los silencios; es más fácil si hay un ambiente que los favorece. Para ello un recurso que favorece la creación de esta nueva cultura es llevar a cabo la inducción, la práctica y la evaluación de sus resultados en pequeños grupos o comunidades y en el aula. En ese sentido la familia podría y debería ser un aliado importante en la creación de un ambiente favorable a la formación de las personas.

De otro lado, la meta cognición nos llega por medio de la psicología cognitiva, conocida por todos ustedes. Las ideas o pensamientos generan sentimientos, que a su vez producen en el individuo diversas conductas o acciones. La meta cognición lleva a la persona tomar conciencia de lo que ocurre en el proceso de aprendizaje: se da cuenta de cómo aprende para poder gestionar sus conocimientos, emociones y conductas. Se da cuenta de que lo aprendido le puede servir más adelante, que lo puede relacionar con otros aprendizajes. Lo aprendido se puede utilizar para otras situaciones.

La metodología propuesta para el aprendizaje de los silencios, según el P. Quentin Hakenewerth consta de tres momentos:

- 1) Una definición de la virtud unida a momentos de meditación.
- 2) Movidos por un sentimiento frente a un modelo propuesto, se responde personal y grupalmente a algunas preguntas que tienen como fin lanzarnos a la acción.
- 3) El proceso ocurre dentro de un grupo de alumnos, niños o adolescentes, en el que sus miembros encuentran un apoyo incondicional e invaluable. El contexto grupal en el que se realiza el aprendizaje hace posible la constancia necesaria para que éste se lleve a cabo.

TERCERO: LA VIDA ESPIRITUAL SE VIVE A PARTIR DE LA ORACIÓN. DISPOSICIONES PARA ORAR.

La experiencia de diversas religiones es que la meditación favorece los procesos de aprendizaje cognitivos, afectivos y de socialización.

También, la experiencia en las cosas del espíritu nos enseña que la oración no es una obligación ni un logro humano. Es una gracia, es un don divino. Tal como sucede en la experiencia humana: la relación con otra persona solo es posible desde la libre aceptación, desde la apertura gratuita de los sujetos que se encuentran. Y

esa aceptación no se conquista; se pide, se acepta y se agradece. En la relación con Dios que es la oración, esto sucede en el grado más alto. De Dios es la iniciativa: al ser humano le corresponde esperar, hacerse disponible y acoger.

Con todo, la oración no elimina la existencia de unas disposiciones en el hombre que quiera iniciarse o progresar en ella. No es el menor esfuerzo que tiene que hacer el hombre para acoger, para abrirse a la gracia; pero es un esfuerzo diferente.

La preparación para la oración comienza mucho antes de que se ponga a orar. Comienza con la forma de vida de la persona. Si bien es verdad que se puede orar en cualquier lugar, desde cualquier profesión trabajo o lugar. También es verdad que en todas las formas de vida, en todas las edades y en todas las profesiones se puede adoptar una forma de vida que imposibilite la oración.

La desorganización de vida en la que no hay lugar para la oración. Una agenda llena de cosas por hacer es señal de una vida ocupada donde no queda lugar para lo único necesario. Una vida vacía, sin la posibilidad del contacto con otras personas, con las cosas que suceden alrededor, con lo que ocurre en el mundo, no favorece el desarrollo de la oración cristiana.

Pocas veces dice “yo” el ser humano tan verdaderamente como cuando lo dice delante de Dios. Pero hay muchas formas no verdaderas de ser y decir “yo”. Cada una de esas formas es un obstáculo para entrar con la verdad en la oración. El reino de Dios se decide en el interior de la persona.

En resumen, el encuentro con Dios tiene lugar en el profundo centro de cada persona. Por eso, la falta de profundidad, la instalación en la superficialidad, hace sencillamente imposible la oración. Si la mirada está dirigida de modo permanente hacia lo exterior, la conciencia es incapaz de atención, reflexión y recogimiento.

Hay otra actitud que incapacita, especialmente, al ser humano para la profundización: la actitud posesiva. Tal actitud pone al hombre en el centro de la relación y reduce todo lo demás en función del que posee; no puede mantener sino relaciones con objetos y cuando se trata de personas, trata de poseerlas. Es decir, para conocer a Dios, para entrar en relación con él, el ser humano tiene que abandonar la actitud de posesión y adoptar una actitud de disponibilidad y de desprendimiento.

Por último, el yo de la oración nunca es un yo aislado: no se puede descubrir a Dios, al menos al Dios cristiano, porque es Padre de todos, fundamento de la fraternidad humana. Las actitudes de aislamiento, la instalación en la competitividad como forma de vida y la incomunicación con los demás hace imposible, tanto el “nosotros” en la oración.

Iniciar la oración supone la firme decisión de hacerlo. Supone reservar unos minutos para hacerlo, despertando la atención a la presencia de Dios, musitando unas palabras, esbozando unos gestos. La primera condición para orar es ponerse a orar. Después de estos regalos, Dios exige del hombre esfuerzo y constancia en la práctica de la oración para que aprenda a buscarlo, a apreciarlo.

Para ello, hay dos maestros. Nunca falta el testimonio del maestro interior, el Espíritu que conduce a la verdad plena. Pero para aprender a escuchar su voz ayuda mucho la compañía de un maestro experimentado, que será eficaz si es capaz de expresar su experiencia, dar testimonio de lo que vive y compartir lo que recibe gratuitamente.

Para la práctica de la oración, también ayuda: el acondicionamiento del lugar, disponer el horario, la postura corporal más apropiada, la mejor disposición de las energías físicas y mentales, la utilización de las fórmulas que más convienen.

La meditación tiene que ser más que un discurso imaginario; hecha con cuidado ayuda al cristiano de nuestros días a descubrir un camino hacia el hombre interior y un medio para el encuentro con Dios.

Son tres las palabras que resumía para los medievales el camino de la oración: lectura, meditación, contemplación.

La recuperación de la meditación puede prestar un gran servicio al hombre de nuestros días. Debemos observar del modo que suele marcar el uso de la razón en nuestra cultura científico-técnica y el empobrecimiento que resulta para el hombre. En la meditación se cultiva, además, la reflexión y la concentración.

El pensamiento y la razón son elementos fundamentales en el ser humano, pero no son los únicos. En la oración se trata de pensar a Dios por pensar en Dios, Pero como se piensa en alguien que se ama. Es decir, haciendo del pensamiento expresión del amor y camina hacia el amor. La cosa no está en pensar mucho, sino en amar mucho, de tal manera que nos transforme, nos ayude a superar los temores, las contradicciones y los obstáculos que encontramos en el camino.

Poco a poco la meditación nos irá llevando por los caminos de la contemplación. Amar es el fin de la oración. Por la meditación el hombre se dispone para llegar a la contemplación. El hombre se prepara con su búsqueda, la purificación de su vida y la familiarización con los “lugares” en los que manifiesta su presencia. Es el tiempo de la actividad mediática.

No existe un apoyo único para la meditación. Todo puede ser un apoyo para la meditación. La naturaleza contemplada con asombro y admiración; los acontecimientos actuales o pasado de la propia vida; la situación del mundo; las

palabras lentamente pronunciadas de una oración vocal; la lectura reposada de un autor espiritual; sobre todo las palabras de la Escritura y la memoria de los misterios de la vida de Jesús. Lo importante es percibir en todos esos medios, una palabra que me es personalmente dirigida, y aceptar, acoger esa palabra y dejarse iluminar por ella.

Tampoco y uno acto que agote la meditación. Lo decisivo es entablar la relación con Dios, ponerse en su presencia, y con palabras, imaginaciones, razones o discursos “tratar con él” y dejarlo tomar posesión de nuestra vida. Podemos aprender aquí, la psicología humana en estrecha vinculación a la vida espiritual.

No faltan dificultades en esta forma de oración, pero todas son superables. Basta determinación y decisión para comenzar el camino; así la meditación nos ayudará a conformar más estrechamente nuestra voluntad con la de Dios y creer en su amor y en el del prójimo, en ello consiste la perfección a la que Dios nos llama.

CUARTO: LA ORACIÓN COMUNITARIA

Cualquier obra de colaboración exige que los sujetos la proyecten en común, la preparen entre todos y compartan las tareas que comporta su realización.

Sin embargo, la oración comunitaria exige algo más. Requiere la constitución de un “nosotros” que, congregados por la Presencia reconciliadora y comunitarizadora de Dios, la reconoce, la agradece y la manifiestan una voz y un gesto comunes. Por eso lo decisivo para la existencia de una oración comunitaria es la unanimidad de los que oran.

No es el resultado de un consenso de los miembros del grupo, sino la unanimidad de los que son poseídos por el mismo Espíritu. Pues, es el Espíritu el que ora en nosotros (Rom 8,36). Gracias a él podemos decir: Padre (Rom 8,15), gracias a él los cristianos formamos una comunidad de redimidos, un nuevo “nosotros”. La oración cristiana es expresión de la comunidad de los Santos, es comunitaria incluso cuando se realiza en la soledad; también la oración puede realizarse en una gran asamblea, de un grupo heterogéneo.

Preparan de la acción comunitaria

La forma comunitaria de oración es posible cuando esa unanimidad se hace visible en una comunidad de orantes. Veamos algunas condiciones necesarias. La primera, será la convivencia, la presencia compartida de los miembros que exprese la unanimidad que los reúne. En una oración comunitaria todos deberán estar recogidos, ninguno deberá estar aislado. Y el primer paso de una oración comunitaria será la toma de conciencia y la expresión simbólica del hecho de la reunión, la aceptación por todos del hecho de estar congregados. Al comienzo

de la reunión, nunca deberá faltar alguna forma de actualización de las razones profundas para la reunión de la comunidad más allá de las diferencias y más allá de las razones naturales: afinidad, amistad, simpatía que pueden tener sus miembros para reunirse. En el momento para que la unanimidad mística se convierta en unanimidad visible; es el momento para la constitución del indispensable “nosotros” de la oración.

En la oración comunitaria se puede expresar de muy diversas maneras.

Según la naturaleza del grupo. Hay una forma comunitaria para vivir la Presencia originaria de Dios en el silencio compartido. Pero ordinariamente la oración en común utiliza fórmulas que sirven de expresión y de refuerzo para la comunión de los participantes. Las fórmulas pueden ser oficiales o comunes al conjunto de la iglesia. Lo mismo da si la comunidad expresa su conciencia de la Presencia en fórmulas propias, espontáneas o previamente preparadas.

Es importante que la fórmula elegida se preste para la oración en común; que esté al alcance de la fe y la conciencia de todos; que se preste su estructura para ser compartida. La fórmula deberá surgir de la comunidad, expresar sus inquietudes, formular sus necesidades y esperanzas, reflejar las situaciones por las que necesariamente pasa la vida de la comunidad a lo largo de los días. La oración de petición es hermosa cuando se convierte en el medio para la intersección de unas por los otros.

Para evitar la rutina, la recitación mecánica de los fórmulas que amenaza la oración de los grupos hay diversas formas. Puede ser citada por todos, alternada por el grupo dividido en coros, en forma de diálogo, etc.

Una voz, en el unísono del canto, ayuda, también. El cuidado de la música resulta indispensable para las comunidades orantes. Conviene no olvidar que el canto de la comunidad es una bella imagen de la oración y la fe de vida en común.

La oración al servicio de la vida comunitaria.

La comunidad necesita expresar en común su fe y celebrar. La oración y la celebración comunitaria son expresión y alimento de la fe compartida, que es el fundamento de la comunidad cristiana. La vida comunitaria sostiene la oración en común, y a su vez, la oración, enriquece y robustece la vida comunitaria.

Finalmente, la unanimidad de la oración se prolonga en la comunicación de bienes de los orantes. El que dice “Padre nuestros”, se ve urgido a vivir efectivamente la fraternidad. Nadie busca aisladamente su pan; lo pide para todos. Poner en común la propia fe ayuda a poner en común las ideas y los sentimientos, y urge a compartir los bienes de todo tipo que se poseen. El mismo Jesús ha unido su

encuentro con cada uno de nosotros a la ayuda al necesitado. Nadie debe separar lo que el Señor ha querido unir.

La oración de petición, piedra de toque de la fe.

Las objeciones fundamentales a la oración de petición se centran en estas: Dios conoce nuestras necesidades y no necesita que se las hagamos presentes; su bondad no necesita de nuestros ruegos para compadecerse de ellas; solicitar la intervención de Dios para evitarnos los males supone una forma de entender su intervención en el mundo difícilmente compatible con el respeto a su trascendencia.

Por otra parte, la crítica se funda a veces en el peligro de perversión de la actitud religiosa, y de contaminación por la magia que comporta, en la medida en que favorece la motivación del interés en el ejercicio de la relación con Dios y fomenta la creencia en la posibilidad de provocar una respuesta automática del poder superior. Por último, evitaría poner en juego todas nuestras fuerzas para superar el mal y conseguir por nosotros mismos los bienes que necesitamos.

La razón fundamental de su validez está en que es una forma natural para el hombre vivir la relación de fe-confianza en el Dios presente en nosotros, cuando pasamos por situaciones de peligro, de necesidad, de dificultar o de angustia. No es más que la puesta en ejercicio de la radical confianza, vivida en las circunstancias concretas en las que se puede ver nuestra necesidad humana, nuestra precariedad existencia, en un Dios al que como creyentes reconocemos presente en nosotros y vuelto hacia nosotros en el curso de nuestra vida. Es el ejercicio de la confianza incondicional en Dios, que constituye el centro de la actitud teologal en los momentos difíciles de la vida.

QUINTO: “VIVIR EN LA PRESENCIA DE DIOS”

“Oren incesantemente” (1 Tes 5,17; Ef 6,18; Lc 21,36). No hemos de entender literalmente esta invitación. El cristiano, para serlo de verdad, necesita vivir en actitud orante, y esta actitud es una disposición permanente. La actitud orante produce una determinada disposición de la persona que afecta esa raíz misma del ser personal que se refleja en la conciencia, las decisiones fundamentales, la orientación de la vida. Antes de hacer tal o cual cosa, de adoptar una determinada postura, de pronunciar unas palabras y hacer tales gestos, orar significa vivir o ser de una determinada manera. Una manera de vivir que no se puede descubrir fácilmente, pero que tal vez se puede sugerir con una imagen, la imagen de la presencia. La actitud orante significa vivir en la presencia de Dios. Aceptarla como el origen de nuestras personas, abrirse a ella como el horizonte que la envuelve y la compañía que hace la vida, sea como sea, llevadera; responderá a la llamada de Dios a la vida con el agradecimiento y la confianza. Una actitud así no puede ser

intermitente. Debe impregnar todos los actos como el sentido que los convierte en pasos de la realización de la persona, como el amor que, desde la persona amada, transfigura el mundo y todos los detalles de nuestra relación con él.

Una actitud así no está reñida con las acciones que componen la vida. Al contrario, la necesitan. Como la luz sólo se deja ver en las cosas que ilumina, así la presencia de Dios, el Invisible, se nos comunica que las cosas del mundo y en los acontecimientos de la vida que ella envuelve, acompaña y orienta. Una disposición que llamamos actitud orante puede acompañar al hombre incluso mientras duerme. Hay una manera confiada de entregarse al sueño, imagen de la muerte, y una manera agradecida de recibir su visita después de un día de fatigas. Es cómo podemos entender: “Oren incesantemente”.

¿Cómo hacer realidad esta actitud? La condición humana, corporal, mundana y temporal, hace que el hombre solo pueda realizarse encarnando sus actitudes fundamentales en la discontinuidad de unos actos diferentes y en la sucesión de los momentos que componen su vida. No basta con la convicción o el deseo. Para vivir la actitud es necesario encarnarla en actos, momentos, palabras y gestos. La vida del hombre supone por necesidad y por exigencia de la propia fe actos destinados a otros fines inmediatos, como ganar el sustento, descansar, ayudar a los hermanos, surge la cuestión de cómo ha de entender la recomendación de la Escritura. Habrá que orar tanto y con tanta frecuencia como sea necesaria para que hagamos realidad, para que vivamos realmente la permanente actitud de oración. La frecuencia podría ser diferente para cada uno e incluso varíe en las diferentes etapas por las que pasa la vida de oración de cada persona. Pero algunos principios ayudan a cada persona a encontrar el ritmo de oración que necesita.

La corporalidad y la temporalidad imponen a la vida del hombre unos ritmos naturales que las diferentes culturas pueden modificar, pero que ninguna ha conseguido suprimir. El sueño y la vigilia para la acción originan la primera unidad de la vida: la del día y la noche. Nuestra vida está hecha de la sucesión de los días separados por el descanso de la noche. Cada día es un pequeño resumen de nuestra vida, por lo general en cada día deberán tener ocasión de realizarse las dimensiones que nos son constructivas. El conjunto de las acciones concretas de nuestra vida nos permiten reconocer la presencia de Dios. En Mc 1, 35; leemos: “Se levantó muy de madrugada y salió y se marchó a un lugar solitario y estuvo orando”.

En la actualidad, la realización de la vida en las ciudades, lleva a muchas personas a tener que acumular durante algunos días de la semana el trabajo para luego, durante el fin de semana, evadirse, olvidar el trabajo por completo y a veces no poder hacer nada. Semejante organización del tiempo hace difícil introducir un

momento para la oración en el ritmo diario e incluso semanal de la vida. Durante la semana, porque el trabajo ocupa la vida por completo. Durante el fin de semana, porque se llega a él en una situación de extrema fatiga en la que se hace muy difícil orar. Una situación como ésta no es buena ni para la oración ni para la vida del ser humano. El trabajo termina por convertirse en un peso insoportable que aliena al hombre en lugar de realizarlo, y los días de descanso se torna en paréntesis en la vida, con frecuencia no menos alienantes, en los que hay que recuperar las energías que ha de consumir el trabajo. Ese estilo de vida puede convertirse en una rueda que eche por tierra las posibilidades humanas de la vida y, en consecuencia, la posibilidad de crear y de orar.

Más razonable parece una vida en la que cada día deja, junto al tiempo dedicado al trabajo, un tiempo para el cultivo de la propia persona, para la relación con los demás y para el desarrollo de esa interioridad en la que late la presencia de Dios. Naturalmente, las condiciones no siempre ideales que la sociedad nos impone favorecerán las formas concretas de nuestra oración diaria.

La falta de ejercicio diario de esa actitud que debe permanecer lleva a la atrofia de las facultades y a una mayor dificultad de los actos. En cambio, la fidelidad a unos actos diarios de oración, aunque sean breves, mantiene viva la atención a la presencia de Dios y lleva a la búsqueda de momentos más amplios cuando las circunstancias lo permitan: en los fines de semana o con ocasión de otros tiempos de vacaciones.

Hay forma de oración para los días en los que el trabajo ocupa casi todas las horas y una oración para los días de descanso. Una oración cuando comienza la semana y otra para cuando termina. La exhortación nos invita a mantener abierta la conciencia y la voluntad a la presencia de Dios en medio y a lo largo de toda la vida.

SEXTO: SILENCIO Y ORACIÓN

“Una palabra habló el Padre que fue su hijo, y está habla en eterno silencio y en silencio ha de ser oída del alma” (San Juan de la Cruz). El silencio no es para el cristianismo mudez ni opacidad; no es aislamiento ni siquiera vacío. Es la condición para que la palabra de Dios resuene en el interior del hombre, donde permanece y habla; es la condición para que la luz interior brille, y así ilumine la vida. El silencio para la espiritualidad cristiana no es lo opuesto a la palabra; es una cualidad de la palabra de Dios que la distingue de las voces del mundo y de nuestras propias voces; y es, por eso mismo, una condición para que esa palabra se escuche; es la situación que nos permite sintonizar con la palabra de Dios.

A lo largo de los días escuchamos ecos de la palabra silenciosa de Dios y que no la debemos confundir con nuestras propias voces, “porque entramos

a su Hijo todo nos lo habló junto y de una vez en esta Palabra, y no tiene más que hablar”.

Vamos a considerar el silencio, el que nos dispone para la escucha de la palabra silenciosa de Dios. Hay en él grados y fases según una sucesión ordinaria. La primera etapa en el camino hacia el silencio es hacer silencio en torno a nosotros. Hagan la experiencia de detenerse un momento y prestar atención. ¡Cuántos ruidos externos! ¡Cuántas imágenes! Es como un bombardeo ininterrumpido de mensajes del exterior. Y a la fuerza de la constancia del ruido nos acostumbramos a él como una droga y no sabemos estar sin él. Por eso se produce con tanta frecuencia una búsqueda incesante de mensajes externos de todo tipo que llenen cualquier espacio de soledad que puedan dejar nuestras ocupaciones. Por eso, las mismas actividades que podrían ser palabras llenas de contenido, vehículo de nuestro diálogo con la realidad y con las otras personas, se convierten en “ocupaciones” que apaga la posibilidad de un diálogo auténtico. Pero está loca avidez de noticias, de mensajes, de imágenes, de cambios, no es más que la expresión de un vacío interior que nos resulta insufrible y que todo este ruido no hace más que ahondar. Sanjuán señala como uno de los elementos de la vida mundana “la concupiscencia de los ojos” (1 Jn 2,16), la avidez por ver y oír de la que hoy tenemos una nueva expresión en el estar literalmente colgados de múltiples y cada vez más sofisticados aparatos que nos mantienen ocupados de todos los momentos de la vida y en la fiebre por comprar y viajar.

Hacer silencio en este primer nivel es condición indispensable para que haya oídos en el sujeto y para que de él pueda surgir palabras verdaderas. Hacer silencio es la primera disposición.

La segunda forma de silencio, todavía exterior y muy próxima al anterior, consiste en guardar silencio. Todos somos con frecuencia una fuente de ruidos para nosotros mismos y para los demás. Constantemente estamos rompiendo el silencio con comunicaciones inútiles, con mensajes que perturban. Cuántas veces hablamos por no callar, cuando callar sería lo más respetuoso. Cuántas conversaciones llenas de palabras inútiles o, lo que es todavía peor, de palabras solo inútiles, instrumentos del interés. Guardar silencio es hacer lugar, es crear el clima para que por debajo de la comunicación superficial, de roce de los sentidos y de los intereses vayan apareciendo las capas profundas de las personas y afloren las posibilidades de la verdadera comunicación.

Pero de nada sirve las diversas formas de silencio exterior si el sujeto no consigue el silencio interior. Cerramos los ojos, tapamos los oídos, callamos, pero hay un tropel de imágenes interiores, de fantasías que nos llevan de un lugar a otro, que ocupan todo nuestro espacio interior, que nos convierten en personas que sueñan

despiertas. Y si seguimos las indicaciones de esas fantasías, comprobaremos que por debajo de ellas, como su secreto motor, están los deseos, las tendencias que nos llevan hacia los objetos capaces de saciarnos. Junto a ellos, las preocupaciones que nos dominan hasta convertirse en obsesiones de las que somos incapaces de disponer. Y como no siempre evitamos lo que nos resulta peligroso y como nunca tenemos asegurado lo que deseamos poseer, a la multitud de imaginaciones y deseos se añade el de los temores y las angustias, que terminan la “ocupación” del sujeto y lo paraliza por completo.

Sin la superación de este estado, sin el silencio interior, no se puede dar paso por la escuchar y el reconocimiento de la Palabra de Dios. La experiencia del Resucitado va difundiendo la paz y disipando temores. El espíritu de las bienaventuranzas, el espíritu de los que viven según el Espíritu, comporta no preocuparse ni siquiera por las necesidades primarias de la vida, la comida, la bebida y el vestido: “No se angustien, pues, diciendo ¿Qué comeremos? O ¿Qué deberemos?...”. La presencia de Dios sólo tiene lugar: “Estando ya mi casa sosegada”.

Pero hay una forma superior de silencio que conseguir para sintonizar con la presencia callada de Dios. Es el silencio de nuestras potencias interiores, de nuestro entendimiento y nuestro querer. El conocimiento verdadero de Dios, el verdadero amor de Dios, no puede consistir en hacer de Dios el objeto de nuestro pensamiento o de nuestros deseos. El objeto de nuestro pensamiento sólo puede ser una idea nuestra, la idea que nosotros nos hacemos de Dios, pero no Dios mismo. Por debajo de nuestro pensamiento de Dios está el ser mismo que discurre de Dios a nosotros. Por debajo de los objetos de nuestro deseo está la aspiración de infinito, que es el eco en nosotros de la Presencia originante del infinito. Y cuando se “realizar” que Dios es este horizonte del que procede la corriente de nuestra vida, cuando se cantar con el salmista: “Todas mis fuentes están en ti” (Sal 86), se comprende que no podemos captar con el pensamiento a quienes a la luz gracias a la cual pensamos; que no podemos desear a quién es el origen de nuestras aspiraciones más profundas.

Por eso, para sintonizar con la Palabra silenciosa que nos ilumina: “Tu luz nos hace ver la luz” (Sal 35), y los impulsar a ser, tenemos que hacer callar a nuestro pensamiento acaparador de objetos y a nuestro querer ávido de bienes que le satisfagan. El encuentro con la Presencia se producirá cuando dejemos fluir el ser que nos hace ser y aceptemos existir desde ese amor originario y consintamos a él. Esta última forma de silencio no es ya condición para la oración, sino que forma parte de la oración en su grado más elevado, el de la perfecta contemplación, “en la cual, sin ruido de palabras y sin ayuda de algún sentido corporal ni espiritual, como en silencio y quietud, ambos curas de todo lo sensitivo y natural, enseña Dios”.

Este silencio supremo no tiene nada de aniquilamiento ni siquiera de vacío. Callamos externa e interiormente para que resuene la voz. Buscamos la soledad para que brille la presencia que la habita. Por eso el silencio no aísla al cristiano. Sólo consiente a la corriente de ser que le origina quien prolonga esa corriente en todo lo que hace, en todo lo que es.

Aceptar el amor originario no consiste en encerrarlo dentro de nosotros, sino en hacernos sus mediadores prolongándolo en nuestro amor universal a todo lo que existe. Conocer el misterio de Dios no es hacerlo objeto de nuestra mirada, sino iluminar con su luz todo lo que vemos, para verle así reflejado en todas las cosas.

Contemplar la naturaleza

La naturaleza es un material, un inagotable repertorio de materiales de oración. En efecto la oración es fundamentalmente la acogida por el hombre de la Presencia de Dios y la confiada respuesta a ella. Y la naturaleza es signo, rumor, espejo de esa Presencia y, como tal, reflejo, eco de la misma que invita al hombre a unirse a ella.

Por eso los grandes orantes se han servido de la naturaleza para orar. Aun cuando el Señor nos ha dicho: “Entra en el interior de su habitación”, uno puede entrar en su habitación llevando consigo la naturaleza entera.

“El que con tantos esplendores de las cosas creadas no se ilustra, está ciego; el que con tantos clamores no se despierta, está sordo; el que por todos estos efectos no andaba a Dios, ese está mudo; el que con tantos indicios no advierte el primer principio, ese tal es necio. Abre, pues, los ojos, acerca los oídos espirituales, desplegar los labios y aplica tu corazón para en todas las cosas ver, oír, alabar, amar y reverenciar, ensalzar y honrar a tu Dios” (San Buenaventura, Obras, I. Madrid, La Editorial Católica, 1968, p. 575).

El encanto de la ciencia.

Para el cristiano, la naturaleza no es una realidad con “apus” o con encanto. No está “habitada” por poderes superiores, como los genios del agua, los numina, o deidades de los bosques. Para el cristiano, la naturaleza es criatura y por eso señal y espejo que “lleva significación”, “noticia” de Dios, su creador.

Secularización significa también ciencia, técnica, como formas de relación con la naturaleza. ¿Serían estas realidades un obstáculo? Por sí mismas, no. El contrario, la ciencia ensancha la naturaleza en la dirección de lo infinitamente grande: pensemos en las estrellas, las galaxias y los espacios que superan nuestra capacidad de medida, y en la de lo infinitamente pequeño, inaccesible a nuestros ojos y a nuestras manos: pensemos en las gamas de rayos invisibles y en los sonidos

imperceptibles por nuestros oídos. La ciencia describe, además las innumerables variedades de figuras y de formas, le da cada una un nombre propio. Con sus leyes hace aparecer el orden y la armonía maravillosa del universo, sustancia de la música y la plástica que las artes humanas se esfuerzan por sacar a la luz.

La técnica que prolonga las capacidades humanas permite, en primer lugar, un mejor conocimiento de la realidad natural: recordamos las prodigiosas formas de vida que bullen en las profundidades de los mares, accesibles por primera vez a los ojos el hombre gracias a la técnica, y a las no menos prodigiosas técnicas de captación y de reproducción de los sonidos.

Ciertamente pueden convertirse en obstáculo si de tal forma habitúan al hombre a la objetivación que ciegan su capacidad de ver, más allá de los objetos, realidades, belleza y símbolos, o si hipertrofian su tendencia al dominio y la utilización y no le dejan superar la relación utilitaria. Pero esas desviaciones, que pueden llegar a ser frecuentes son superables. ¿Cómo hacer la experiencia orante de la naturaleza desde nuestra situación moderna y secularizada? En silencio y alabando.

La atención supone capacidad para el descubrimiento persona. ¡Hay tantas cosas hermosas, que no hay un guía prefabricado! Añade receptividad, capacidad de acogida para los mis mensajes que emite la realidad aparentemente más insignificante. ¡Cuánta belleza está esperando en el mundo perceptible sólo a ojos y oídos abiertos, a una sensibilidad cultivada y despierta!

En la contemplación de la realidad supone además un mínimo de soledad, aunque muy bien puede ser una soledad acompañada. Tener los ojos limpios y sencillos, no estar ocupado por obsesiones o posesiones, son buenas condiciones para hacer más allá del dato o de lo útil. Viajamos por el mundo, cargados de equipaje, preocupados por innumerables instrumentos, y su cuidado o su manipulación nos impide percibir los destellos tantas veces fugaces de la naturaleza.

Llegará después de todo esto el momento de la admiración. La maravilla de la realidad produce asombro. El resplandor de lo real se contagia a los ojos que lo admiran y se refleja en ellos. La contemplación se torna entonces alabanza. Que no significa rendir a Dios un tributo externo de gloria, sino dejar que su gloria reflejada en la naturaleza resuene en nuestra mente y nuestra voz como un eco. En extraña simbiosis, la hondura de los ojos contemplativos ahonda la realidad –la convierte en símbolo–, y ésta se refleja en los ojos del contemplativo, los orienta hacia la trascendencia y convierte la mirada en alabanza, haciendo surgir el “himno del universo”.

Por último, conviene aprender a mirar la naturaleza como don y a recibirla con agradecimiento. Decir con el salmo refiriéndose a Dios: “Suyo es el mar”, es

decir que no pertenece en propiedad a ningún hombre, sino que si nos ha dado por todos para que lo comportamos. En espíritu de propiedad divide. El espíritu de pobreza, indispensable para la contemplación, no sólo interioriza y profundiza; también congrega. ¿No se podrá afirmar que la contemplación de la naturaleza adquiere así alcance político?

SÉPTIMO: RECOGIMIENTO Y ORACIÓN

El recogimiento ha estado desde siempre y en todas las tradiciones espirituales en la relación con la oración. En la tradición cristiana ha habido momentos en que “recogimiento” designaba una forma peculiar la oración: la oración de recogimiento, y una etapa en el camino hacia la unión con Dios.

Aquí nos referimos al recogimiento como condición y predisposición del sujeto para la oración, pero también al recogimiento como resultado de la oración. En el primer sentido, el recogimiento consiste en un proceso que lleva al sujeto de la superficialidad al descubrimiento de su profundidad, de la exterioridad a la interiorización, de la dispersión de sus actos y facultades a la reunificación interior, de la distracción y la disipación de sí mismo a la concentración: “no salgas de ti –decía la máxima de San Agustín– en el hombre interior habita la verdad”.

En el recogimiento no es una actividad que afecte exclusivamente a la facultad intelectual del hombre. No se reduce a la capacidad de atención, al gusto por la reflexión y al poder de intuición y de comprensión propios de una actividad meditativa, aunque ciertamente los comprende. También cabe la superficialidad, la dispersión y la disipación de la capacidad afectiva y volitiva del hombre y de su libertad. En efecto, el sujeto puede estar a merced de los gustos del momento, las corrientes de opinión y las modas culturales. Por eso el hombre recogido no es sólo el hombre concentrado; es también el hombre es dueño de sí y el hombre interior y exteriormente liberado.

A través del correcto ejercicio de sus facultades, por la recuperación de la conciencia de sí y de la disposición de sí mismo, el recogimiento conduce al hombre a la plena y armónica realización del ser personal, con toda la riqueza de dimensiones y de niveles que contiene.

Pero, en la tradición cristiana, recogimiento no es sinónimo de ensimismamiento. La llamada a la interioridad es una fuerza de gravedad que produce de más allá de nosotros y nos lleva más allá de nosotros. Aunque también comporte una determinada forma de vida como presupuesto indispensable, y determinados pasos, como el silencio interior y el cultivo de la atención y la concentración como camino, se puede decir que comienza y termina en eso que la tradición ha resumido como “ponerse en la presencia de Dios”.

Determinado por esa Presencia, el recogimiento culmina en la aceptación y el reconocimiento. El hombre, convocado a un centro por una voz interior, descubre que esta voz, anterior a él mismo, “más íntima que su propia intimidad”, es la que le está llamando constantemente a la vida. Y en la escucha a esa voz y la acogida fiel de su llamada encuentra el hombre recogido su fundamento y su libertad. De ahí que en el recogimiento cristiano lo fundamental no sea el esfuerzo por la profundización, las técnicas de concentración o la lucha metódica contra las distracciones. Lo decisivo en él es la escucha a la llamada interior, el anhelo por la presencia y la atención a sus huellas en la vida.

Recogimiento tampoco es para el cristiano sinónimo de aislamiento o de vaciamiento de la persona. El hombre necesita ser él mismo para encontrarse con Dios, pero sólo puede ser él mismo a través de la relación con el mundo en el que vive y con los hombres con los que convive.

PRESENTACIÓN DEL PROYECTO SOBRE LOS CINCO SILENCIO MARIANISTAS EN EL AULA

Hermano Juan Pablo Espinoza Chávez

¿Qué deseamos?

Construir una propuesta de planeación educativa para impartir la materia de crecimiento personal y desarrollo humano en 1° de secundaria, con el fin de que sea útil al trabajo docente y específicamente, al logro de los objetivos perseguidos por la asignatura en los alumnos.

Se han ido esbozando los contenidos desde diferentes escenarios, de acuerdo a los fines que persigue la materia en su desarrollo anual-bimestral, el compendio del contenido del proyecto se divide como sigue:

- 1) Un diseño de planeación didáctica y su sistematización en el contenido de los cinco silencios.
- 2) La importancia de la implementación de las herramientas digitales en los alumnos de 1° de secundaria para compartir los cinco silencios.
- 3) Los contenidos de la materia adaptados desde un modelo basado en competencias.
- 4) A que nos conduce los cinco silencios.

Tipo de proyecto: de curso

1. Proponer una planeación sistematizada a los profesores y alumnos planteando la vivencia pedagógica marianista de los cinco silencios en el aula.

Objetivos específicos del proyecto:

- 1.1 Desarrollar competencias digitales en los docentes a través de un blog electrónico que contenga la propuesta y desarrollo de la planeación de los cinco silencios, con el fin de brindar herramientas en la aplicación con los alumnos.
- 1.2 Facilitar el desempeño docente para la obtención de los aprendizajes esperados en la materia de crecimiento personal y desarrollo humano, mediante el diseño de las secuencias didácticas y la rúbrica de evaluación por competencias, a través de la guía digital.
- 1.3 Incrementar el uso de las redes sociales como herramienta de interacción entre docente-alumno con el fin de lograr los aprendizajes esperados.

Resultados esperados del docente-alumno

1. El docente es capaz de planear, impartir y evaluar el desempeño de sus alumnos mediante las herramientas digitales.
2. El profesor conoce las teorías del desarrollo humano y ordenar los procesos de enseñanza-aprendizaje con la vivencia diaria de los cinco silencios marianistas.
3. El Profesor ejerce clases que impliquen el desarrollo de competencias docente-alumnos, utilizando los medios digitales mediante la interdisciplinariedad.
4. El alumno cuenta con mayor desarrollo socio cognitivo que le permite el acercamiento a los contenidos disciplinares complejos, vive transformaciones significativas que le demandan actuar y tomar decisiones con mayores niveles de autonomía, cuenta con más recursos para prever las consecuencias de sus acciones y puede considerar escenarios futuros que le demanda una participación consciente, intencionada y responsable.

Planeación por clase

Método de trabajo en el aula

Se propone que la metodología para desarrollar programas sea modalidad de taller, generando una participación permanente del alumno a través de diferentes técnicas grupales: debates, dramatización, paneles, dinámicas vivenciales, etc., que propicien la lectura, reflexión, discusión, análisis, síntesis y evaluación de cada uno de los temas, y sobre todo la autorreflexión e interacción con los demás; vinculando el contenido con la formación personal y profesional. También puede apoyar los temas con películas, lecturas, entrevistas, etc.

Es conveniente que el Profesor haga una exposición introductoria explicando los conceptos básicos de cada tema, de tal manera que interese y guíe al alumno a la reflexión, investigación o lectura del tema. Una vez realizada la explicación introductoria, motiva al alumno a expresar sus argumentos respecto al tema y respetar sus opiniones; posteriormente aplican las técnicas grupales y vivenciales, y hacer conclusiones personales y grupales de cada tema trabajado. (Duración un mes)

Procedimientos formativos que el Profesor desarrollo y fomenta

Para la asignatura se han considerado como procedimientos formativos fundamentales: el diálogo, la empatía, la toma de decisiones, la comprensión y la reflexión crítica, el desarrollo del juicio ético, los proyectos de trabajo y la participación. Éstos podrán integrarse con otras estrategias y recursos didácticos que los docentes adopten.

La dimensión personal

Pone en el centro del proceso educativo al niño y al adolescente con la finalidad de facilitar el desarrollo, la formación de todas las potencialidades que contribuyen al conocimiento y la valorización de sí mismo que le permiten enfrentar —conforme a principios éticos— los problemas de la vida cotidiana, optar por un sano desarrollo de su persona y tomar conciencia de sus intereses y sentimientos. De este modo, el alumno podrá orientarse, de manera racional y autónoma, en la construcción de su proyecto de vida y de autorrealización.

Los cinco silencios por competencias

En todos los procesos pedagógicos se trabajarán transversalmente cuatro ejes curriculares para garantizar una formación integrada ora:

- Aprender a ser (trascendencia, identidad, autonomía).
- Aprender a vivir juntos (convivencia, ciudadanía, conciencia ambiental).
- Aprender a aprender (aprendizaje permanente y autónomo).
- Aprender a hacer (cultura emprendedora y productiva).

“CLEARING” Técnica del Despeje Esquema de bolsillo

Preparación	¿Cuál es tu intención de acompañar a la persona que tienes frente a ti? “Estar con” respirar, verse a los ojos		
Etapas	Sujeto A	Sujeto B	Sujeto A
Conciencia: ¿dónde está mi atención?	1. ¿Qué impide estar aquí y ahora? Algo que esté mal, que te ponga intranquilo/a, alguna desilusión, miedo, chisme, resistencia-no aceptas..., el reciente víctima de algo, etc.	Responde	Repite exactamente lo que te dijo.
	2. Cuando pones tu atención en este tema: ¿Cómo te sientes? ¿Cuál es tu experiencia?	Responde	Repite exactamente lo que te dijo.
Cambio de foco			
Conciencia de recurso	1. ¿De qué estás agradecido? (tu vida, tu familia, alguna bendición, algo que te conmueve, algún sueño) 2. ¿De qué manera haces una diferencia en el mundo? ¿Qué encanto de este momento presente? ¿Cuál es tu experiencia?	Responde	Repite (opcional)
Crear y reconocer	Lo invitas a estar presente, a amar su vida. Reconoce a la persona, agradécele y haz surgir las cualidades del ser que ya existen en él, créalo	Responde	Nota: si tú, te conmueves... puedes estar bastante confiado que el otro está despejado.
Opcional verificación	Preguntarle ¿cómo te sientes? o ¿Qué te queda claro ahora?	Responde	

Material inspirado en Matthew y Terces Engelhart

EL REFLEJO COMO PRÁCTICA DE SILENCIO Y METACOGNICIÓN

Expositor: José Antonio Espinoza

El reflejo

Origen: viene de la pedagogía popular. Creación de un mensaje liberador.

No es: crítica, opinión, juicio. Egoísta, unidireccional, repetitiva.

Si es: mostrar al otro lo que no puede ver. Expresión de la búsqueda, como ayuda.

Condiciones

Se aplica sobre lo hecho y dicho por otro. Con respeto y acogida. Asumiendo que todos somos falibles.

Hay un tiempo de recoger datos y otros de análisis. Los reflejos se deben escribir. Se lee lo escrito. Primer momento de silencio.

Quien oye no puede decir nada. Solo escribe lo que le digan y al final puede plantear preguntas aclaratorias. Segundo momento de silencio.

Cada uno define sus inferencias a partir de los reflejos. Tercer momento de silencio.

Práctica

Dentro del equipo de trabajo, o entre equipos.

Mostrar al otro el “significado y sentido” de su trabajo un soporte (palabras).

En quién oye: exige silencio (no hablar, no defenderse, no protestar) y escribir (sentir, pensar, asumir).

En quién ofrece: exige silencio (no opinar, no juzgar, no criticar) y escribir (responsabilidad, discernir).

Se ofrece al otro, no se impone.

Presupuestos

Los silencios son un instrumento de crecimiento en las personas.

No es una forma de callar, es una forma de “estar” y “ser” en relación con el mundo, con el otro, con el otro y con uno mismo.

No se puede hacer todo, con todo, en todo. Eso le da mayor importancia al discernimiento.

Silencio de...

Palabras	Mente	Imaginación
¿Qué aprendí?	¿Cómo aprendí?	¿Para que aprendí?
Confrontar la palabra con la verdad	Optar por la armonía con la realidad	Crear una nueva realidad
Descubrir el origen de mis palabras	Rechazar ideas que perjudican mis buenos propósitos	Identificar la utilidad y el aporte del trabajo

Durante el encuentro, se desarrollaron las siguientes dinámicas de participación:

DINÁMICAS			
ACTIVIDAD	OBJETIVO	INDICACIONES	MATERIALES
ANIMÓMETRO Una práctica positiva para conocernos.	Dar voz a cada participante para que exponga cómo se siente antes de iniciar la sesión Permitir conectar con las propias emociones y con las del resto del grupo. Lo mejor de todo es cuando, al finalizar la sesión, algún miembro del grupo te dice que se va con un estado de vitalidad más elevado del que se encontraba al comenzar la reunión.	Colocar en un post-it la emoción con la que llega. Colocar el post-it en la franja del animómetro. Al finalizar colocar el post-it de otro color con la emoción del momento.	Post-it de 2 colores, plumones delgados
TENDEDERO SOCIAL Tejer Redes para conocer nuestro Perfil Social	Compartir socialmente sus gustos, sus conocimientos, sus pensamientos y su perfil con los demás participantes del encuentro.	Colocar en la ficha su nombre, sus gustos o intereses y un dato de contacto Luego dibujar una “foto” de su perfil que los identifique Los participantes observan cada perfil colgado en el tendedero social para colocar un post-it de “Me Gusta” además su nombre y algún dato personal, sobre el perfil que más le haya interesado.	Cordel, ganchos de ropa, ficha por participante, post-it, plumones delgados
CAFÉ MUNDIAL	Crear redes de diálogo colaborativo, en relación al tema propuesto en el Encuentro. Disfrutar de una conversación amena mientras vas dibujando.	Plantear preguntas de acuerdo al tema Resolver las preguntas y simultáneamente hacer un dibujo libre con la participación de todos.	Mesas, papелotes, plumones, preguntas

Tendedoro social

FICHA DE PARTICIPANTES

Nombres y apellidos :

Profesión y cargo :

Institución :

Teléfonos :

Correo y/o página web :

Qué puedo ofrecer :

Qué necesito :

.....

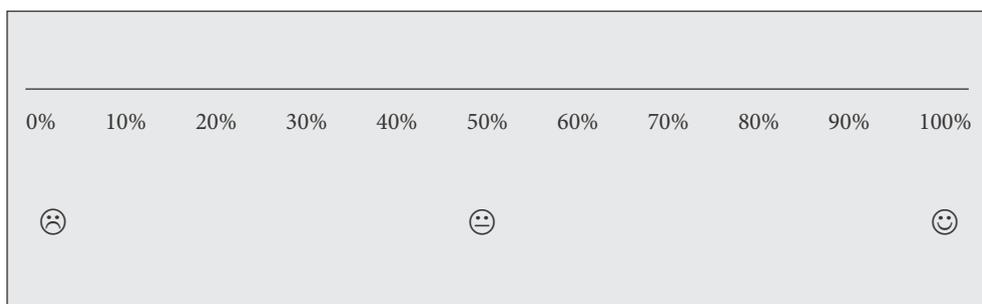
.....

Lista de preguntas para café mundial

Tomando en cuenta lo reflexionado sobre el método de los 5 silencios como fuente de aprendizaje y desarrollo personal

1. Imagina que mañana visitas una escuela. ¿Qué es lo que verías y que te diría que es una escuela que promueve el desarrollo de la voluntad y la metacognición en sus estudiantes?
2. ¿Qué es lo que los directivos, el personal, los estudiantes y los padres de familia vienen haciendo bien que permiten y promueven el desarrollo de la voluntad y la metacognición?
3. Nombra dos fortalezas que existen en tu escuela y que piensas que son importantes para la promoción y el desarrollo de la voluntad y la metacognición.
4. ¿Qué te gustaría seguir haciendo un poco más para estimular y promover el desarrollo de la voluntad y la metacognición?

Animómetro





VIII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

San Isidro – 2016

“MEDITAR, PERDONAR Y
AMAR... ¿NOS HACE PERSONAS
FELICES?”



COLEGIO
MARÍA REINA MARIANISTAS

Director:
Marcos Rázuri Pérez

Psicólogos:
Judith Arauco
Esther Cabello
Judith Casafranca
María Eugenia Orihuela
Nathalie Ortiz
Celia Verástegui
Consuelo Ruiz

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



Colegio María Reina Marianistas
"Conocer, amar y seguir a Guillermo José Chaminade"



VIII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

San Isidro – 2016

Oración

OJALA viene del árabe *'eu xa alah* que significa "Dios lo quiera" ¡Ojalá!
Ojalá sintamos y nunca olvidemos que es necesario el corazón de los grandes para latir por el de los pequeños.

Ojalá nuestros corazones sean tan grandes que latan por otros corazones y que luego les enseñen a latir por sí mismos.

Ojalá sintamos que hemos nacido para amar, no para odiar. Ya que en el amor radica la belleza.

Ojalá contemplemos nuestros amaneceres con toda su belleza y nuestra vida en nuevas vidas.

Ojalá encontremos en la fragilidad de las gentes el infinito y tratemos a esas gentes con guantes suaves, con el pan de nuestra bondad.

Ojalá veamos el infinito como el amor que nunca acaba, que es eterno y que por ello comencemos a amar, simplemente porque hay que amar, sin buscar ningún otro motivo. Amar gratuitamente.

Ojalá sintamos al Creador y lo veamos cuando en la calle se nos aparezca con cara de niño hambriento y le demos de comer.

Ojalá nuestras almas se eleven diariamente a Dios para hablare aunque sea por breves minutos "cara a cara" en la oración más sincera y más profunda.

Ojalá siempre sienta yo que Dios me acompaña y que Dios sienta que yo lo acompaño.

Ojalá nos necesitemos el uno al otro.

Ojalá – Dios lo quiera

Amén – Que así sea

Hno. Julio Corazao, SM.



Colegio María Reina Marianistas
"Conocer, amar y seguir a Guillermo José Chaminade"



VIII ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

San Isidro – 2016

“MEDITAR, PERDONAR Y AMAR... ¿NOS HACE
PERSONAS FELICES?”

LA IMPORTANCIA DEL PERDÓN EN LA SALUD EMOCIONAL

Expositora: Brunella Scavia

“Hoy consideraré toda manifestación de rabia (insensibilidad, irritabilidad, agresividad, comportamiento estúpido) como un grito que pide reconocimiento, respeto, ayuda y amor” Robin Casarjian (Psicoterapeuta, Fundadora y Directora de la Lionheart Foundation y sus Proyectos Nacionales de Alfabetización Emocional)

QUÉ ES Y QUÉ NO ES PERDÓN

“El perdón es la disposición a abandonar el derecho al resentimiento, al juicio negativo y a la conducta indiferente hacia quien nos hay ofendido injustamente, cultivando más bien actitudes de compasión y bondad con tales personas” (Robert Enright)

Y en palabras del fundador de las ESPERE, P. Leonel Narvaez:

- Perdonar es mucho más que aceptar o tolerar la injusticia, mucho más que frenar la rabia y el dolor que devienen de una ofensa.
- Perdonar no es olvidar, es “recordar con otros ojos”.

Es una manera inteligente y sabia de administrar la “memoria ingrata” y de reconstruir la memoria y evitar la amnesia.

Qué ES el Perdón:

- Es un proceso de sanación de sí mismo/a, de NUESTRAS heridas.

- La reconciliación es un proceso de sanación de la relación con el otro. Sólo lo da la víctima, es “limpiarse” interiormente, es reparación subjetiva; pero tiene un beneficio social, es recuperar el equilibrio emocional, es renovar el potencial de intercambio social, es un medio para la liberación.

Qué NO es el Perdón:

- Justificar comportamientos negativos
- Negar o reprimir la rabia o el dolor
- Cambiar actitudes o conductas frente al ofensor
- Reconciliarme con el otro(a)
- Condicionar el PERDÓN al cambio del ofensor
- Olvido
- Impunidad
- No es inmediato y total

Perdonar es un ejercicio personal de limpieza interior y de catarsis que nos sirve para reencontrar bienestar, pero también para evitar la retaliación, el espiral de la venganza.

El perdón debe ser un proceso y una forma de vida que nos permita ponernos en el lugar del otro y desde ahí reconstruir la relación.

El perdón deberá ser una “forma de vida” que nos transforme de víctimas de las circunstancias y de los otros/as en co-creadores de nuestra realidad.

La experiencia en la promoción de la cultura de perdón y reconciliación enseña que las personas que sufren ofensas son afectadas especialmente en 3 puntos fundamentales de su existencia, en las ESPERE las denominamos las 3 S’s:

- La seguridad en sí mismos (pérdida de identidad, de confianza en sí mismos (as))
- El significado de su vida y
- La capacidad de socializar

El perdón permite la reconstrucción y la recuperación del capital social, de la fuerza social.

La medicina ha probado ampliamente que la rabia, el rencor y el deseo de venganza producen decenas de enfermedades que perjudican seriamente el desarrollo normal de las personas y de las comunidades.

Datos recientes de economía política y psicología social demuestran que el desarrollo económico y social de la gran mayoría de grupos humanos están seriamente comprometidos por el impacto de la “memoria ingrata”, transmitida colectivamente (grupos nativos, inmigrantes,) a través, por ejemplo, del patrimonio cultural inmaterial.

Ante toda esta realidad las ESPERE Proponen su método

LAS ESPERE ofrecen a quienes han sufrido alguna forma de violencia, cómo aprender a manejar las propias emociones, y cómo manejar las secuelas que dejan las agresiones, aún después de prolongados períodos de tiempo.

Recuperar:

- **Seguridad en nosotros/as mismos/as.** Se crea un ambiente seguro, un ambiente de confidencialidad.
- **El significado de la vida,** se facilita la catarsis.
- **La sociabilidad,** reconexión social.

¿Cómo lo hacemos?

Un primer apoyo teórico y metodológico sobre el perdón y la reconciliación se recibió del Institute of Forgiveness en la Universidad de Wisconsin en los Estados Unidos. Luego las Universidades de Harvard y de Virginia Commonwealth, ofrecieron valiosos materiales que fueron adaptados a la realidad latinoamericana.

En ESPERE “atacamos” las 4 dimensiones del ser humano:

- Pensar (aspecto cognitivo)
- Sentir (aspecto emocional)
- Hacer (aspecto conductual)
- Trascender (aspecto espiritual)

Queremos reconocer cómo la agresión tiene efectos sobre las emociones, el pensamiento y nuestro comportamiento.

Cómo con frecuencia permitimos que las dificultades, maltratos, tristezas y los resentimientos se conviertan en tiranos de nuestras vidas, teniendo efectos sobre la salud física incluso.

La rabia es la primera manifestación somática de la necesidad de dignificación cuando una persona es maltratada y encierra en sí misma información que necesita ser interpretada.

Ante los sentimientos de dolor y de negación, las personas agredidas requieren una oportunidad, un espacio para sanarse de estos efectos. Creemos

que las ESPERE son un espacio para el proceso de “alfabetización emocional” propuesto.

Se necesita iniciar un proceso de decodificación, porque solo identificando, nombrando y reconociendo cada miedo, uno a uno, podremos ir “de la oscuridad a la luz”, podremos empezar a caminar.

Para facilitar la popularización del método se han diseñado diez módulos. Los seis primeros se dedican al proceso de perdón y los cuatro siguientes al proceso de reconciliación.

- Iniciación, motivación y preliminares: qué es y qué no es perdón y reconciliación.
- Paso de la oscuridad a la luz.
- Decido perdonar.
- Miro con ojos nuevos.
- Comprendo a mi ofensor.
- Rompo cadenas y tiendo puentes
- Construimos verdad.
- Promovemos la justicia.
- Acordamos un pacto.
- Celebramos memoria y reparación.

El proceso formativo de contenido humanístico, basado en lo vivencial, está centrado en la constitución de seres que puedan transformar su entorno sin recurrir a comportamientos y manifestaciones violentas.

Los talleres ayudan a interpretar qué aspectos de nuestra IDENTIDAD han sido vulnerados en términos de derechos humanos, integridad, seguridad, respeto y tantos otros aspectos de la condición humana necesarios en una **ética de cuidado**.

Busca fortalecer el ejercicio cotidiano de elaboración y cumplimiento de pactos que garanticen que la ofensa nunca más se volverá a repetir y por el contrario se instauran el respeto, la convivencia y el compromiso con transformación asertiva de los inevitables conflictos de la vida.

La metodología:

- Nos permite trabajar desde NOSOTROS: nuestras iras, miedos, resentimientos, nuestras frustraciones.
- El trabajo nos ayudará a superar conflictos emocionales, **a romper el círculo vicioso**, a crear alternativas al manejo conflictivo que hemos venido realizando.

- EMOCIONES: lo que uno **siente** tristeza, dolor, enojo, rabia, ganas de llorar.
- PENSAMIENTOS: lo que uno **entiende** producto de un acontecimiento, “él es injusto”, “me las va a pagar”, “está loca”.
- CONDUCTA: lo que uno **hace** como consecuencia, poner mala cara, castigar, contestar mal, ignorar.

Algunas reflexiones al respecto

La rabia no es, en sí, ni buena ni mala es una emoción, aparece sin que la podamos controlar, pero es la BASE de lo que ocurre a nivel pensamiento, palabra, conducta.

Lo importante es saber que vamos a hacer con ella, que tipo de comportamiento deseamos, cómo actuaremos cuando la experimentemos.

Siempre volvamos a evaluar con qué frecuencia dejamos que nuestras emociones se conviertan en los tiranos de nuestras vidas.

Para tener en cuenta

Todos hemos sufrido por acciones de otras personas, es natural que nos sintamos ofendidos(as) / furiosas(os) / resentidas(os)

No podemos quedarnos con estos sentimientos, pues no nos abandonan aun cuando las personas ya no están aquí.

Necesitamos tomar otro camino distinto a culpar, sancionar y sentirnos víctimas. Cuando hacemos esto despreciamos al otro y buscamos inmediatamente penalizarlo

Existe la opción que nos “sacará” de víctimas y esa opción es el PERDON.

“El perdón, como la bondad, es una virtud moral en el que la persona tratada injustamente ofrece misericordia”.

Robert Enright, psicólogo de la Universidad de Wisconsin Madison y uno de los pioneros en el estudio del perdón.

Borrón y cuenta nueva

Una década de estudios científicos sobre el tema encontraron que perdonar ayuda a mantener la mente y el cuerpo sanos.

En un mundo tan convulsionado como el de hoy el tema del perdón está en boca de todos. Lo curioso es que quienes están tomando la palabra al respecto no son los religiosos, como era de esperarse, sino los científicos. El tema ha alcanzado respeto en la academia y se ha convertido en objeto de investigación de psicólogos,

siquiatras, educadores, trabajadores sociales, desde finales del siglo XX. Actualmente existen más de 30 proyectos sobre el beneficio del perdón en universidades tan prestigiosas como Stanford, Princeton y la de Massachusetts.

De acuerdo con las recientes investigaciones ser indulgente no sólo sirve para ganar puntos en el reino de los cielos sino también para gozar de buena salud en la vida terrenal. En forma consistente los estudios han demostrado que perdonar a los que nos ofenden, como reza el Padrenuestro, reduce la depresión, la rabia y el estrés e incrementa la esperanza, el optimismo y la compasión. “Hemos visto además reducción en la presión arterial, la tensión muscular, los problemas estomacales y de ansiedad”, dijo a SEMANA Frederic Luskin, director del Proyecto Perdón de la Universidad de Stanford¹.

Según una investigación realizada por Everett Worthington, director ejecutivo de A Campaign for Forgiveness Research de la Universidad de Virginia, quienes recuerdan un hecho doloroso en su vida con amargura, tristeza, resentimiento y principalmente deseo de venganza aumentan sus niveles de una sustancia llamada cortisol, conocida como la hormona del estrés. “Esta situación los pone en riesgo de enfermedades cardiovasculares y desórdenes del sistema inmunológico”, dijo el experto a esta revista.

Aplicar esta capacidad ha sido visto como un acto de generosidad en el que una persona ofendida por la otra se engrandece al perdonar a su agresor. Pero a la luz de los nuevos hallazgos científicos algunos expertos lo ven como un acto práctico, pues quien se beneficia es la persona que sufre internamente y no ha podido superar el daño causado por el otro. “En cierto modo, la cosa más egoísta que alguien puede hacer por sí mismo es perdonar a los demás”, dijo en un informe –que sobre el tema publicó la revista Newsweek– Dean Ornish, un médico e investigador de medicina preventiva. Así, el perdón adquiere una connotación diferente. No significa que la víctima se siente a tomar café con el agresor, le dé un apretón de mano y se vuelva su amigo, ni tampoco supone sufrir de amnesia y olvidar o justificar el daño causado. “Implica que uno pueda recordar y sentir el dolor de la pérdida pero sin tener esos deseos de venganza”, explicó a SEMANA el padre Alirio López, una de las personas que más ha trabajado el tema en Colombia².

Los expertos también han visto que no puede desconocerse que el odio y la rabia son sentimientos universales valiosos porque son indicadores de los límites

1 Frederic Luskin, director del Proyecto Perdón de la Universidad de Stanford le respondió algunas preguntas a Silvia Camargo, editora de Vida Moderna y autora del artículo de ‘Borrón y cuenta nueva’.

2 El sacerdote de 54 años es conocido por el programa Goles en Paz que lidera desde hace 15 años, y por su trabajo constante por el desarme en la ciudad. López completó más de 25 años al servicio de la Iglesia Católica t es reconocido por ser promotor de la paz y la convivencia en los estadios de fútbol y en los diferentes lugares con altos índices de inseguridad. Desde el año 2009 el padre Alirio López es Monseñor y Capellán del Papa.

de cada quien. El problema surge cuando se quedan viviendo dentro de la persona. El perdón puede ser una cura en estas circunstancias, pero desafortunadamente muchos no tienen la habilidad para aplicarlo a sí mismos, es decir, aprender a perdonarse, y mucho menos a los demás. Por eso Luskin diseñó un método de nueve pasos (ver recuadro) y lo aplicó en 260 personas que creían imposible llegar a perdonar. Básicamente consiste en tomar en forma menos personal la ofensa, reducir la rabia, dejar de descargar toda la culpabilidad en el otro, ponerse en los zapatos del agresor y entender las situaciones que llevan a alguien a sentirse herido. Luego del entrenamiento los pacientes lograron perdonar y de yapa experimentaron un alivio en muchos síntomas físicos como dolores de espalda, de cabeza y molestias estomacales. Su investigación propone además formas de prevenir la rabia y el odio en las situaciones cotidianas con técnicas muy sencillas como, por ejemplo, dejar de creer que el mundo es perfecto. “La vida nos pone curvas y debemos estar preparados para manejarlas. La arrogancia nos enferma”, dice Luskin.

Perdonar suena fácil cuando se trata de ofensas menores: dejar plantado a alguien, insultar, olvidar el cumpleaños del mejor amigo e incluso causar un accidente involuntario. Pero el tema se vuelve más complejo cuando se trata de heridas más profundas como el asesinato de un ser querido, una violación, un acto de infidelidad. Aún más difícil es el perdón social, el que se logra en una comunidad en conflicto. A pesar de ello las experiencias han arrojado resultados prometedores. Ervin Staub, de la Universidad de Massachusetts realizó en 2000 un proyecto para conocer los alcances del perdón en la reconciliación en Ruanda y encontró que los grupos que habían tenido asesoría –básicamente conferencias y discusiones sobre violencia y perdón- se mostraron mucho más abiertos a la posibilidad de reconciliación que quienes no la tuvieron.

Sin embargo, el trabajo tiene sus límites. “Funciona cuando es individual o se hace en pequeños grupos”, dice Luskin, quien ha aplicado su trabajo con madres de Irlanda del Norte. “Sanar un país es mucho más complejo”, dice Worthington, y explica que en el perdón dentro de un grupo social los problemas se multiplican pues no sólo se debe considerar la experiencia individual sino además, las colectivas. Puede suceder que algunos estén listos para perdonar al enemigo pero otros no, y eso puede impedir la sanación de un país, como es el caso de Estados Unidos y las víctimas del 11 de septiembre o incluso el de una nación en conflicto como Colombia.

Robert Enright, director del International Forgiveness Institute piensa que los mejores resultados se dan en los niños. El sicólogo ha pasado los últimos dos años trabajando con escolares de Belfast, Irlanda del Norte, y ha encontrado que cuando aprenden a hacerlo logran reducir su rabia. “Los más resentidos de quienes

asisten al programa logran calmar su odio y reducir su depresión, comparados con quienes son muy resentidos pero no tienen esta asesoría”, dijo el experto.

Los investigadores han detectado que el perdón requiere cierto proceso personal, el cual varía dependiendo del carácter y de la herida (ver recuadro). Además han descubierto que para perdonar son necesarias ciertas condiciones. Una de ellas es que la ofensa haya cesado, pues no se puede perdonar a nadie en medio de una pelea o un conflicto. También se necesita buscar otros elementos que van de la mano del perdón como la justicia, pues mientras menos reparación del daño se dé es más difícil la indulgencia.

Según el sacerdote López, la cultura del perdón no se ha entendido en Colombia y por eso muchos lo hacen de labios para afuera, pero en el fondo siguen guardando resentimientos. “Todavía nos falta el perdón grande”, dice. El proceso según López debe ser mucho más profundo y personal. No se trata de cantarlo a los cuatro vientos sino de liberarse en su interior de ese odio y seguir adelante. Su experiencia con pandilleros y barras bravas muestra que el perdón es posible a pesar de que en algunos casos la reacción de la víctima es la venganza. “Destruyen su vida imaginando cómo derramar más sangre”.

Nelson Mandela dijo en alguna ocasión que el odio era “un veneno que la víctima se tomaba esperando la muerte del agresor”. La propuesta de la nueva ciencia del perdón es que no hay mejor revancha para la agresión que llevar una vida feliz.

La verdadera reconciliación pasa por encima de los malentendidos, el rencor y el propio egoísmo.

No hace mucho tiempo, dos hermanos que vivían en granjas adyacentes cayeron en un conflicto, era el primero de seriedad que tenían en 40 años de cultivar juntos hombro a hombro, compartiendo maquinaria e intercambiando cosechas y bienes en forma continua.

Esta larga y beneficiosa colaboración terminó repentinamente. Comenzó con un pequeño malentendido y fue creciendo entre ellos hasta que explotó en un intercambio de palabras amargas seguido de semanas de silencio.

Una mañana alguien llamó a la puerta de Luis. Al abrir la puerta encontró a un hombre con herramientas de carpintero. “Estoy buscando trabajo por unos días”, dijo el extraño, “quizás usted requiera algunas pequeñas reparaciones aquí en su granja y yo pueda ser de ayuda en eso”. “Sí”, dijo el mayor de los hermanos, “Tengo un trabajo para usted. Mire, al otro lado del arroyo en aquella granja vive mi vecino, bueno, de hecho es mi hermano menor. La semana pasada había

una hermosa pradera entre nosotros y él tomó su bulldozer y desvió el cauce del arroyo para que quedara entre nosotros. Bueno, él pudo haber hecho esto para enfurecerme, pero le voy a hacer una mejor... ¿Ve usted aquella pila de desechos de madera junto al granero? Quiero que construya una cerca, una cerca de dos metros de alto, no quiero verlo nunca más.”

El carpintero le dijo: “Creo que comprendo la situación. Muéstreme donde están los clavos y la pala para hacer los hoyos de los postes y le entregaré un trabajo que lo dejará satisfecho.”

El hermano mayor le ayudó al carpintero a reunir todos los materiales y dejó la granja por el resto del día para ir por provisiones al pueblo. El carpintero trabajó duro todo el día midiendo, cortando, clavando. Cerca del ocaso, cuando el granjero regresó, el carpintero justo había terminado su trabajo.

El granjero quedó con los ojos y la boca completamente abiertos. ¡No había ninguna cerca de dos metros! En su lugar había un puente -¡un puente que unía las dos granjas a través del arroyo!

- Era una fina pieza de arte, con todo y pasamanos.

En ese momento, su vecino, su hermano menor, vino desde su granja y abrazando a su hermano le dijo: “¡Eres un gran tipo, mira que construir este hermoso puente después de lo que he hecho y dicho!”.

Estaban en su reconciliación los dos hermanos, cuando vieron que el carpintero tomaba sus herramientas. “¡No, espera!”, le dijo el hermano mayor. “Quédate unos cuantos días. Tengo muchos proyectos para ti”.

“Me gustaría quedarme”, dijo el carpintero, “pero tengo muchos puentes por construir”...

Fuente: <http://www.encuentra.com>

¿CUÁL ES MI CANCIÓN?

¿Cuándo empecé a ser yo?

¿Fue el día que salí del vientre de mi mamá?

¿Fue el día que entré en su vientre y empecé a crecer ahí?

Mi nombre es Deo. Vivo en África Oriental. Mi pueblo cree que empecé a ser yo antes de nacer. Empecé a ser yo incluso antes de empezar a crecer dentro del vientre de mi mamá. Empecé a ser yo la primera vez que la idea de mi existencia irrumpió en el corazón de mi mamá.

Cuando eso sucedió, mamá se alejó de la aldea y se sentó a solas bajo un árbol. Se puso a escuchar su corazón hasta que oyó mi canción especial.

Después de escuchar mi canción, regresó a la aldea y se la enseñó a mi papá. Juntos la cantaron, invitándome a que llegara a ellos.

En cuanto empiezo a crecer en su vientre, mi mamá con frecuencia me canta mi canción.

En la mañana, me canta mi canción mientras lava la ropa en el río y la tiende sobre las rocas para que se seque al calor del sol.

En la tarde, ella me canta mi canción mientras va cuidando mi hijo.

Al anochecer, ella me canta mi canción con mi papá, mientras observan cómo empiezan a brillar las estrellas en el cielo. Dormir cantándome mi canción. Me siento tan feliz cuando al fin se arrullan y me arrullan para

Cuando está por llegar el día de mi nacimiento, mi mamá enseña mi canción a las demás mujeres de nuestra aldea. Al salir de su vientre, lo primero que oigo es a las demás mujeres, reunidas alrededor de mi mamá, cantándome mi hermosa canción.

Todas las personas de mi aldea aprenden mi canción.
Cada vez que me caigo o me lastimo, ellos me la cantan.

Una noche, el viento levanta una chispa del fuego de la cocina y la lanza al techo de paja de nuestra cabaña.

Yo corro para salvar a mi hermanito. Lo saco cargando y todas las personas me cantan mi canción.

Cuando mi hermana pequeña cae al río y la salvo de que se ahogue, ellos cantan mi canción.

Mi canción habla de proteger a las personas y de evitar que se lastimen.

Un día Matani, otro niño de nuestra aldea, se lleva mi red para pescar y la despedaza. Estoy muy enojado. En vez de decirle qué tan enojado estoy, le lanzo una piedra. La piedra le pega en la cara y él cae al suelo. Los ojos de Matani sangran y no puede ver.

Me olvidé que soy protector. Ya no sé quién soy. No puedo recordar mi canción.

Toda la gente de la aldea deja de hacer lo que está haciendo. Todos los hombres dejan de trabajar en los campos. Todas las mujeres dejan de moler el grano. Todos los niños dejan de jugar sus juegos.

En medio de la aldea todo el mundo hace un gran círculo a mi alrededor. Todos juntos me cantan mi canción. Ellos saben quién soy. Despacio, poco a poco, la canción llena mi corazón y yo también recuerdo. Soy un protector.

Voy a la cabaña de Matani y le digo: “Perdóname. Si tus ojos no mejoran, yo seré tus ojos. Yo te conduciré por la aldea y por la selva. Yo pescaré por ti. Yo sembraré el grano por ti. Yo te protegeré de los peligros”.

Le canto su canción a Matani. Poco a poco sus ojos mejoran y él puede ver de nuevo. Y yo también. Puedo verme. Recuerdo quién soy realmente. Puedo escuchar mi canción otra vez. Soy un protector.

Lo más importante es que mi canción nunca me abandona, incluso si me olvido de ella durante un rato.

Una tarde, salgo solo en la barca de pescar. De pronto el cielo se pone negro y tormentoso. El viento me aleja más y más de la playa.

El agua está muy agitada y no puedo gobernar la barca entre las olas enormes. Estoy tan asustado que no sé qué hacer.

Los demás niños me observan desde la costa. Empiezan a cantar, más y más fuerte.

Cantan mi canción. Vuelvo a sentirme fuerte. Logro orientar la barca contra el viento y regresar donde están parados los demás niños. ¡Me he salvado!

Cuando me convierta en un hombre, los demás hombres cantarán mi canción para reconocermelo como uno de ellos.

Cuando me case, todas las personas de mi aldea cantarán mi canción en mi boda.

Y cuando abandone este mundo para volver a Dios, ellos se reunirán alrededor de mi lecho de muerte y me cantarán mi canción por última vez.

Y tú, ¿Quién eres?

Pon tu mano en tu corazón.

¿Puedes sentir cómo late tu corazón?

Respira hondo varias veces y escucha muy dentro de tu corazón.

¿Logras escuchar tu canción?

Mirador Sureño No. 346
Lilí Conde

Tel: (00 52 983) 83-2 71 01 Fax: 832 21 33 E-mail: liliconde18@yahoo.com.mx

Apdo. Postal 99 Chetumal, Q. R. México - Tel: México (01 983) 83-2 71 01

Como en el sábado de Gloria quitamos la piedra sepulcral de odios y rencores, culpas y prejuicios, hagamos brillar la luz de la autenticidad oscurecida por el desamor y la mezquindad. (fragmento de un bello poema de nuestra compañera argentina Norma Paredes).

Sobre los autores

Dennis, Sheila y Matthew LinnSj han celebrado retiros y seminarios sobre los procesos de sanación por medio de la oración y de la meditación en más de cincuenta países alrededor del mundo, así como en prestigiados hospitales y universidades. Sus presentaciones incluyen un curso a doctores acreditados ante la American Medical Association.

Dennis, Sheila y Matt son especialistas en teología y psicología pastoral, y trabajan en equipo, integrados en una unidad física, emocional y espiritual. Han desarrollado una amplia labor como capellanes y terapeutas de hospital.

Con amor Lili Conde

Chetumal Quintana Roo a 29 de Marzo de 2016

EL SAMURAI Y EL PESCADOR

Durante la ocupación Satsuma de Okinawa, un Samurái que le había prestado dinero a un pescador, hizo un viaje para cobrarlo a la provincia Itoman, donde vivía el pescador. No siéndole posible pagar, el pobre pescador huyó y trató de esconderse del Samurái, que era famoso por su mal genio. El Samurái fue a su hogar y al no encontrarlo ahí, lo buscó por todo el pueblo.

A medida que se daba cuenta de que se estaba escondiendo se iba enfureciendo. Finalmente, al atardecer, lo encontró bajo un barranco que lo protegía de la vista. En su enojo, desenvainó su espada y le gritó: ¿"Qué tienes para decirme"? El pescador replicó, "Antes de que me mate, me gustaría decir algo. Humildemente le pido esa posibilidad." El Samurái dijo, "¡Ingrato! Te presto dinero cuando lo necesitas y te doy un año para pagarme y me retribuyes de esta manera. Habla antes de que cambie de parecer. "Lo siento", dijo el pescador. "Lo que quería decir era esto: Acabo de comenzar el aprendizaje del arte de la mano vacía y la primera cosa que he aprendido es el precepto: "Si alzas tu mano, restringe tu temperamento; si tu temperamento se alza, restringe tu mano. "El Samurái quedó anonadado al escuchar esto de los labios de un simple pescador. Envainó su espada y dijo: "Bueno, tienes razón. Pero acuérdate de esto, volveré en un año a partir de hoy, y será mejor que tengas el dinero." Y se fue.

Había anochecido cuando el Samurái llegó a su casa y, como era costumbre, estaba a punto de anunciar su regreso, cuando se vio sorprendido por un haz de luz que provenía de su habitación, a través de la puerta entreabierta. Agudizó su vista y pudo ver a su esposa tendida durmiendo y el contorno impreciso de alguien que dormía a su lado. Muy sorprendido y explotando de ira se dio cuenta de que era un samurái. Sacó su espada y sigilosamente se acercó a la puerta de la habitación. Levantó su espada preparándose para atacar a través de la puerta, cuando se acordó de las palabras del pescador: "Si tu mano se alza, restringe tu temperamento; si tu temperamento se alza restringe tu mano. "Volvió a la entrada y dijo en voz alta. "He vuelto". Su esposa se levantó, abriendo la puerta salió junto con la madre del Samurái para saludarlo. La madre vestida con ropas de él. Se había puesto ropas de Samurái para ahuyentar intrusos durante su ausencia. El año pasó rápidamente y el día del cobro llegó. El Samurái hizo nuevamente el largo viaje. El pescador lo estaba esperando. Apenas vio al Samurái, este salió corriendo y le dijo: "He tenido un buen año. Aquí está lo que le debo y además los intereses. No sé cómo darle las gracias! "El Samurái puso su mano sobre el hombro del pescador y dijo: "Quédate con tu dinero. No me debes nada. Soy yo el endeudado.

"¿Cuántas veces logramos calmar nuestra ira para no causar heridas a los demás y a uno mismo? ¡Todo tiene una explicación y una razón de ser, solo debemos colmarnos de paciencia cada día y ver qué hay detrás de cada experiencia buena o mala que tenemos cada día y cada minuto, estamos aquí para aprender y aplicar lo que aprendemos, mira como ese samurái por aprender la lección evito matar a su propia madre, no todo es como parece, piensa antes de actuar!"

Recopilado por Brunella Scavia

"La importancia del perdón en la salud emocional"

LA SALUD EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL

Expositor: Guery Antonio D'onadío Caro

Resumen

En la sociedad actual, el concepto de salud, está escindido. El cuerpo por un lado y lo psíquico, lo social y lo espiritual por otro. Cuando hablamos de salud, debemos entenderla integralmente, es decir, que los seres humanos somos una unidad biológica, psicológica, social y espiritual.

No se comprende como en nuestra naturaleza humana, estas se interrelacionan entre sí. “Cada vez curamos más enfermedades pero menos pacientes”. En este contexto comprendemos que la salud emocional no es lo mismo que la salud mental, pero están íntimamente relacionadas.

La salud emocional está referida a como reaccionamos, las actitudes que tomamos y el control de nosotros mismos. ¿De qué se trata finalmente el arte de vivir? ¿Qué es la felicidad? ¿Cuál es el sentido de la vida? ¿Quiénes somos? ¿Cómo nos construimos como seres humanos? Aquí quiero contarles un relato con el que pretendo ilustrar un aspecto fundamental en la salud emocional.

“Había una vez, en un lugar y en un tiempo que podría ser cualquiera, un hermoso jardín, con manzanos, naranjos, perales y bellísimos rosales, todos ellos felices y satisfechos. Todo era alegría en el jardín, excepto un árbol que estaba profundamente triste. El pobre tenía un problema: no sabía quién era. El manzano le decía: “Lo que te falta es concentración, si realmente lo intentas, podrás tener sabrosas manzanas, es muy fácil”. El rosál le decía: “No le escuches, es más sencillo tener rosas, y son más bonitas”. El pobre árbol, desesperado, intentaba todo lo que le sugerían, pero como no lograba ser como los demás, se sentía cada vez más frustrado.

Un día llegó hasta el jardín el búho, la más sabia de las aves y le dijo: “No te preocupes, tu problema no es tan grave, es el mismo de muchísimos seres sobre la tierra. No dediques tu vida a ser cómo los demás quieren que seas. Sé tú mismo, conócete y para lograrlo escucha tu voz interior”.

¿Mi voz interior? ¿Ser yo mismo? ¿Conocerme? Se preguntaba el árbol desesperado. Entonces, de pronto comprendió, y cerrando los ojos y los oídos, abrió su corazón. Por fin escuchó su voz interior diciéndole:

Tú jamás darás manzanas porque no eres un manzano, ni florecerás cada primavera, porque no eres un rosal. Eres un roble y tu destino es crecer grande y majestuoso, dar cobijo a las aves, sombra a los viajeros, belleza al paisaje. Tienes una misión, cúmplela. Y el árbol se sintió fuerte y seguro de sí mismo y se dispuso a ser todo aquello para lo cual estaba destinado”.

Aquí quiero recomendarles una obra muy bella, de Susana Tamaro, que se llama “A donde el corazón te lleve”, que es justamente una búsqueda por encontrar la voz interior.

Otro tema que quiero tratar es el referido al concepto: “Eres todo lo que piensas”. Algunos lo conocen como la Ley de la Atracción. De lo que se trata es que uno atrae todo lo bueno y lo malo que le pasa.

- “La vida es una aventura, arriégate”.
- “Sólo uno puede cambiar su vida, nadie más puede hacerlo por nosotros”.
- “Aférrate a los sueños, pues si los sueños mueren, la vida es como un ave de alas rotas que no puede volar”.
- “No nos hacemos viejos por el número de años, nos hacemos viejos al traicionar nuestros sueños, nuestros ideales”.

Hay una fábula de los picapedreros, de Charles Péguy, que me gustaría contárselas.

“Charles Péguy va en peregrinaje a Chartres, una catedral del siglo XII, y en su camino observa un tipo cansado, que suda y pica piedras, y le pregunta “¿Qué está haciendo señor?” “Acaso no ve, pico piedras, es duro, me duele la espalda, tengo sed, tengo calor, practico un sub-oficio, soy un sub-hombre”.

Péguy continúa y ve más lejos a otro hombre que pica piedras y no se ve tan mal. “¿Señor que hace?” “Gano mi vida, pico piedras, no he encontrado otro oficio para alimentar a mi familia, estoy muy contento de tener este”.

Péguy continúa su camino y se aproxima a un tercer picapedrero que está sonriente y radiante y le hace la misma pregunta, y este responde: “Yo señor, construyo una catedral”.

El hecho es el mismo, la atribución del sentido es completamente diferente. Esta atribución de sentido viene de nuestra propia historia y de nuestro contexto social. Cuando se tiene una catedral en la cabeza no se pica piedra de la misma manera. El futuro pertenece a aquellos que creen en la grandeza de sus sueños.

Ahora quisiera compartir con ustedes algunas reflexiones de Boris Cyrulnik, padre del concepto de la resiliencia, sobre ¿Qué hacer respecto al sufrimiento? Él

cuenta como Jean Paul Sartre solía preguntar al respecto: ¿Qué va a hacer usted con lo que de usted hicieron?

Cyrulnik señala que cuando uno está herido, una manera de no sucumbir es transformar el sufrimiento en belleza, en poesía, en teatro, en altruismo, en filosofía, en compromiso político. Esto nos ayuda a dar sentido a nuestra vida. Boris Cyrulnik, señala que el paraíso es un lugar imaginario. Uno lo busca. De la misma manera la felicidad está ligada a un lugar metafórico. Hay que partir en su búsqueda. La felicidad no es un deber aquí y ahora. Si está aquí y ahora, se trata entonces de la felicidad de los farmacéuticos: del prozac, pero cuando el efecto se disipa, esta felicidad desaparece. *“La felicidad no es un estado, sino una aventura. Para alcanzarla hay que desatar las velas y navegar”*.

Otro concepto que quisiera también compartir con ustedes, es el llamado *“El efecto mariposa de las palabras”*. Durante mucho tiempo se separó la noción del cuerpo de la del espíritu, Cyrulnik afirma que no hay corte, sino metamorfosis a través de la palabra, y que nos ofrece el ejemplo de la metamorfosis que sufre la oruga para convertirse en mariposa.

La oruga vive en un mundo de sombras, de humedad, en el suelo. La mariposa por el contrario habita en un mundo de aire, de sol. Ambas viven en universos totalmente diferentes, pero la una es continuación de la otra, la clave radica en que ambas tuvieron que pasar por la etapa de crisálida para poder metamorfosearse. ***Nuestra crisálida es la palabra y a través de ella podemos incluso cambiar el mundo.***

Charles Baudelaire escribió sobre el sufrimiento: “Me diste plomo y lo transformé en oro”. Si queremos hacer un trabajo de resiliencia, podemos convertir el sufrimiento en oro. Finalmente no quería terminar, sin plantearle algunas preguntas que nos permitan acercarnos a nuestra labor como psicoterapeutas. ¿Qué es curar? ¿Quién cura? ¿Qué es lo que cura? ¿Qué cura? ¿Cómo cura? ¿Dónde se cura?

La evidencia señala que este complejo proceso de la cura está fundamentalmente ligado a un ***acto de amor y respeto por el ser que sufre***, el tender este vínculo y ser percibido por el doliente como la aceptación de todas las dimensiones de su ser, sería lo que permite que el ser humano en cuestión, pueda mirarse a sí mismo, decida reinventarse y cambiar. El proceso terapéutico es una danza de a dos.

Taller

LA SALUD EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL

Guery Antonio D'onadío Caro

Resumen

En la sociedad actual, el concepto de salud, está escindido. El cuerpo por un lado y lo psíquico, lo social y lo espiritual por otro. Cuando hablamos de salud, debemos entenderla integralmente, es decir, que los seres humanos somos una unidad biológica, psicológica, social y espiritual.

No se comprende como en nuestra naturaleza humana, estas se interrelacionan entre sí.

“Cada vez curamos más enfermedades pero menos pacientes”. En este contexto comprendemos que la salud emocional no es lo mismo que la salud mental, pero están íntimamente relacionadas. La salud emocional está referida a como reaccionamos, las actitudes que tomamos y el control de nosotros mismos.

¿De qué se trata finalmente el arte de vivir?

¿Qué es la felicidad?

¿Cuál es el sentido de la vida?

¿Quiénes somos?

¿Cómo nos construimos como seres humanos?

Aquí quiero contarles un relato con el que pretendo ilustrar un aspecto fundamental en la salud emocional.

“Había una vez, en un lugar y en un tiempo que podría ser cualquiera, un hermoso jardín, con manzanos, naranjos, perales y bellísimos rosales, todos ellos felices y satisfechos. Todo era alegría en el jardín, excepto un árbol que estaba profundamente triste. El pobre tenía un problema: no sabía quién era. El manzano le decía: “Lo que te falta es concentración, si realmente lo intentas, podrás tener sabrosas manzanas, es muy fácil”. El rosal le decía: “No le escuches, es más sencillo tener rosas, y son más bonitas”. El pobre árbol, desesperado, intentaba todo lo que le sugerían, pero como no lograba ser como los demás, se sentía cada vez más frustrado. Un día llegó hasta el jardín el búho, la más sabia de las aves y le dijo:

“No te preocupes, tu problema no es tan grave, es el mismo de muchísimos seres sobre la tierra. No dediques tu vida a ser cómo los demás quieren que seas. Sé tú mismo, conócete y para lograrlo escucha tu voz interior”. ¿Mi voz interior? ¿Ser yo mismo? ¿Conocerme? Se preguntaba el árbol desesperado. Entonces, de pronto comprendió, y cerrando los ojos y los oídos, abrió su corazón. Por fin escuchó su voz interior diciéndole: Tú jamás darás manzanas porque no eres un manzano, ni florecerás cada primavera, porque no eres un rosal. Eres un roble y tu destino es crecer grande y majestuoso, dar cobijo a las aves, sombra a los viajeros, belleza al paisaje. Tienes una misión, cúmplela. Y el árbol se sintió fuerte y seguro de sí mismo y se dispuso a ser todo aquello para lo cual estaba destinado”.

Aquí quiero recomendarles una obra muy bella, de Susana Tamaro, que se llama “A donde el corazón te lleve”, que es justamente una búsqueda por encontrar la voz interior.

Otro tema que quiero tratar es el referido al concepto: “Eres todo lo que piensas”. Algunos lo conocen como la Ley de la Atracción. De lo que se trata es que uno atrae todo lo bueno y lo malo que le pasa. “La vida es una aventura, arriésgate”.

Sólo uno puede cambiar su vida, nadie más puede hacerlo por nosotros”. “Aférrate a los sueños, pues si los sueños mueren, la vida es como un ave de alas rotas que no puede volar”. “No nos hacemos viejos por el número de años, nos hacemos viejos al traicionar nuestros sueños, nuestros ideales”. Ahora quisiera compartir con ustedes algunas reflexiones de Boris Cyrulnik, padre del concepto de la resiliencia, sobre ¿Qué hacer respecto al sufrimiento?

Él cuenta como Jean Paul Sartre solía preguntar al respecto: ¿Qué va a hacer usted con lo que de usted hicieron? Cyrulnik señala que cuando uno está herido, una manera de no sucumbir es transformar el sufrimiento en belleza, en poesía, en teatro, en altruismo, en filosofía, en compromiso político.

“La felicidad no es un estado, sino una aventura. Para alcanzarla hay que desatar las velas y navegar”. Otro concepto que quisiera también compartir con ustedes, es el llamado **“El efecto mariposa de las palabras”**. Durante mucho tiempo se separó la noción del cuerpo de la del espíritu, Cyrulnik afirma que no hay corte, sino metamorfosis a través de la palabra, y que nos ofrece el ejemplo de la metamorfosis que sufre la oruga para convertirse en mariposa. La oruga vive en un mundo de sombras, de humedad, en el suelo. La mariposa por el contrario habita en un mundo de aire, de sol.

Ambas viven en universos totalmente diferentes, pero la una es continuación de la otra, la clave radica en que ambas tuvieron que pasar por la etapa de crisálida para poder metamorfosearse.

Nuestra crisálida es la palabra y a través de ella podemos incluso cambiar el mundo.

Charles Baudelaire escribió sobre el sufrimiento: “Me diste plomo y lo transformé en oro”. Si queremos hacer un trabajo de resiliencia, podemos convertir el sufrimiento en oro. Finalmente no quería terminar, sin plantearle algunas preguntas que nos permitan acercarnos a nuestra labor como psicoterapeutas.

¿Qué es curar? ¿Quién cura? ¿Qué es lo que cura? ¿Qué cura? ¿Cómo cura? ¿Dónde se cura?

La evidencia señala que este complejo proceso de la cura está fundamentalmente ligado a **un acto de amor y respeto por el ser que sufre**, el tender este vínculo y ser percibido por el doliente como la aceptación de todas las dimensiones de su ser, sería lo que permite que el ser humano en cuestión, pueda mirarse a sí mismo, decida reinventarse y cambiar.

El proceso terapéutico es una danza de a dos.

Referencias

- VIDA MODERNA 2004/10/17 00:00 <http://www.semana.com/vida-moderna/articulo/borron-cuenta-nueva/68730-3>
- Mirador Sureño No. 346
- Lili Conde: liliconde18@yahoo.com.mx Apdo. Postal 99 Chetumal, Q. R. México. Dennis, Sheila y Matthew LinnSj. Referencia: <http://www.encuentra.com>



Brunella Scavia, dando a conocer la importancia del perdón para la salud emocional.



Guery Antonio D'onadío Caro, abordando un tema muy actual.



Participantes del VIII Encuentro, bien concentradas en la lectura.



Hora del Break, momento preciso para dialogar y compartir experiencias respecto a la temática desarrollada.



IX ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Trujillo – 2017

“NUEVOS ENFOQUES DE ABORDAJE EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA”



**COLEGIO
SAN JOSÉ OBRERO MARIANISTAS**

Director:

Jaime León

Psicólogos:

Silvia Avila

Fiorella Flores

Sesy Gonzales

Andrea Mesías

Jane Ríos Rojas

Henry Santa Cruz

Daniela Villalobos

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



COLEGIO
SAN JOSÉ OBRERO MARIANISTAS



IX ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Trujillo - 2017

Oración

Señor

Gracias por reunirnos esta mañana en este encuentro.
El día que fuimos aceptados como psicólogos
nos comprometimos a vivir al servicio de la comunidad.

Visítanos esta mañana,
para que, en este encuentro nos podamos sentir renovados y enriquecidos
en el gozo de compartir nuestras experiencias.
Mantén vivo en nosotros el gran amor para estudiar y practicar la psicología
No permitas que nos creamos sabios que todo lo podemos,
Pues sin estudio, aprendizaje continuo y sin tu ayuda nada se alcanza.
Concédenos ser instrumentos tuyos para devolver a nuestros pacientes la salud
emocional,
quitar sufrimientos y aliviarlos, cuando sea imposible curarlos.
Inspíranos caridad y respeto a todas las personas que vienen a nosotros.

María, Madre de Dios y Madre nuestra,
bendice nuestro compartir y aprendizaje
de algunos aspectos que se refieren a la psicología educativa.

Señor

No permitas que la rutina ni el cansancio nos aleje de nuestra vocación de servicio.
Que, cada día, al final de nuestra labor, te sigamos agradeciendo todo
lo que pudimos hacer para ayudar a los demás.

Gracias por los colegas llenos de experiencia y sabiduría,
Concédenos que podamos contar con su ayuda,
en los momentos que nos toca ser el sanador, en búsqueda de sanación interior,
cuando nosotros mismos necesitemos contención, consuelo y ánimo.

Amén.

Padre Rafael Luyo, S.M.



COLEGIO
SAN JOSÉ OBRERO MARIANISTAS



IX ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Trujillo - 2017

“NUEVOS ENFOQUES DE ABORDAJE EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA”

Fundamentación

Hace nueve años con el motivo de conmemorar el día del psicólogo, los psicólogos marianistas de las cuatro obras educativas situadas en Perú y siempre con el apoyo del Oficio de Educación decidieron iniciar reuniones para compartir conocimientos, experiencias y seguir formándose en la profesión, estos eventos llevan por nombre “Encuentro de Psicólogos Marianistas”.

En este año 2017 le tocó el turno al CEP San José Obrero Marianistas, denominando al evento IX Encuentro de Psicólogos Marianistas “**Nuevos enfoques de abordaje en Psicología Educativa**”. Durante el encuentro se desarrollaron dos ponencias:

- “Toque para la salud y liberación de tensión emocional”
- “Trabajando con el Árbol de la vida y preguntas generativas. Promoviendo diálogos y pertenencia en contextos escolares”.

Luego cada uno de los ponentes, desarrollaron talleres donde los asistentes participaron de experiencias supervisadas en roles de observador, cliente y terapeuta.

Objetivo:

Brindar estrategias psicológicas basadas en nuevo enfoques de la psicología para poder abordar las diferentes problemáticas existentes en el ámbito educativo, de una manera más ágil y efectiva.

TOQUE PARA LA SALUD Y LIBERACIÓN DE TENSION EMOCIONAL

Expositor: Ps. Luis Alberto Chunga Pajares

“TPS como una vela que ilumina el camino de los otros para mejorar su salud y su vida. Cada uno de nosotros sostiene una vela tal vez apagada aún, que puede servir para guiar a aquellos a quienes apreciamos hacia una vida más abundante... pasar mi luz a ustedes para que a su vez sus velas puedan iluminar el camino de otros.”

(Dr. John Thie)

Toque para la Salud (TPS) tiene como objetivo fundamental que las personas recuperen y mantengan el bienestar y la salud; a través de un adecuado equilibrio en la energía del cuerpo que muchas veces se ve alterada por diversos factores que pueden ser emocionales, físicos o nutricionales. Para ello se tiene una vasta gama de protocolos desde la Kinesiología Aplicada, Psicología, Acupresura, Quiropraxia y Nutrición.

Su fundador, John Thie, integró sus conocimientos de médico quiropráctico, con los de kinesiología, Acupresura, nutrición y psicología; desarrollando un sistema orientado a activar los recursos propios de la persona para recuperar su salud. Es decir, un sistema que busca restablecer el equilibrio entre el aspecto emocional, estructural y nutricional.

En el área educativa Toque para la Salud ayuda a liberar el estrés, bloqueos energéticos, mentales o emocionales para poder responder adecuadamente al aprendizaje; así también, aumenta la energía para mejorar marcas personales en los alumnos, alcanzar el máximo rendimiento y alcanzar metas en la vida, mejora el rendimiento en la escuela, el hogar, el deporte y en las relaciones personales que pueda tener el alumno, permite pensar con más claridad en situaciones de aprendizaje, fomenta la coordinación motora, mejora la memoria, mejora la agudeza visual y auditiva, mejora comunicación entre los hemisferios, activa la circulación de la linfa

Una de las técnicas de impacto que tiene Toque para la Salud es la Técnica de Liberación de Tensión Emocional (LTE); el objetivo de ésta técnica es disminuir el estrés que nos bloquea en diferentes situaciones de la misma vida (hechos presentes, futuros y pasados), sobre todo situaciones que tienen que ver con el aprendizaje de los alumnos.

Nuestro organismo, bajo situaciones de estrés, deja de funcionar correctamente, disminuye nuestra capacidad muscular, puede crearnos tensión o dolores, aumenta el ritmo cardíaco y la presión sanguínea, puede impedirnos un sueño relajado, agrava los problemas físicos debidos a otras causas, crea confusión mental y dificultades de concentración, etc.

Podríamos decir que en situaciones de estrés la respuesta cerebral se bloquea. Es por ello que uno de los protocolos más usados por Toque para la Salud es la Técnica de Liberación de Tensión Emocional; ésta es una excelente técnica para manejar las tensiones y recuperar nuestro equilibrio y salud.

Taller

TOQUE PARA LA SALUD

Expositor: Ps. Luis Alberto Chunga Pajares

“TPS como una vela que ilumina el camino de los otros para mejorar su salud y su vida. Cada uno de nosotros sostiene una vela tal vez apagada aún, que puede servir para guiar a aquellos a quienes apreciamos hacia una vida más abundante... pasar mi luz a ustedes para que a su vez sus velas puedan iluminar el camino de otros.”

(Dr. John Thie)

Inicios de TPS

1960: John Thie pone a disposición técnicas para mejorar la salud

1970: 1º Edición del Manual TPS, Kinesiología: Ciencia del test muscular - equilibrar

1990: John Thie entrega TPS al Colegio Internacional de Kinesiología de Suiza

1994: John Thie se convierte en director de estudios de investigación en el IKC

TPS se enseña en más de cien países alrededor del mundo. Australia, Nueva Zelanda, USA, Gran Bretaña, Holanda, Hungría, Bélgica, Alemania, Suiza, Brasil, Canadá, Sud África, Italia, Escandinavia, España, Malasia, Polonia, México, Venezuela, Perú, Chile, Colombia, Uruguay, Guatemala y Argentina.

¿A qué ayuda toque para la salud?

- Libera el estrés físico y emocional.
- Alivia tensiones y dolores.
- Refuerza el sistema inmunológico.

Beneficios en el área educativa

- Libera el estrés, bloqueos energéticos, mentales o emocionales para poder responder adecuadamente al aprendizaje.
- Aumenta la energía para mejorar marcas personales en los alumnos, alcanzar el máximo rendimiento y alcanzar metas en la vida.
- Mejora el rendimiento en la escuela, el hogar, el deporte y en las relaciones personales que pueda tener el alumno.
- Previene enfermedades o lesiones.
- Alivia el dolor y/o tensiones que muchas veces son ocasionados por el estrés académico.

- Mejora la postura física del alumno.
- Permite pensar con más claridad en situaciones de aprendizaje.
- Fomenta la coordinación motora
- Mejora la memoria
- Mejora la agudeza visual y auditiva.
- Mejora comunicación entre los hemisferios
- Activa la circulación de la linfa

TRIANGULO DE LA SALUD

Toque para la salud, es uno de los enfoques de la salud y de la prevención natural que de forma más clara podemos llamar holística, por lo que nunca vamos a buscar en una persona el equilibrio en un solo nivel.

En TPS usamos:

- LO ESTRUCTURAL: Evaluación de músculos
- LO EMOCIONAL: Liberación de Tensión Emocional
- LO NUTRICIONAL: Test de alimentos y suplementos.

EL TEST MUSCULAR

Es una técnica de bio-retroalimentación que puede utilizarse para comprobar el equilibrio de la energía de nuestro cuerpo.

En TPS se utiliza el test muscular para crear conciencia del cuerpo, y a través de las respuestas débiles relacionamos señales en desequilibrio.

Procedimiento del test muscular:

1. PEDIR PERMISO a la persona para realizar el test muscular.
2. INFORMAR A LA PERSONA del movimiento que efectuaremos y cómo vamos a ejercer presión. Advertir que no se trata de una competición ni de una prueba de fuerza sino un simple examen del músculo para averiguar si puede mantener la posición.
3. AVISAR EN EL MOMENTO EN QUE LO HACEMOS. No debe ser algo brusco o inesperado.
4. COMPROBAR SI PUEDE MANTENER LA POSICIÓN DEL MÚSCULO mientras aplicamos una presión suave, constante y progresiva.
5. PERCIBIR SI LA RESPUESTA MUSCULAR HA SIDO FUERTE O DÉBIL. Si tenemos alguna duda preguntamos al examinado cómo lo ha sentido.

TECNICAS BASE DE TPS: Musculo fuerte indicador

Testear primero el musculo

1. Pedir a la persona que levante su brazo recto frente al cuerpo a 30° con la palma de la mano hacia abajo. Empujar suavemente el brazo sobre el antebrazo hacia abajo, a los lados del cuerpo. Usar menos de 2 lbs. (1kg) de presión durante más o menos 2 segundos a lo largo de 6 cm., para ver si el músculo se mantiene.
 - Los brazos ahora se “mantendrán” (músculo fuerte), o no se “mantendrán” (músculo suave).
2. Si está “suave”, usar los siguientes reflejos para inyectar energía al músculo:
 - Colocar los dedos de una mano sobre la fontanela anterior de la cabeza mientras se usa la otra mano para frotar los espacios 3 y 4, y 4 y 5 entre las costillas frente al pecho, junto al esternón.
 - El músculo ahora se mantendrá (fuerte).
3. Provocar un estrés físico inhibiendo el músculo que está localizado en la parte frontal el hombro. Pellizcar suavemente en el vientre del músculo y volver a testear. Ahora debería estar suave o inhibido.
4. Ahora separa el músculo desde el vientre y vuelve a testear. Los músculos deberían ahora mantenerse (fuertes o facilitados).

SWITCHING

La desconexión energética se puede observar cuando al escribir o leer los números aparecen al revés, o cuando equivocamos el orden de las letras cuando escribimos, etc. Esto suele suceder cuando una persona está sometida a estrés. Por esta razón es importante conectar los canales básicos de energía de nuestro cuerpo, por medio del switching.

ARRIBA – ABAJO: Dificultad para subir y bajar escaleras, desorientación al mirar hacia abajo desde lo alto (o mirar hacia arriba), y la tendencia disléxica de confundir b y p.

- Pon una mano sobre el ombligo.
- Frota los labios superior e inferior con la otra mano.
- Cambia las manos y repite.

DERECHA – IZQUIERDA: Confusión entre derecha e izquierda, y la tendencia disléxica de confundir d y b.

- Pon una mano sobre el ombligo.
- Frota justo por debajo de los extremos de la clavícula (puntos R27) con la otra mano.
- Cambia las manos y repite.

ADELANTE – ATRÁS: Dificultades para retroceder en el carro usando el espejo retrovisor, y la tendencia disléxica de tener una escritura a mano subiendo o bajando.

- Pon una mano sobre el ombligo
- La otra mano sobre el coxis.
- Cambia las manos y repite.

HIDRATACIÓN

- Aproximadamente el 70% de nuestro cuerpo está compuesto por agua y depende de ella como del oxígeno y los alimentos para su buen funcionamiento.
- Los zumos de fruta, caldos de verdura, leche, café u otros líquidos se metabolizan en el organismo de otra forma, lo que necesita el cuerpo es agua lo más pura posible.
- Es importante tomar 1 vaso de agua diariamente por cada 10 kilos de peso corporal.
- Para un buen rendimiento, claridad de pensamiento y funcionamiento apropiado mente/cuerpo, dependemos en gran medida del agua. Sin agua pura disminuyen las capacidades del sistema eléctrico del cuerpo.
- Estar hidratados favorece en gran medida al aprendizaje.

EVALUACIÓN

Pedir a la persona que tire un mechón de su cabello y testar el músculo indicador.

- Si mantiene = hidratado
- Si No mantiene = necesita hidratación

CORRECCIÓN

- Ofrecer un vaso de agua (pedir que tome uno o dos tragos poco a poco, como saboreando el agua).
- Volver a testar. Ahora dará un músculo fuerte.

¿QUÉ EMOCIONES EXPERIMENTA?

Liberación de tensión emocional

Nuestro organismo, bajo situaciones de estrés, deja de funcionar correctamente, disminuye nuestra capacidad muscular, puede crearnos tensión o dolores, aumenta el ritmo cardiaco y la presión sanguínea, puede impedirnos un sueño relajado, agrava los problemas físicos, crea confusión mental y dificultades de concentración, etc. Podríamos decir que en situaciones de estrés la respuesta cerebral se bloquea.

En Toque para la Salud trabajamos mucho intentando eliminar el “estrés” o la tensión en el cuerpo.

Así pues, la “libertad de la tensión emocional” es una excelente técnica para recuperar nuestro equilibrio y salud.

La liberación de tensión emocional, no nos resuelve los problemas, pero al liberarnos del estrés y la tensión, nuestro sistema nervioso deja de estar centrado en esos recuerdos y podemos vivir la situación desde una nueva perspectiva, abriéndose a nuevas opciones. Lo cual significa encontrar otras alternativas para manejarse mejor en las situaciones o relaciones que para nosotros son difíciles.

Este sencillo método le permite a uno sentir que está manejando adecuadamente los tiempos de estrés, trauma, sobrecarga, accidente, presión laboral o relaciones, etc.

La técnica requiere un toque ligero sobre las eminencias frontales, las protuberancias en la frente entre la línea del cabello y las cejas, sobre los ojos.

El contacto ligero sobre estos puntos reflejos tiene un efecto armonizador sobre la energía del lóbulo prefrontal donde se procesan las nuevas opciones e ideas. Es aquí donde el cerebro puede ser creativo y pensar nuevas soluciones.

La LTE puede funcionar en épocas de bloqueo mental simple, por ejemplo en exámenes, entrevistas, confrontaciones, por accidentes o trauma, etc.

Cuando se usa la LTE para apaciguar experiencias traumáticas, puede ser necesario establecer un “lugar seguro”. Puede ser real o imaginario, y permite a la persona tomarse un “tiempo fuera” durante el proceso si fuera necesario.

Protocolo de liberación de tensión emocional

Procedimiento:

1. Haz las técnicas base (Busca un músculo fuerte indicador, realiza switching y chequea que la persona esté hidratada).

2. Usa el músculo con el que digerimos las emociones: Pectoral Mayor Clavicular (Colocar el brazo recto a 90° del cuerpo, la palma hacia fuera y el pulgar hacia los pies. La presión es sobre el antebrazo para llevar el brazo a 45° abajo y afuera del cuerpo)
 - Si da fuerte = Sigue al punto 3.
 - Si da débil = Realiza las siguientes correcciones:
3. Ahora realiza el test del Pectoral Mayor Clavicular mientras la persona piensa en su problema.
Test del pectoral mayor clavicular:
 - Colocar el brazo recto a 90° del cuerpo, la palma hacia fuera y el pulgar hacia los pies.
 - La presión es sobre el antebrazo para llevar el brazo a 45° abajo y afuera del cuerpo.
4. Si el músculo no mantiene, sugiérele que toque sus eminencias frontales (o puedes hacerlo tú por ellos) mientras piensa en su situación de estrés (que pase una película). Sugierele relajarse y respirar profundo para exhalar cualquier sentimiento negativo, y eliminar o cambiar las personas que la están observando, si estas no aportan una energía positiva.
5. Cuando la persona siente que ha mantenido lo suficiente las eminencias frontales, vuelve a testar el músculo Pectoral Mayor Clavicular mientras piensa en su estrés. El músculo sostendrá cuando el proceso esté completo.

TRABAJANDO CON EL ÁRBOL DE LA VIDA Y PREGUNTAS GENERATIVAS. PROMOVRIENDO DIÁLOGOS Y PERTENENCIA EN CONTEXTOS ESCOLARES

Expositora: Ps. Mg. Teresa Mendo Zelada

Se trabajó en base a abordajes actualizados en el que se dejó de “privilegiar el problema” para centrarnos en la persona y sus historias alternativas y para ello se revisó brevemente el enfoque narrativo y el enfoque generativo.

El enfoque narrativo busca un acercamiento respetuoso a la persona, centrándose en ella como experta en su vida, ve el problema separado de la persona y asume que ésta tiene muchas habilidades, competencias, convicciones, valores, compromisos y capacidades que le ayudan a reducir la influencia del problema en sus vidas. Entre los principios de este enfoque se menciona el mantener un estado de genuina curiosidad y hacer preguntas de las que realmente no se sabe la respuesta; las conversaciones narrativas son interactivas y siempre en colaboración con la persona; genera espacios de diálogo respetando su idiosincrasia y creencias permitiendo reconocer el “saber” y “qué hacer” de la persona para que respondan asertivamente en los diversos contextos (Morgan, 2000).

Una de las herramientas del enfoque narrativo es el árbol de la vida utilizado para buscar respuestas a las dificultades en la vida de la persona. Desde la metáfora narrativa, el “árbol de la vida” permite hablar acerca de las experiencias vividas desde un territorio enriquecido de identidad. El proceso del árbol de la vida se realiza en cuatro etapas: la primera etapa consiste en *el dibujo y construcción individual del árbol*, en donde se dibuja el árbol y se identifican aquellos relatos alternativos, preferidos por las personas, enfatizando en la historia familiar y local, las actividades preferidas, las habilidades y conocimientos, sueños, anhelos y expectativas, valores y personajes relevantes y significativos de aquellos relatos elegidos por las personas. La segunda etapa *La construcción colectiva del bosque de la vida*, paso en donde se unen los árboles de la vida en un solo bosque, creando el efecto de unidad y de comunidad, respetando a su vez, la individualidad de cada persona.

La tercera etapa denominada *Cuando llega la tormenta*: Aquí se genera una conversación acerca de las amenazas, dificultades, problemas y sus respuestas. Y la última etapa, *Certificación y celebración* que consiste en redactar documentos (certificados, cartas, canciones, etc.) con el propósito de generar conciencia de que

la misma persona tiene herramientas para superar sus dificultades y los efectos negativos, de éstos, en su vida; esto los hace responsables de sí mismos, genera un conocimiento de relevancia local, con respecto a cómo superar los problemas, conocimiento que le puede ser útil a otras personas (Ncube, 2006).

El enfoque generativo es uno de los abordajes desarrollados en los últimos años que utilizan los recursos y valores de los consultantes para afrontar diversas situaciones difíciles, conflictos y crisis en diferentes contextos; ayuda a crear herramientas, alternativas y posibilidades en la gestión de conflictos transitando el paso hacia la creatividad social. Este enfoque significa la apertura a lo emergente, permite identificar las oportunidades y crear matrices generativas que cambien para bien los modos de interacción entre las personas, se basa en principios epistemológicos de los nuevos paradigmas y se centra en las oportunidades que surgen de los eventos únicos, el diálogo, el aprendizaje y la innovación en colaboración con los participantes (Schnitman, 2008).

El enfoque narrativo así como el enfoque generativo nos proporcionan herramientas para generar espacios de diálogo y respeto que permiten a las estudiantes encontrar diferentes formas de relacionarse con su cotidianidad y de esta manera responder a las dificultades que enfrentan en los diversos contextos de su vida durante el proceso de su formación profesional, promoviendo así su desarrollo.

Taller

ÁRBOL DE LA VIDA: UNA PROPUESTA PARA EL USO DE RECURSOS EN SITUACIONES DIFÍCILES

Expositora: Ps. Mg. Teresa Mendo Zelada

Terapia Narrativa

Es un modelo para la creación de conocimiento y de nuevos significados que se genera de la revisión y re-edición de la historia de la persona.

Somos historias: la narrativa trabaja con la historia, a través de la cual la persona crea significados con los que guía su vida.

- En plural.
- Ni absolutas ni absolutistas.
- Variadas, múltiples.
- Socialmente construidas.
- Y muy importante...nunca son completas.

Son una serie de eventos vinculados en una secuencia a través del tiempo en torno a una trama, tema o plot.

¿Qué rol juegan las historias?

- Cumplen un rol constitutivo en nuestras vidas.
- Otorgan un marco de inteligibilidad a nuestras experiencias.
- A medida que vivimos estamos permanentemente construyendo significados.
- A través de las historias interpretamos nuestra vida y el mundo.
- Moldean nuestros pensamientos y acciones.
- Somos consecuencia de las historias por las que nos guiamos.
- Es a través de historias que estamos posibilitados a interpretar nuestras vidas dando sentido a los que hacemos.

Ética Narrativa

- La persona nunca es el problema. El problema es el problema.

Terapeuta descentrado e influyente

- Sabiduría acerca de lo que es mejor para su propia vida, lo que valora, lo que le enriquece, etc.
- Influye en el desarrollo de nuevas historias que se conecten con dichas sabidurías, así la persona puede legitimarlas y tomar acciones y decisiones que les den congruencia y que las hagan crecer.

Proceso de Narrativa

- Conversaciones de re autoría: descubre acontecimientos extraordinarios (eventos en donde la persona tiene influencia sobre la vida del problema) y constituyen el punto de entrada para comenzar este proceso.
- Conversaciones de re membresía: evocan perspectivas y puntos de vista de personas y relaciones que al ser retomadas pueden contribuir al desarrollo de la historia alternativa

La escucha única y la doble escucha

- El contexto tradicional de ‘escucha de historia-única’ facilita la “re-traumatización” de las personas que buscan asistencia.
- En su lugar, para los terapeutas narrativos, un principio clave en el trabajo con personas que han sufrido múltiples incidentes críticos es el de crear un contexto no “re-traumatizador” para las personas que están buscando asistencia.
- Las conversaciones de doble-escucha proveen de un contexto para el desarrollo de un relato de la experiencia que es multi-historiado, evitando el riesgo de “re-traumatización”.
- Esto es, la historia del trauma, sus efectos, pero además la historia de las respuestas de las personas al sufrimiento y sus cimientos: los conocimientos de vida y las habilidades para vivir que apoyan estas respuestas.
- El resultado de esto es la expansión del territorio preferido de las vidas de las personas y la promoción de la agencia personal.
- La Identidad es construida socialmente en una negociación en una comunidad de personas.
- La Identidad no contiene una sola historia sino es multi-historiada

El enfoque generativo

- Utilizan los recursos y valores de las personas para afrontar diversas situaciones difíciles, conflictos y crisis en diferentes contextos

- Ayuda a crear herramientas, alternativas y posibilidades en la gestión de conflictos transitando el paso hacia la creatividad social.
- Apertura a lo emergente, permite identificar las oportunidades y crear matrices generativas que cambien para bien los modos de interacción entre las personas.
- Se centra en las oportunidades que surgen de los eventos únicos, el diálogo, el aprendizaje y la innovación en colaboración con los participantes.
- El enfoque narrativo así como el enfoque generativo nos proporcionan herramientas para generar espacios de diálogo y respeto que permiten a las estudiantes encontrar diferentes formas de relacionarse con su cotidianidad y de esta manera responder a las dificultades que enfrentan en los diversos contextos de su vida, promoviendo así su desarrollo.

Árbol de la vida

- Dibujo del árbol e identificación de relatos alternativos, preferidos por las personas, enfatizando en la historia familiar y local, las actividades preferidas, las habilidades y conocimientos, sueños, anhelos y expectativas, valores y personajes relevantes y significativos de aquellos relatos elegidos por las personas.
- Metodología narrativa, colaborativa y dialógica en donde se construye un contexto para invitar a la autoría de los participantes en un ambiente acogedor favoreciendo conexiones entre las personas.
- Objetivo: Crear un contexto seguro antes de hablar de las dificultades de la vida
- Cada persona participa con sus experiencias, aprendizajes, valores y propósitos en la vida
- De lo personal a lo colectivo promoviendo el fortalecimiento de la identidad del «grupo»

Metodología

- Parte I: Dibujo y construcción del Árbol de la vida.
- Parte II: Bosque de la vida
Objetivo: construir y reconocer a cada persona
- Parte III: Cuando llega la tormenta
Objetivo: identificar dificultades y formas colectivas de enfrentamiento
- Parte IV: Certificación. Ceremonia de definición.

Objetivo: Reconocimiento de capacidades y habilidades y vínculos con otros significativos

DIBUJO Y CONSTRUCCIÓN INDIVIDUAL DEL ÁRBOL

Consigna

- Piensa en algún árbol que tenga un significado en tu vida
- Cuanto más grande, colorido y expresivo es este árbol, mejor
- Tome algunos minutos para pensar qué tipo de árbol sería, qué relación tiene este árbol con su historia
- Diseñar solamente la estructura del árbol solo el contorno, dejando espacio para las raíces

Raíces – Herencias: Da sustento a la persona que viene siendo en el mundo:

- De donde viene: ciudad, región, país
- Historia de su familia: origen, nombres, ancestros, familia extendida.
- Personas que nos enseñaron cosas importantes en nuestro pasado (remoto o cercano)
- Lugar preferido de la casa
- Tradiciones, música, danza, comida
- Aspectos valorados y sabiduría de nuestro origen.

Tierra – Suelo

- Separa la tierra y el aire
- Representa el presente; nuestra vida, intereses y pasatiempos cotidianos: las actividades en las que estamos involucrados y de las que nos nutrimos.

Tronco

- Habilidades y cualidades personales en las diferentes áreas de su vida: física, de atención,
- puede incluir valores que considera importantes en la vida
- Las historias de esas habilidades y valores: hace cuánto tiempo las presenta, cómo y con quien las aprendió

Ramas

- Esperanzas, sueños en relación a sus vidas: para sí mismos, su comunidad, para el mundo para quien quiera...

- Historias de esperanza, deseos, sueños,
- Como consigue esos sueños, y mantiene viva la esperanza
- Grandes y pequeñas expectativas

Hojas

- Cada hoja es una persona importante en nuestra vida: Vivas o que ya no están. Son importantes para nosotros.
- Momentos especiales vividos con esas personas.
- Cada persona que coloco en mi árbol es importante en mi vida, en mi historia...
- Amigos imaginarios, animales, personajes de historias...
- ¿Qué es lo que hizo que estas personas fueran especiales para nosotros?

Frutos

- Presentes especiales que recibimos de la vida: materiales o no por las que agradecemos
- Gestos de cariño, cuidado, amor,
- Porque piensa que esa persona le dio eso,
- Que es lo que la persona apreció en usted para darle eso.

Semillas, flores, aves

- Que es lo que nos gustaría dejar para los demás: familia, comunidad, en fin la trascendencia
- Que hemos hecho o quisiéramos hacer para la vida de las otras personas/ nuestra comunidad/ nuestro planeta.
- ¿Cuál ha sido nuestra contribución a las personas que nos rodean? ¿Cuáles son los legados que queremos dejar a los demás?

BOSQUE DE LA VIDA

- Pasando de la narrativa individual a la colectiva. Se unen los árboles de la vida en un solo bosque, creando el efecto de unidad y de comunidad, respetando a su vez, la individualidad de cada persona.
- Aprecia las diferencias y semejanzas de los diferentes árboles.
- Luego cada uno presenta su árbol y el resto escucha.
- Se le puede hacer preguntas. Pueden hablar de lo que los árboles tienen en común y de sus diferencias.

Preguntas indagativas – generativas

- ¿Qué aspecto de tu árbol me/nos quieres contar?
- Eso que nos has contado, ¿es significativo para ti? ¿Que lo hace significativo?
- ¿Qué sentimientos, emociones, estados de ánimo te produce al contarnos esto?
- ¿Alguien más en tu familia o en tu entorno sabe de esto que nos has contado?

Escucha generosa. Comentarios apreciativos

- Mencionar claramente que parte de la historia fue la más significativa. Que es lo que le tocó más con su vida. «Que es lo que le gustó en la historia que escuchó»
- Describir que imagen, metáforas, músicas, proverbios, historias surgen para usted sobre la historia que acaba de escuchar.

CUANDO LLEGA LA TORMENTA

- Se identifican las dificultades que han enfrentado las personas y las formas en las que han respondido a ellas.
- En un primer momento se conversa sobre las dificultades que enfrentan los árboles cuando llega la tormenta y posteriormente se identifican los momentos difíciles que pueden experimentar las personas y los recursos que tienen para enfrentar estos retos que les presenta la vida.
- Aquí se genera una conversación acerca de las amenazas, dificultades, problemas y sus respuestas

Certificación y celebración

- Consiste en redactar documentos (certificados, cartas, canciones, etc.) con el propósito de generar conciencia de que la misma persona tiene herramientas para superar sus dificultades y los efectos negativos, de éstos, en su vida; esto los hace responsables de sí mismos, genera un conocimiento de relevancia local, con respecto a cómo superar los problemas, conocimiento que le puede ser útil a otras personas

Conocer posibles nuevas conclusiones de identidad

- ¿Qué piensa acerca de usted mismo, como persona, como mujer/hombre, con estos nuevos conocimientos de usted?
- ¿Qué cree que pienso yo de usted como persona al conocer sus respuestas, sus valores y algunos aspectos de vida?

Proyectar estos nuevos conocimientos al futuro preferido

- ¿Qué nuevas posibilidades cree que se abren ahora después de esta experiencia respecto a su futuro cercano?

Resonancias al término del taller

Al trabajar su árbol de la vida:

- ¿Cuáles fueron las experiencias que más le sorprendieron?,
- ¿Qué rescatas de ellas?
- ¿Cómo se ve ahora comparando con cómo se veía en el inicio del taller?

Referencias

Lelley, T. (2015). *Toque para la Salud*. México: CIKA.

Phillip Crockeford, Joan Dwe, & Gordon Dickson. (2005). *Touch For Health*. España: Vida Kinesiológica.

Thie, M. (2003). *Metáforas para la Salud y Vida*. Barcelona: Vida Kinesiológica.

Morgan, A. (2000). *What is Narrative Therapy? An easy-to-read introduction*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.

Ncube, N. (2006). The Tree of Life Project: Using narrative ideas in work with vulnerable children in Southern Africa. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 1, 3-16.

Schnitman, D. Diálogos generativos En: G. Rodríguez Fernández (comp.) (2008), *Diálogos Apreciativos: el socioconstruccionismo en acción*. País Vasco - Madrid: Instituto Internacional de Sociología Jurídica Oñati-Editorial Dykinson, 17-48. ISBN 978-84-9849-280-7.



X ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Surco – 2018

“SALUD EMOCIONAL FRENTE A LAS DEMANDAS ACTUALES”



**COLEGIO
SANTA MARÍA MARIANISTAS**

Director:

Gali Orbegoso Reyes

Psicólogos:

Joaquix Cok

Carmen Mujica

Franco Chiapo

Ana Maria Vargas

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



COLEGIO SANTA MARÍA MARIANISTAS
“Hacia una Nueva Cultura Educativa Marianista”



X ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Surco – 2018

La alegría de servir

Sirve la luna, Sirve el viento, Sirve el surco.
Donde haya un árbol que plantar, plántalo tú.
Donde haya un esfuerzo que todos esquivan, acéptalo tú.

Sé tú el que apartó la piedra del camino,
El odio entre los corazones,
Las dificultades del problema.

Hay la alegría de ser sano y la de ser justo.
Pero hay, sobre todo, la hermosa,
La inmensa tarea de servir.

¡Qué triste sería el mundo,
si todo en él estuviera hecho,
si no hubiera un rosal que plantar
una empresa que emprender...!

No sólo se hace mérito con los grandes trabajos,
Hay pequeños servicios:
Adornar una mesa, ordenar unos libros...
El servir no es faena de seres inferiores.

Dios, que da el fruto y la luz, sirve.
Y tiene fijos los ojos en nuestras manos
Y nos pregunta cada día:

¿Serviste Hoy?

Autora: Gabriela Mistral



COLEGIO SANTA MARÍA MARIANISTAS
“Hacia una Nueva Cultura Educativa Marianista”



X ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS Surco – 2018

“SALUD EMOCIONAL FRENTE A LAS DEMANDAS ACTUALES”

I. Descripción

Evento por el día del psicólogo el cual es organizado por los colegios marianistas teniendo la responsabilidad de su ejecución un colegio cada año.

Queremos brindar a la comunidad educativa recursos y estrategias frente a la ola de reacciones violentas, siendo una condicionante la baja tolerancia de las frustraciones en un medio con valores cada vez venido a menos, y en una sociedad que cada día parece mostrar mayores signos de agresividad a nivel global.

Se organizará una jornada académica con destacados ponentes que compartirán sus ideas y conocimientos con un tema que cada día se vuelve necesario como medio para mejorar la convivencia social.

Tenemos la intención de mejorar la salud emocional de nuestras comunidades educativas.

II. Justificación

Se hace cada vez más imperativo amortiguar el impacto de contextos exigentes con cargas emocionales negativas; para ello debemos desarrollar competencias emocionales que formen individuos resistentes, y socialmente sanos.

En el marco de una sociedad actual, sumida en la vorágine de modernidad y las demandas sociales; en la que la tecnología es una herramienta primordial para el desarrollo de la humanidad; empero puede convertirse en “constructor de nuestro ser”, de la propia identidad. Asimismo, puede hacer sentirnos sociables, pero de una manera segura, aislados de los demás. Modernidad en la que el estatus social y las demandas laborales, nos llevan en la ola en la que ser conocido es determinante, en donde “estar ocupado y sin tiempo” parece ser un símbolo de crecimiento profesional, la salud emocional constituye uno de los referentes

más importantes para nuestros estudiantes para poder afrontar y trabajar estas situaciones donde las demandas sobrepasan su capacidad de respuesta.

III. Objetivos institucionales

Generar un clima y cultura institucional que garantice una vida saludable en el ámbito físico y emocional a todos los miembros de comunidad educativa a través de la práctica deportiva, recreativa y artística, para consolidar una educación integral y de calidad.

IV. Objetivos específicos

1. Conocer la importancia de la acción oportuna, fundamentos teóricos, y estrategias para hacer frente a la problemática y aplicaciones en el ámbito educativo.
2. Propiciar la actualización profesional de los psicólogos de las obras marianistas y profesionales invitados.
3. Compartir experiencias entre colegas que enriquezcan nuestro actuar profesional especialmente en el ámbito educativo.

BIENVENIDA AL X ENCUENTRO DE PSICOLOGOS MARIANISTAS

Estimados amigos:

Lo que nació como una pequeña iniciativa de los psicólogos marianistas de realizar eventos de actualización anualmente, se ha ido consolidando en magnitud y continuidad; a la fecha celebramos el X Encuentro con la participación de colegios amigos y este año recae en nosotros su organización por lo cual nos sentimos honrados.

El tema elegido es uno que urge su abordaje porque se hace cada vez más imperativo hacer frente a contextos exigentes con cargas emocionales negativas; para ello debemos desarrollar competencias emocionales que motiven y formen personas resistentes, y socialmente sanas.

En el marco de una sociedad actual, sumida en la modernidad y las demandas sociales; que si bien son una puerta abierta para el desarrollo de la humanidad, detrás de la misma, hoy por hoy, se percibe una fuerte carga de estrés, frustraciones y vacíos existenciales.

La salud emocional constituye uno de los referentes más importantes para nuestros estudiantes, para poder afrontar y trabajar estas situaciones donde las demandas sobrepasan su capacidad de respuesta.

Queremos brindar a la comunidad educativa recursos y estrategias frente a la ola de reacciones violentas. No queremos que noticias de crímenes, abusos, feminicidios; que se vuelvan en hechos cotidianos, como un estilo de vida.

Tenemos buenos maestros y podemos hacer la diferencia desde nuestros colegios

Sean todos bienvenidos y siéntanse como en su colegio.

Gali Orbeagozo

DINÁMICA DE MOTIVACIÓN:

Equipo de Psicólogos Colegio Santa María Marianistas:

Joaquín Cok

Carmen Mujica

Franco Chiapo

Ana María Vargas

Objetivo:

Integración generacional que permita la remembranza de acontecimientos significativos y despertar emociones relacionadas a dichos acontecimientos.

Consignas:

Se forman grupos de acuerdo a las fechas de nacimiento:

Los nacidos entre los años 60 y 69 primer grupo

Los nacidos entre los años 70 y 79 segundo grupo

Los nacidos entre los años 80 y 89 tercer grupo

Los nacidos entre los años 90 y 99 cuarto grupo

En cada grupo deben responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles sienten que han sido los aspectos más significativos, tanto positivo como negativo, vivenciados en su generación? Hechos históricos, contexto socio cultural, tradiciones, costumbres, etc. Infancia, valores, familia, barrio, amigos, no habían temores.
2. ¿Cuál siente que ha sido el mayor legado de su generación? Vida familiar, la música, golpe militar.
3. ¿Cuál y como siente que ha sido el papel de la educación, relacionado a la salud emocional, desde su generación?

Compartir en el grupo las respuestas, e identificar y expresar que emociones les genera dichos recuerdos.

Puesta en común de acontecimientos importantes que marcaron significativamente cada década y su relevancia en relación al contexto actual, en cuanto a la salud emocional.

“SALUD EMOCIONAL FRENTE A LAS DEMANDAS ACTUALES”

Expositora: Katiuska Aliaga Giraldo
Equipo UPC: 2 Ponentes / 10 Facilitadoras

TRABAJO DE GRUPO

Objetivos:

Conocer la importancia de la intervención oportuna.

Detectar comportamientos que comprometen la salud emocional.

Dinámica grupal:

1° El Titanic

2° Semáforo Emocional

3° Cuidando un corazón herido

En la variedad está la posibilidad del enriquecimiento

DINAMICA TITANIC

Objetivo de la dinámica:

Dar a conocer los valores personales de cada integrante del grupo, para crear un clima favorable de trabajo.

Estrechar lazos para generar confianza y un ambiente confortable.

Papel periódico pegados como balsas sin número de personas, nadar según su estilo,

Luego se van quitando balsas y salen los naufragos que no logran permanecer dentro de la balsa.

Para finalizar se comparten las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintieron los que salieron?

¿Cómo se sintieron los que se quedaron?

“Me ahogue dignamente”

“Tristes por el compañero que no pudimos salvar”.

Dinámica del RELOJ:

Objetivo:

Lograr la integración de los participantes así como un mayor conocimiento de los integrantes de grupo.

Materiales:

Una hoja de papel con un reloj de manecillas (12 horas)

12 preguntas de unos temas y cosas interesantes de conocer de la otra persona.

Lapiceros

Descripción:

Cada participante deberá agendar una cita con alguna otra persona, sin repetir alguna persona, no es necesario llevar un orden al agendar las citas.

Se dará 5 a 10 min para que agenden sus citas y 2 a 3 min para que conversen las 2 personas y avanzara hora por hora para que se reúnan en su siguiente cita.

INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA QUÉ

La Inteligencia Emocional es un concepto que popularizó Daniel Goleman, es la habilidad de identificar, comprender y regular las emociones propias y las de los demás.

Según Goleman la inteligencia emocional nos sirve para:

- Tomar conciencia de nuestras emociones
- Comprender los sentimientos de los demás
- Tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo.
- Acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo.
- Adoptar una actitud empática y social que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal.
- Participar, deliberar y convivir con todos desde un ambiente armónico y de paz.

Ahondando y completando la visión establecida por el psicólogo estadounidense, el Grupo de Recerca en Orientación Psicopedagógica (GROP) de la Universidad de Barcelona estableció **5 competencias emocionales:**

- Conciencia emocional. Conocer las emociones propias y las de los demás.
- Regulación de las emociones. Responder de manera apropiada cuando

alguien experimenta alguna emoción. Es importante no confundirla con la represión.

- Autonomía emocional. Que los estímulos externos no afecten de manera drástica a la persona. Ser sensibles pero con cierto autoblandaje.
- Habilidades socioemocionales. Ser capaces de construir redes sociales.
- Competencias para la vida y el bienestar. Favorecen una sana convivencia social y personal.

David Goleman

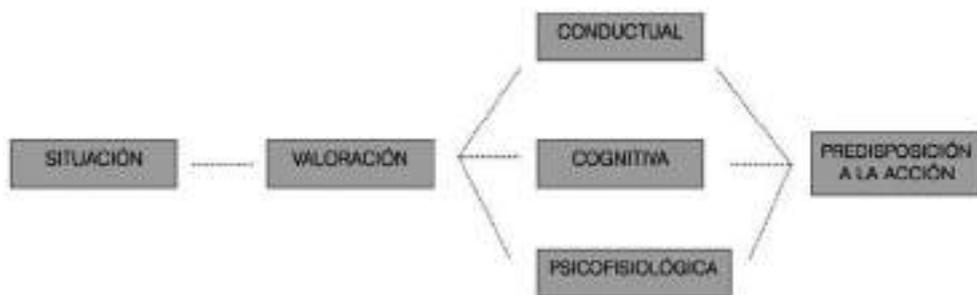
LAS EMOCIONES

Son las respuestas que elaboramos gracias a nuestro cerebro. Éste no da información de las distintas situaciones. Nos ayudan a interpretar el mundo que nos rodea.

Por lo tanto, podemos definirlo como un estado complejo del organismo que se caracteriza por un conjunto de respuestas psicofisiológicas cognitivas y conductuales, que predisponen a una respuesta organizada.

Se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno.

Esquema del concepto de emoción



Las emociones se expresan a través de nuestra comunicación no verbal (gestos, miradas, expresiones faciales, posturas corporales) y también se manifiestan en nuestro cuerpo.

Hay que tener en cuenta que muchos de nuestros dolores, son dolores emocionales, de ahí la importancia de escuchar a nuestro cuerpo para poder gestionar nuestras emociones.

No hay emociones positivas ni negativas son todas necesarias, ya que cumplen una función adaptativa para nuestra supervivencia. Así por ejemplo:

1. **Miedo:** Nos ayuda a anticipar un peligro, a prevenirnos de algo.
2. **Alegría:** Nos ayuda a compartir, es una emoción de gozo y de expansión, siempre que sea real, si es fingida nos puede tapar otras emociones.
3. **Tristeza:** Nos ayuda a aceptar una pérdida es una emoción de recogimiento, de introspección.
4. **Rabia:** Nos ayuda a poner límites, a nosotros y a los demás. Hay diferentes grados de enfado, el más alto es la agresividad.

Si bien es cierto son necesarias, en muchas ocasiones, las emociones, dejan de ser funcionales y pasan a ser problemáticas o a generarnos dificultades, por exceso o por defecto; entre las dificultades más frecuentes tenemos:

1. **La represión emocional:** Es cuando siendo conscientes de nuestras emociones no sabemos o no queremos expresarlas por patrones aprendidos, entonces la energía emocional sufre un bloqueo y nos contenemos y reprimimos la emoción.
2. **El descontrol emocional:** A diferencia de la anterior en este caso, las emociones desbordan, esto se puede dar en todas las emociones, por ejemplo el miedo que paraliza, la alegría eufórica y desenfrenada, conductas agresivas por descontrol de la ira, etc; es decir se pierde el manejo adecuado de las emociones por el contrario ellas nos gobiernan.
3. **La Negación Emocional:** En este caso la energía emocional toma otro camino porque nos oponemos a ella o intentamos no sentirla y al no poderse expresar se somatiza
4. **Conflicto entre emociones contradictorias:** Se da cuando tenemos lo que comúnmente llamamos “sentimientos encontrados”, emociones polarizadas, que nos cuesta gestionar entrando en conflicto por sentirlos, cuando podemos permitirnos sentir más de una emoción al mismo tiempo
5. **Desconexión emocional:** Este problema se da de manera inconsciente ya sea por desconocimiento, negación, represión u otra dificultad emocional nos enajenamos de las emociones.
6. **Intolerantes a la frustración:** Son personas que están en una constante búsqueda de emociones placenteras, evitando emociones desagradables ya sea por represión o negación, con la intención de estar permanentemente contentos.
7. **Enganche emocional:** Es una dificultad emocional que se genera por traumas que no se han procesado debidamente, y al no superarse estas emociones se perpetúan en el presente.

Estas dificultades tienen su origen en los vínculos de apego y las heridas emocionales generadas desde la infancia, y podemos presentar una o varias de ellas, por ello la necesidad de desarrollar la Inteligencia Emocional como una habilidad importante para la gestión y regulación adecuada de las emociones. Lo importante es que estas habilidades se pueden aprender y desarrollar sea cual fuere la etapa de nuestra vida.

¿Cómo se interioriza? ¿Cómo sirven en las redes?

Desde la infancia se inculcan y potencian una serie de capacidades emocionales, cuando se llega a la madurez es algo que la persona tiene interiorizado y forma parte de su conciencia individual.

Es en el hogar y en la escuela donde principalmente los niños podrán aprender de una manera eficaz estas habilidades, pues debe ser para ellos un entorno seguro y lleno de referentes.

Permitir las emociones

Dar licencia para reír, llorar, tener miedo o sentirse tristes, tanto en el entorno familiar como escolar es importante para que el niño/a se sienta libre para poder expresar sus emociones. Un error muy común es filtrar lo que el pequeño siente a través de nuestra conciencia adulta. Sus miedos nos pueden parecer absurdos pero lo adecuado es escuchar, legitimar su temor y ayudarlo. En el caso contrario, dejará de expresarlos por desconfianza a que no esté bien

Reconocer Emociones

Antes de poder expresar, debemos conocer. A partir de los dos años ya podemos empezar a trabajar con ellos a través de juegos, que sepan identificar una cara triste o una cara alegre con su emoción correspondiente, otro elemento importante para el aprendizaje es la comunicación, preguntar cómo se sienten o cómo les ha hecho sentir una determinada situación, de manera que puedan dar nombre a sus emociones más básicas y a expresarlas con naturalidad.

Conectar con la emoción

Esto implica reconocer la emoción en mi cuerpo, dejármela sentir, no censurar cuando la noto, permitir su expresión es decir dar espacios para hablar de lo que pasa, poder estar en compañía, no censurar cuando la veo, dejar que pase (si he seguido el circuito podrá pasar y no quedarse en la mochila y salir por otro lado). Recordar que las emociones no son fijas, sino que las podemos dejar ir, y pasar a otra emoción si las logramos gestionar bien.

Educación de la Empatía

Una vez trabajadas las emociones propias, es necesario que el niño empiece a entender las emociones de los demás, de manera que logre conectar con el otro y este en capacidad de poniéndose en su lugar; también es necesario que aprenda que sus acciones tienen una consecuencia y que él tiene que asumirlas con responsabilidad; ya que estas acciones afectan a los demás.

Comunicación:

La comunicación es una herramienta fundamental para desarrollar la inteligencia emocional ya que permite no solo que exprese lo que siente, sino que también fomenta la escucha activa. Guardar silencio mientras la otra persona habla, entender y sentir lo que nos quiere decir, identificar qué emociones generan las palabras, los gestos, la mirada, el tono de voz. Todas estas capacidades permitirán desarrollar habilidades emocionales, personales y sociales que le ayudarán a afrontar su edad adulta con mayor responsabilidad y afrontar exitosamente situaciones de frustración, tristeza o enfado, etc. de manera adecuada.

Todo esto quiere decir que la Inteligencia Emocional vamos desarrollándola no nacemos así.

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA LABOR DOCENTE

“Las lecciones emocionales, incluso los hábitos más profundamente incorporados del corazón, aprendidos en la infancia, pueden transformarse. El aprendizaje emocional dura toda la vida”.

Daniel Goleman

Las personas con una elevada inteligencia emocional pueden tener más éxito en la vida que las que tienen mayor coeficiente intelectual.

Inteligencia emocional no significa ignorar nuestras emociones, sino dirigir las y equilibrarlas.

Los docentes, entre sus funciones diarias, tienen el reto de formar a personas integradas en la sociedad, con herramientas sociales y emocionales que les permitan afrontar los desafíos de la vida.

En la labor docente es fundamental que intervengan factores como la motivación, las expectativas y el afecto, denominados factores no intelectivos, pero que tienen una gran relación con los procesos de aprendizaje, transformándose en unos buenos resultados académicos y en un buen aprendizaje para la vida.

Formar personas integradas a la sociedad

Provee de herramientas para que se sitúen en un entorno social, con autonomía en la vida, asuman responsabilidades individuales y sociales, den rumbo a sus vidas, tomen decisiones personales y participen de decisiones colectivas, se informen, pregunten y busquen respuestas, sean entes activos, asuman roles y contribuyan a su sociedad, tengan sentido de ciudadanía, adquieran una perspectiva global y local, en definitiva, sean profesionales, especialistas y humanos.

Afronte a los desafíos de la vida

Que sepan aceptar los desafíos como oportunidades que la vida les da, para enfrentarlos sin miedo y dejar liberen la grandeza que tienen dentro de sí mismo.

Todo reto genera cambios, y debemos trabajar habilidades que nos ayuden a afrontarlos sin dejarnos atrapar por todo aquello que nos origine temor, miedo, etc.; estas habilidades son:

Autoconfianza:

La autoconfianza está relacionada con la seguridad que uno tiene sobre sí mismo para asumir cualquier reto.

Actitud:

Que es la capacidad para reaccionar emocionalmente ante los diferentes eventos que ocurren en nuestra vida. Hoy se dice que no hay noticias buenas ni noticias malas, solo noticias y es nuestra actitud la que convierte las noticias en algo positivo o negativo, es decir no importa mucho lo que nos sucede, más importante es como respondemos ante esos eventos. No es encontrar el por qué, sino encontrar el para qué ocurren las cosas.

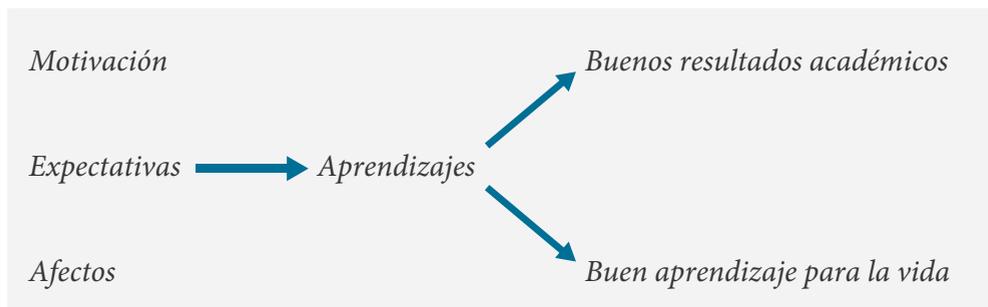
Aptitud:

Es la capacidad para hacer bien las cosas. Es la consecuencia positiva de habernos preparado para algo. Si no nos preparamos en nuestro ramo o en lo que queremos enfrentar, identificar tendencias, motivadores o vacíos por llenar, estamos condenado al fracaso. La aptitud está vinculada con nuestra capacidad para responder correctamente.

Animo:

Podemos estar preparados, confiar en nosotros, manejar nuestro ego, pero si no tenemos la energía y la pasión para cambiar las cosas, la fuerza interna que nos permita retar al mundo, o la luz que nos permite brillar en la oscuridad, la resiliencia para enfrentar la adversidad y salir airoso. El ánimo da la fortaleza para levantarte una y otra vez y da la perseverancia para progresar. Sin perseverancia será muy difícil superar cualquier reto. La pasión hace que la vida se llene de colores.

Herramientas Socio Emocionales



Factores no intelectuales

Lo constituyen las actividades extracurriculares que están relacionadas a la música, deportes y otros intereses que pueda tener el estudiante que suceden

fuera de los salones de clase y que pueden enriquecer ampliamente tu formación. Constituyen actividades muy valiosas, y muy entretenidas, que suceden fuera de los salones de clase que permiten adquirir más conocimientos y habilidades que los que se trabajan en el programa de clases.

MINDFULNESS

El Mindfulness, brinda una serie de posibilidades para mejorar la atención, ejercitar al cerebro en la empatía, la calma y la gestión emocional, muchas escuelas incluyen esta práctica en sus aulas. Los ejercicios de respiración, meditación y atención plena que se incluyen en la rutina de los pequeños facilitan los grandes logros que ya de por sí se van a producir en su desarrollo.

EJERCICIO EN GRUPO:

Objetivo: Desarrollar la tolerancia a la frustración

Tiempo: 10 minutos

Las facilitadoras del grupo entregan un chocolate a cada participante.

Consigna: Con los ojos cerrados sientan, huelan, imagínense degustando el chocolate.

Ahora tienen que devolver el chocolate, aun los que han abierto el empaque.

Expresar como se sienten, que les provoca hacer.

Se concluye el ejercicio reflexionando sobre la tolerancia a la frustración, día a día hay situaciones que nos frustran, debemos ser conscientes de ello, que nuestras expectativas no siempre coinciden con nuestras realidades. La frustración es parte de la vida, no podemos evitarla, pero si aprender a identificarla, tolerarla y manejarla.

Nuestros estudiantes muchas veces no saben cómo manejar la frustración es más ni saben que están frustrados.

Se requiere mucha introspección, ¿qué es lo que pueden hacer con esa frustración? ¿Cuentan con recursos para manejarla?

¿Qué podemos hacer para identificar conductas problemáticas en los estudiantes?

Hay cinco problemas más significativos que influyen negativamente en el aprendizaje:

Depresión - Ansiedad - TDAH - Violencia - Enfermedades fóbicas

Dinámica “El Semáforo relacionado a la salud mental”

Objetivo: Identificar y jerarquizar la problemática del aula en relación a la salud mental.

Consigna:

En grupo mencionar “El problema más significativo en su escuela”, luego agruparlos por colores de acuerdo a la magnitud del problema:

Con plumón Rojo si es más grave

Con plumón Amarillo si es de alarma

Con plumón Verde si es leve

Pegar en una cartulina “el semáforo del grupo”

Rojo: Falta de motivación autoagresión falta de capacitación en el manejo de niños con TDH, TEA, RM, agresión a otros, disfunción familiar, conducta disruptiva

Amarillo: Soledad, aislamiento, Distracción, trastornos alimenticios

Verde: Disciplina, padres pasivos y permisivos.

Buscar alternativas de solución priorizando los de mayor gravedad.

Taller 2 “Cuidando un corazón herido”

Video corto: Empathy – Simpathy

Empatía: es ver el mundo a medida de los ojos del otro y no ver nuestro reflejo en el otro no se trata de ver mi propia experiencia.

Carl Rogers dice sobre la empatía. . . .:” Hay que esforzarse en vivenciar la situación y los sentimientos de la otra persona, procurar introducirse dentro de ella hasta el punto de poder intuir aquello que ella misma no ve”.

Los elementos básicos para una actitud empática son:

- Escucha actuante
- Repetir los sentimientos
- Demostrar la escucha
- Resumir lo que se ha escuchado
- Nombrar los sentimientos “Me siento mal cuando estas intranquilo” Si se queda sin nombre no se reconoce es una experiencia invalidante de la expresión de emoción Es la forma más fácil de no darle importancia a lo que siente el otro. Sino hacerlo más fácil para nosotros.
- Ofrecer el consejo sin imponerlo
- Validación Emocional: Es una actitud de respeto y confirmación “me importa lo que sientes”.

ATENDER	SEGUIR	REFLEJAR
Contacto visual Ofrecer preguntas sueltas	Hacer preguntas directas Ser expresivo Para estimular que el otro continúe haciéndolo	Empatía Comprendo que te sientas Parafrasear

Ejercicio de juego de roles.

Presenciar una situación

- Asume que pasa una situación difícil
- Psicólogo ¿Cómo hace la intervención breve?
- El manejo
- Preguntas para responder en grupo
- Análisis de la situación
- Contextualizar en un momento de recreo

Condiciones básicas:

- Ser más empático
- Indagar más
- Actitud observante
- Es difícil que el alumno se acerque a uno
- Generar confianza, pedir permiso para ver si quiere conversar
- Abordaje depende de la edad
- Identificar pensamientos presentes
- Preguntar menos y escuchar más.

¿Qué habilidades debe tener el profesor para atender esta problemática?

- Capacidad de observación
- Escucha activa
- Evitar el prejuicio

Referencias

Goleman, Daniel. (2012). *El cerebro y la Inteligencia Emocional: nuevos descubrimientos*. Ediciones B, Mexico.

Rogers, Carl. (1980) *Persona a persona*. Editorial Amorrortu. Buenos Aires

Rogers, Carl. (1989). *El proceso de convertirse en persona*. Editorial Paidós, Barcelona.

Video corto: Empathy – Simpathy www.gobblynne.com



Organizados por equipos los participantes desarrollan las diversas estrategias propuestas.



XI ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2019

**“COMO ATENDER LAS
NECESIDADES EDUCATIVAS
ESPECIALES DE LOS ESTUDIANTES”**

**COLEGIO
SAN ANTONIO MARIANISTAS**



Director:

Jaime Córdova Montejo

Psicólogos:

Gustavo Luyo Sánchez

Laura Pacheco Herbozo

Alejandra Canales Díaz (Interna)

Oficina Regional de Educación Marianista

Consejero Asistente de Educación: P. Eduardo Rodríguez, S.M.

Encargada de la OREM: Rosa María Neuenschwander



COLEGIO SAN ANTONIO MARIANISTAS

Lo esencial es lo interior



XI ENCUENTRO DE PSICOLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2019

“COMO ATENDER LAS NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES DE LOS ESTUDIANTES”

Colegio San Antonio Marianistas - 75 aniversario – Bodas de Diamante

Oración

Señor

Gracias por reunirnos esta mañana en este encuentro.

El día que fuimos aceptados como psicólogos
nos comprometimos a vivir al servicio de la comunidad.

Visítanos esta mañana, para que, en este encuentro nos podamos sentir renovados
y enriquecidos en el gozo de compartir nuestras experiencias.

Mantén vivo en nosotros el gran amor para estudiar y practicar la psicología

No permitas que nos creamos sabios que todo lo podemos,

pues sin estudio, aprendizaje continuo y sin tu ayuda nada se alcanza.

Concédenos ser instrumentos tuyos para devolver a nuestros pacientes la salud
emocional, quitar sufrimientos y aliviarlos, cuando sea imposible curarlos.

Inspíranos caridad y respeto a todas las personas que vienen a nosotros.

María, Madre de Dios y Madre nuestra, bendice nuestro compartir y aprendizaje
de algunos aspectos que se refieren a la psicología educativa.

Señor

No permitas que la rutina ni el cansancio nos aleje de nuestra vocación de servicio.

Que, cada día, al final de nuestra labor, te sigamos agradeciendo todo
lo que pudimos hacer para ayudar a los demás.

Gracias por los colegas llenos de experiencia y sabiduría,

concédenos que podamos contar con su ayuda,

en los momentos que nos toca ser el sanador, en búsqueda de sanación interior,
cuando nosotros mismos necesitemos contención, consuelo y ánimo.

Amén.

Padre Rafael Luyo, S.M



COLEGIO SAN ANTONIO MARIANISTAS

Lo esencial es lo interior



XI ENCUENTRO DE PSICOLOGOS MARIANISTAS

Callao – 2019

“COMO ATENDER LAS NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES DE LOS ESTUDIANTES”

Colegio San Antonio Marianistas - 75 aniversario – Bodas de Diamante

Justificación:

Dando continuidad al tradicional Encuentro de Psicólogos Marianistas que año tras año venimos realizando y en el marco de la celebración de los 75° aniversario de vida Institucional del Colegio San Antonio Marianistas queremos poner de relieve el aspecto psicopedagógico de las necesidades educativas especiales de nuestros estudiantes. El Nuevo Currículo Nacional nos habla de la necesidad de atender cada vez más, el desempeño adecuado de nuestros estudiantes con diferentes características y necesidades educativas, en el contexto escolar regular, a partir de su potencial y sus capacidades. Ante tal apremio la Educación Marianista crea lugares y ambientes donde se vive un clima familiar en el que todos, estudiantes, profesores y personal no docente, podemos sentirnos “como en casa”. Por ello: buscamos tratar a nuestros estudiantes con respeto y cercanía. La autoridad del educador se basa en el profesionalismo y la entrega puesta al servicio del estudiante. Entendemos que educar desde y para la diversidad, significa trabajar por una cultura de paz y de encuentro. Otro aspecto de la diversidad que nos esforzamos en educar: es la que se deriva de la diferencia de capacidades e intereses en las personas. Es en su proceso de socialización, que el docente debe ir aceptando esta variedad y descubrir que las relaciones humanas con personas diferentes nos complementan. Ante tal coyuntura nos proponemos abrir un espacio para que a partir de nuestras experiencias compartidas y respetando las particularidades de cada institución educativa podamos ir validando los procesos del trabajo actuado que nos permitan ir estructurando una ruta válida y consensuada *con el propósito* de ofrecer ciertos señalamientos que enriquezca un esfuerzo sostenido por una educación de calidad, integral e inclusiva; innovadora y de “prácticas exitosas”.

Objetivos:

1. Actualizar estrategias en el proceso de atención de los estudiantes con necesidades educativas especiales.
2. Intercambiar experiencias educativas en el proceso de atención a la diversidad de nuestros estudiantes
3. Socializar experiencias entre los invitados de otras instituciones dando a conocer las buenas prácticas que se vienen llevando a cabo en atención a las necesidades educativas de nuestros estudiantes.

Población Beneficiaria:

Psicólogos y Docentes de las diversas instituciones públicas y privadas invitadas.

Día: Viernes 03 de mayo de 2019

Horario: 08:00 a 13:00 horas

Lugar: Auditorio del plantel

Expositor: Mg. Alejandro Dioses Chocano

Metodología de Trabajo:

Primera secuencia

- Exposición conceptual del tema (uso diapositivas, que deben ser enviadas a los participantes para que ellos las bajen en sus celulares y puedan seguir la exposición). Hay que ahorrar papel y ser amigables con nuestro planeta
- Trabajo en equipo para que completen la evaluación psicopedagógica. Usar el formato en word del informe psicopedagógico, donde deberán escribir su propuesta. Una mejor alternativa, es que trabajen en laptop o tablet por equipos....incluso en sus mismos teléfonos celulares.
- Se socializa los trabajos, los cuales son comentados de manera general por el ponente quien va dando sugerencias, mientras el resto aporta en base a lo que trabajó.

Segunda secuencia

Mesa de Trabajo - Responsables equipo de psicólogos.

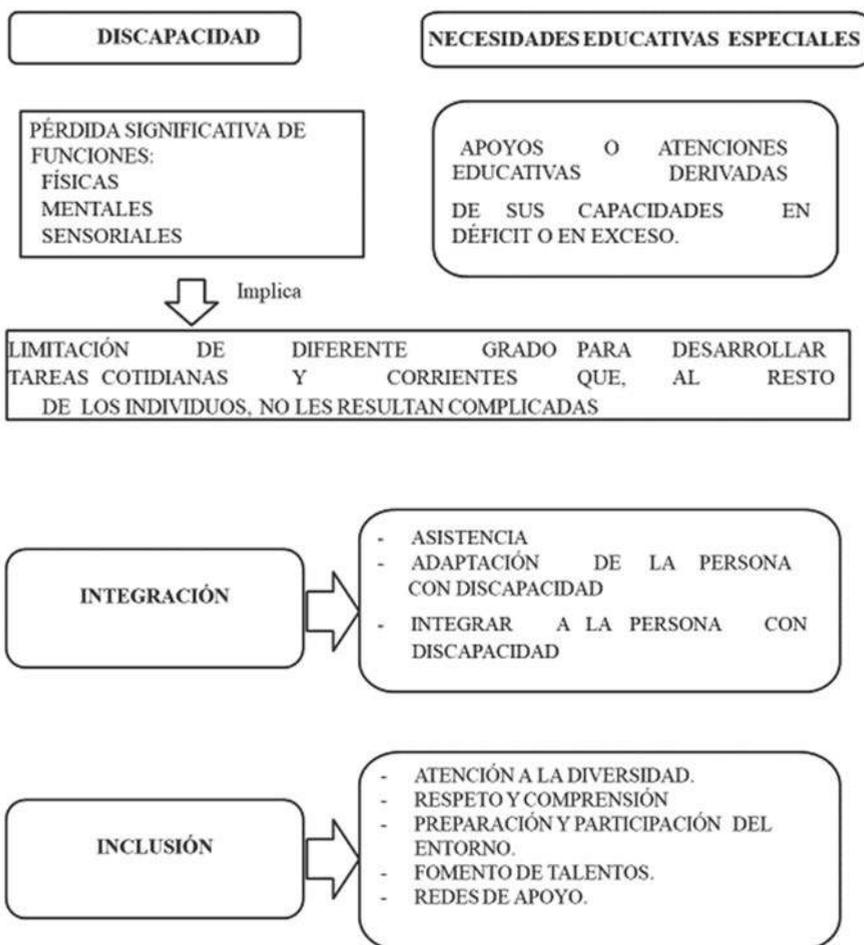
- Cada equipo elabora la propuesta de Programa de Orientación Individual de acuerdo al Informe Psicopedagógico desarrollado en el momento anterior.
- Hacer por equipos una Lista de Buenas Prácticas para Inclusión a partir de su experiencia y lo trabajado en el taller agrupándolas por áreas:

1. Buenas prácticas de evaluación psicopedagógica
2. Buenas prácticas organizativas
3. Buenas prácticas didácticas
4. Buenas prácticas de asesoramiento

Producto final: Documento de BUENAS PRACTICAS PARA INCLUSION

Como atender las necesidades educativas especiales de los estudiantes

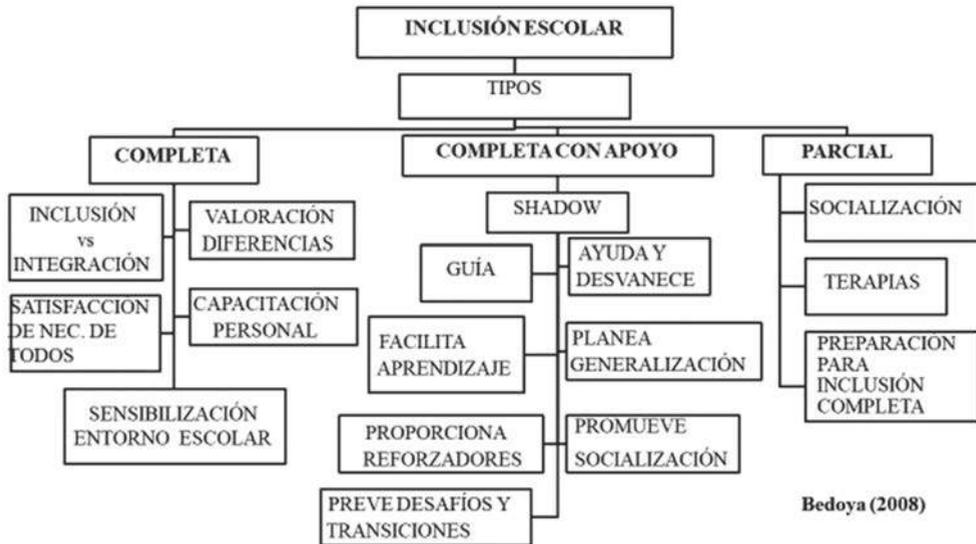
FUNDAMENTOS TEÓRICOS



INCLUSIÓN

Modo en que la escuela debe dar respuesta a la diversidad

TIPOS DE INCLUSIÓN ESCOLAR



¿QUÉ ES LA ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD?

Conjunto de medidas y acciones que tienen como finalidad, adecuar la respuesta educativa a las diferentes características, necesidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivación, intereses y situaciones sociales y culturales de todo el alumnado.

EQUIPO DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Permanentes

- Docente especializado
- Psicólogo
- Terapeuta de lenguaje

Transitorios

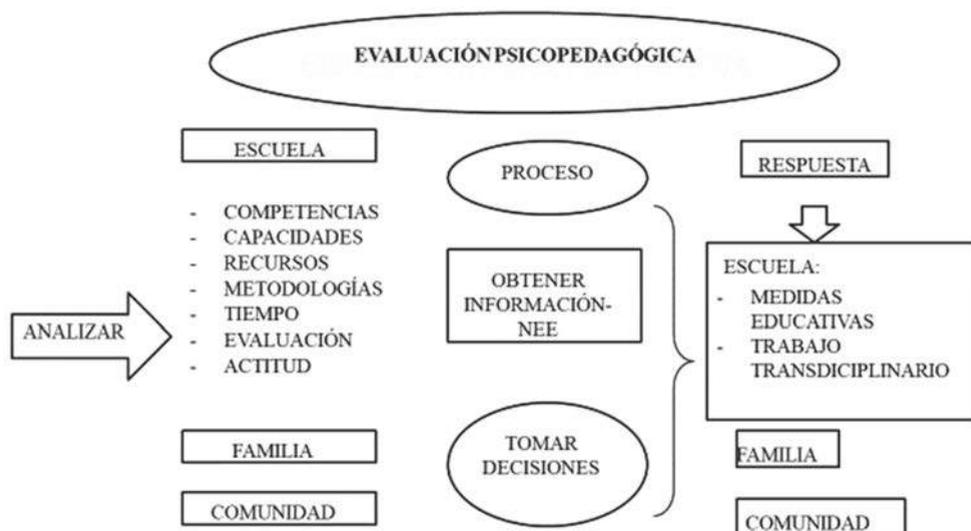
- Terapeuta ocupacional
- Trabajador social
- Otros

ROL DEL PSICÓLOGO

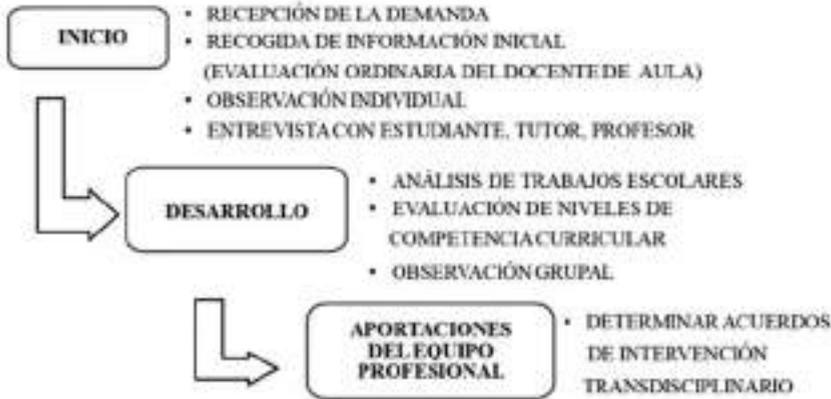
- Participar en el proceso diagnóstico psicopedagógico.
- Promover la preparación del niño.
- Proveer de estrategias a las instituciones educativas para fomentar un clima inclusivo.
- Asesorar a los docentes en el proceso de trabajo con el alumno con NEE.
- Asesorar a las familias de los niños inclusivos.
- Efectuar el seguimiento del estudiante.

EVALUACIÓN PSICOPEDAGÓGICA

- Entrevista: padres, cuidadores, maestros.
- Observación sistemática individual y grupal:
- Registros.
- Instrumentos estandarizados.
- Instrumentos criterios, listas de cotejo.
- Referencias de investigaciones.



PROCESO DE EVALUACIÓN PSICOPEDAGÓGICA



¿PARA QUÉ EVALUAR?

- Determinar cuáles son las necesidades de aprendizaje del estudiante de manera personalizada.
- Establecer qué tipo de tareas es capaz de realizar solo y cuáles no, cuál es su estilo de aprendizaje.
- Orientar los cambios pedagógicos implicando los diferentes contextos en que se desarrolla el estudiante.
- Precisar el tipo de ayudas que requiere el estudiante para el logro de las diferentes capacidades.

¿QUÉ EVALUAR?

En el estudiante

- Habilidades: cognitivas, comunicativas, motrices, afectivas, emocionales, ocupacionales y sociales.
- Nivel de competencia curricular: competencias y capacidades.
- Estilo y ritmo de aprendizaje.
- Motivación para el aprendizaje.
- Potenciales para el aprendizaje.

Estudiante y su familia

- Conocimiento que tienen de las características específicas de la discapacidad de su hijo(a).

- Hábitos, rutinas y pautas de educación en la familia.
- Condiciones que permiten participación y comunicación en la vida familiar.
- Grado de colaboración que se puede esperar de la familia.
- Actitudes y expectativas en relación a la escuela.

Estudiante y su escuela

- Metodología, recursos, tiempo, evaluación, condiciones de espacio e infraestructura.
- Condiciones que permiten el acceso al aprendizaje.
- Estilo de enseñanza y si responde o no a las necesidades de los estudiantes y su aprendizaje.
- Organización del aula, dinámica entre estudiantes y dinámica estudiantes-docente.
- Actitud de los miembros de la comunidad educativa: docentes, directivos, compañeros, padres de familia de los compañeros.
- Capacitación y sensibilización.

Estudiante y la comunidad

- Condiciones que permiten participación en la comunidad.
- Instituciones locales que trabajen en beneficio de la persona con discapacidad.
- Recursos existentes en la zona (centros recreativos o deportivos) que favorezcan la integración social del estudiante.

¿CÓMO EVALUAR?

Cada profesional que interviene en proceso de evaluación psicopedagógica, observa al estudiante en forma global, en su contexto, profundizando en el área que corresponde a su especialidad y sobre todo ubicando los potenciales.

INFORME PSICOPEDAGÓGICO: CONCLUSIONES

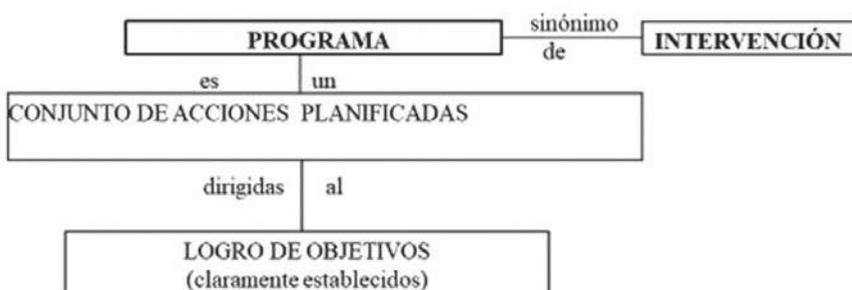
EJEMPLO

Identificaciones de las Necesidades Educativas y potencialidades en relación con las áreas curriculares

ÁREA	NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES
COMUNICACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Incrementar nivel de atención visual sostenida y dividida. - Estimular semántica y sintaxis oral expresiva y comprensiva - Desarrollar destrezas motrices relacionadas con la coordinación motriz fina (presión del lápiz), control postural.
PERSONAL-SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> - Incrementar tolerancia a actividades escolares que le resultan "difíciles". - Ampliar sus intereses por diferentes actividades sociales y deportivas. - Aprender estrategias eficaces para resolver situaciones de la vida cotidiana. - Vivenciar secuencias de actividades y situaciones ordenadas en el tiempo. - Entrenamiento en HHSS sociales que permita mejor interacción social.

INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN INDIVIDUAL



Fernández-Ballesteros (1996)

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

ORGANIZATIVAS	- Ambiente - Grupos de trabajo - Actividades.
CURRICULARES	- Adaptaciones individuales significativas y altamente significativas: didáctica, evaluación, información.
TUTORIALES	- Acompañamiento: niño, familia, docente. - Terapias: psicológica, lenguaje, sensorial, ocupacional, etc.
DE RECURSOS	- Material específico.

MEDIDAS DE ATENCION A LA DIVERSIDAD

		ESTRATEGIAS	
		ANTECEDENTES	CONSECUENTES
MEDIDAS	ORGANIZATIVAS		
	CURRICULARES		
	TUTORIALES		
	DE RECURSOS		

ADAPTACIONES CURRICULARES

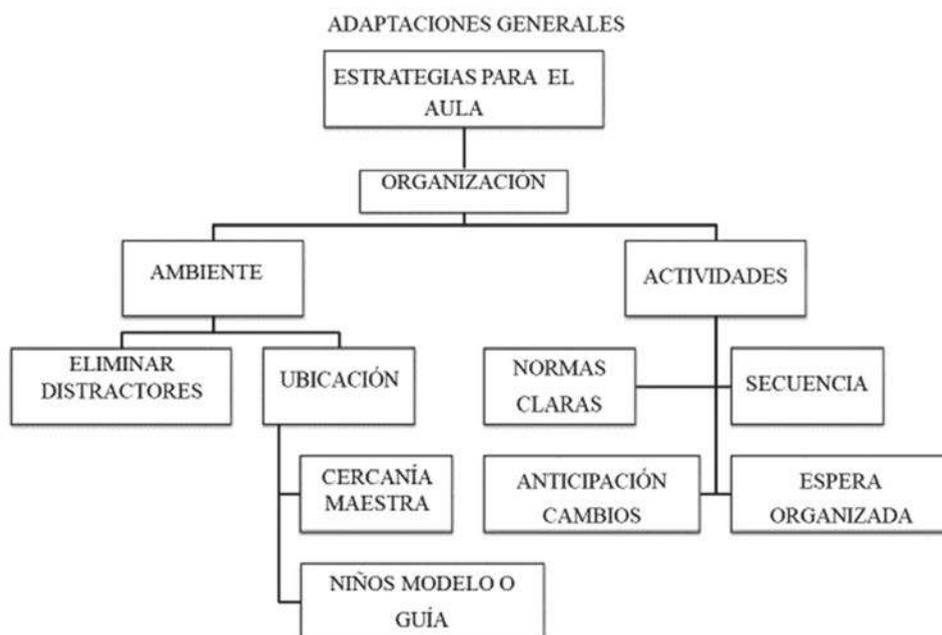
- Tipo de estrategia educativa.
- Generalmente dirigida a alumnos con necesidades educativas especiales.
- Consistente en la adecuación del currículum de un nivel educativo determinado (metodología, contenidos y evaluación).
- Con la finalidad de que determinados objetivos sean más accesibles a un alumno.
- O bien, eliminar aquellos elementos del currículum que les sea imposible alcanzar debido a las dificultades que presenta.

¿Qué elementos del currículum se adaptan?

- Capacidades ¿qué aprenden?
- Metodología ¿cómo van a aprender?
- Recursos y materiales ¿con qué aprenden?
- Temporalización ¿en cuánto tiempo van a aprender?
- Evaluación ¿cómo evaluar lo aprendido?

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

1. MEDIDAS ORDINARIAS



Adaptaciones generales

- Usuarios: Alumnos regulares; alumnos en la diversidad; alumnos con sospecha de alguna discapacidad ligera.
- Medidas incluidas en planes de atención a la diversidad, planes y programas de convivencia.
- Responsabilidad de planificación: Departamento Psicopedagógico en coordinación con docentes.

- Objetivos:
 - Definir protocolo para coordinación y toma de decisiones por parte del tutor y profesores del alumno.
 - Establecer criterios y procedimientos para la atención de alumnos sin diagnóstico.
- Definir modalidades de apoyo más convenientes en cada caso: dentro y fuera del aula, en grupo o individualmente.
- Actividades
- Organización del espacio en el aula.
- Organización y planificación del tiempo de las tareas.
- Selección de metodologías adecuadas al estilo de aprendizaje del alumno.
- Selección de actividades y métodos de evaluación.
- Orientación personal e individualizada.
- Ubicación en el aula: cerca del docente, rodeado de personas “tranquilas” y lejos de puertas, ventanas u objetos que puedan distraerlo.
- Tareas y deberes: fragmentar actividades, supervisar ejercicios conforme acaba, monitorear más seguido, verificar ejecución de actividad y si conoce tareas que tiene que hacer.
- Atención: negociar periodos cortos de atención en actividades individuales o grupales, incrementar tiempo progresivamente.
- Exámenes o pruebas escritas: definir la forma más conveniente de ejecutarlas.
- Desplazamientos: Si lo estima pertinente, permita que el alumno con discapacidad realice algún desplazamiento por el aula a intervalos periódicos.
- Asegure la comprensión.
- Considerar perfil de memoria de trabajo.
- Emplear frases cortas.
- Exposición larga: repita varias veces aspectos fundamentales.
- Al explicar o dar instrucciones: establezca contacto visual con el alumno con discapacidad.
- Al finalizar la explicación: pida amablemente al alumno con discapacidad que repita lo que entendió. Ayude a completar lo que no haya grabado o no esté claro.

- Reduzca progresivamente la estrategia.
- Agenda: Estimular su uso.
- Convivencia en el aula: Recordar normas y las consecuencias varias veces al día.
- Relación alumno-profesor: evitar enfrentamientos verbales; si no se cumple norma, aplicar las consecuencias establecidas.
- Aplicación de sanciones: Deben ser consecuencia de la aplicación de la normativa de convivencia acordada.
- Manifestaciones de pereza: en ocasiones, alumno con discapacidad puede utilizar su condición como excusa para trabajar menos o comportarse como quiera.

2. MEDIDAS DE APOYO INDIVIDUALIZADO

- Usuarios: alumnos con discapacidad establecida.
- Características:
 - Alumno se mantiene en el aula.
 - Participa equipo de atención a la diversidad de la IE y especialistas externos en conducta, dificultades de aprendizaje, lenguaje etc.
 - Mecanismo: Apoyo externo al niño y asesoría a los docentes de aula para trabajo particularizado.
 - Hipótesis de trabajo: intervención permitirá que el alumna siga un ritmo establecido en el transcurso del año escolar.
 - Objetivos educativos: medidas educativas significativas.
 - Intervención: en la misma IE, manteniendo vinculación del alumno con su grupo.
 - Necesitan de adaptaciones curriculares individualizadas

Adaptaciones metodológicas en las tareas

- Facilite estrategias atencionales para realizar las tareas.
- Adapte:
 - El tiempo que asigna a los alumnos en la realización de tareas en el aula.
 - La cantidad de tareas que asigna a los alumnos en el aula y/o en casa.
 - Los criterios de calidad de la ejecución de tareas.

Adaptaciones metodológicas en los objetivos

- Cambie la temporalización de logro de los objetivos.
- Simplifique los objetivos.
- Desglose los objetivos en metas intermedias.

Adaptaciones en las evaluaciones

- Realice una evaluación diferente para los alumnos con discapacidad.
- Reduzca el tiempo de evaluación.
- Reduzca la cantidad de preguntas, ejercicios o cuestiones de cada evaluación.
- Imparta las instrucciones advertencias atencionales de la evaluación incluyendo.
- Adecúe contenidos según las necesidades.

3. MEDIDAS EXTRAORDINARIAS

- Usuarios: Alumnos con discapacidad moderada.
- Adaptaciones curriculares individuales significativas.
- Intervención específica externa de terapeutas de conducta, aprendizaje, leguaje, etc. toda la etapa escolar del alumno.

Indicadores de un programa de calidad en la atención a alumnado incluido

- Participación de la familia
- Evaluación completa de destrezas y deficiencias.
- Desarrollo de plan / definir claramente las metas y objetivos.
- Estrategias de enseñanza eficaces y con evidencia.
- Evaluación de la intervención.
- Estructuración del entorno.
- Aplicación de la evaluación funcional de la conducta cuando se produce una conducta problemática.
- Planificar cuidadosamente las transiciones (por ejemplo, de una clase a otra en un nuevo curso)
- Oportunidades significativas con sus compañeros.
- Enfoque de equipo exhaustivo.

“No es la discapacidad lo que hace difícil la vida, sino los pensamientos y acciones de los demás”

Julián Márquez Sánchez
(Yadiar Julián)

XI ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS
Callao – 2019

“COMO ATENDER LAS NECESIDADES
EDUCATIVAS ESPECIALES DE LOS
ESTUDIANTES”

Colegio San Antonio Marianistas - 75 aniversario – Bodas de Diamante

DATOS

I. Datos generales

Nombre : AAAAA

Sexo : Mujer

Edad : 06 años

Fecha de Nacimiento :

Escolaridad : 1er grado

Colegio :

Fecha de exámenes :

Fecha de informe :

Informante :

Examinadores :

Técnicas Utilizadas : - Entrevista psicológica
- Observación de conducta

Instrumentos aplicados : - Escala de inteligencia de Wechsler para
preescolar y primaria IV (WPPSI-IV),
subtests: matrices; conceptos;
reconocimiento; clave de figuras; búsqueda
de animales.

Docum. de referencia : - APA (2013). Manual diagnóstico y estadístico
de los trastornos mentales DSM 5. Madrid:
Médica Panamericana.

II. Motivo de consulta

AAAAA fue traída a consulta por sus padres, ellos indicaron que les “pre-ocupa el nivel atencional (...), demora en iniciar y terminar las actividades (...), hay que monitorearla (...), hace varias cosas a la vez”.

Adicionalmente agregaron, “se olvida donde deja las cosas (...), olvida los juguetes”. También informaron que “toma desayuno mirando TV (...), tiene que comer mirando el celular (...), llora si se lo quieren retirar y demanda seguir mirando (...), juega mirando la TV, si la apagan no quiere seguir jugando”.

Por otra parte, mencionaron que, en casa, “le cuesta obedecer (...), hay que convencerla (...) no sigue instrucciones a la primera (...), es demandante (...), se frustra rápidamente en el juego”.

Complementariamente agregaron, “sabe conversar, persuadir (...), en el colegio no hay problemas de conducta.

III. Antecedentes

El padre informó:

- “A los 7 meses caída con pérdida de conocimiento. Exámenes indicaron que no hubo secuelas.”
- Escolaridad: En “inicial de 4 años era tímida (...), en 5 años colaboradora, líder (...), dificultades en recortado”.
- “Sin antecedentes familiares”.
- “El presente año comienza 1er grado con nuevo colegio”.

IV. Observaciones generales y de conducta

Niña de contextura y talla promedio para la edad cronológica, cabello oscuro y lacio; tez trigueña clara, con facciones en armonía al rostro, al igual que sus extremidades respecto al cuerpo. Presentó vestimenta acorde a la estación, además de una adecuada higiene y arreglo personal.

Se desplazó por el ambiente de trabajo sin inconveniente alguno y permaneció sentada en la silla que se le asignó durante el tiempo requerido para la realización de las actividades solicitadas.

Con respecto a su comunicación y lenguaje, AAAAA miró al examinador mientras se le impartían las instrucciones y respondió de manera correcta a preguntas sencillas de información personal (nombre de mamá, papá y edad), con un volumen y timbre de voz, acorde a la situación y promedio para edad, apreciándose que pronunció correctamente los distintos sonidos que usó en su discurso.

Durante las sesiones de trabajo, ejecutó las instrucciones que se le impartieron, además de esperar su turno para ejecutar las actividades o comentar algo.

V. Resultados

5.1 *atención*

Actividad cognitiva compleja que acompaña a todos los procesos superiores, permitiendo filtrar la información relevante para que la niña pueda adaptarse de forma apropiada a las demandas externas e internas. A continuación, se describen los cinco tipos de atención explorados:

- **Atención focalizada:** habilidad para centrar la atención en un estímulo visual, auditivo o táctil. No se valora el tiempo de fijación en el estímulo. Para el examen, la tarea consistió en ubicar de manera rápida, estímulos visuales con carga semántica, que previamente había visualizado, apreciándose que su rendimiento fue promedio. Cabe resaltar que, en esta actividad, tuvo un rol importante la memoria de trabajo, en particular el funcionamiento bucle fonológico, ya que, si bien los estímulos presentados fueron visuales, para la retención y ubicación de los mismos la niña recurrió al lenguaje, dado que se trataron de sustantivos comunes concretos. Este desempeño indicaría que, llegado el momento, AAAAA debería ser capaz de ubicar rápidamente, al interior de una hoja de trabajo, imágenes que se le muestren o palabras que se le soliciten.
- **Atención sostenida:** referida a la posibilidad de que una persona se mantenga implicada en una actividad, durante un tiempo determinado. En el caso de AAAAA, se examinó la variante vigilancia, dado que la tarea consistió, solo en la detección de una serie de estímulos en forma secuencial (tarea de baja demanda cognitiva), alcanzando un rendimiento promedio, lo que permite deducir que poseería recursos para efectuar, eficientemente, una tarea de principio a fin, en la que estén involucrados, un máximo de dos procesos cognitivos.
- **Atención selectiva:** habilidad para elegir, de entre varias posibilidades, la información relevante que se debe procesar o el esquema de acción apropiado, inhibiendo la atención a unos estímulos, mientras se atiende a otros. En este caso, AAAAA también evidenció un desempeño promedio, apreciándose que en tareas en las que tuvo que escoger un gráfico (sin carga semántica), que completaba una secuencia, ubicó sin mayor problema el estímulo correcto, entre los diferentes distractores, lo que debería impactar favorablemente al copiar figuras tridimensionales, gráficos y esquemas.

- **Atención alternante:** implica la flexibilidad para cambiar el foco de atención entre tareas que demandan requerimientos cognitivos diferentes, controlando la información procesada en cada momento, de tal manera que dé una respuesta correcta. En este caso, AAAAA mostró un desempeño moderadamente bajo, sin embargo, cabe resaltar que las respuestas dadas fueron correctas, siendo la razón de este nivel de rendimiento, su lentitud al trabajar, lo que permite deducir que, el origen de este perfil no sería propiamente un déficit en la atención alternante, sino fallas en el componente de funciones ejecutivas, principalmente la planificación y flexibilidad.
- **Atención dividida:** involucra la habilidad para atender a dos o más estímulos al mismo tiempo, de tal manera que se emita una respuesta correcta al requerimiento. En este caso, AAAAA debió distribuir sus recursos atencionales en dos grupos diferentes de estímulos (todos sustantivos comunes concretos) para sintetizar su respuesta eligiendo dos estímulos que pertenecieran a una misma categoría, apreciándose un desempeño moderadamente bajo, lo que permite deducir que, le es difícil atender de manera paralela, a dos estímulos para lograr una respuesta correcta.

5.2 *indicadores diagnósticos*

- **Inatención**

El análisis de la información proporcionado de manera independiente por tres observadores cotidianos, coincidió en cuanto a que AAAAA, frecuentemente se distrae con facilidad ante estímulos externos; y al menos dos de tres observadores, coincidieron en afirmar que con frecuencia, la examinada falla en prestar la debida atención a detalles o por descuido comete errores en las tareas escolares u otras actividades; del mismo modo, concordaron en opinar que AAAAA, parece no escuchar cuando se le habla directamente, no sigue las instrucciones y no termina las tareas escolares o los quehaceres; de igual manera, precisaron que evita, le disgusta o se muestra poco entusiasta, al iniciar tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido; extraviando cosas que requiere para la realización de sus actividades.

Por el contrario, todos los observadores coincidieron en que la niña corrientemente no tiene dificultades para mantener la atención en actividades recreativas, destacando que es necesario monitorearla en la ejecución de algunas de sus actividades de la vida diaria.

- **Hiperactividad/impulsividad**

En este caso, todos los observadores coincidieron en que, con frecuencia, a AAAAA le es difícil esperar su turno en actividades recreativas; mientras

que dos de ellos señalaron que con frecuencia habla de manera excesiva, responde inesperadamente o antes de que se haya concluido una pregunta; o interrumpe las conversaciones de otros.

Por otro lado, los tres observadores señalaron que no han apreciado con frecuencia, que juguetea con las manos o pies, ni que se retuerza en el asiento; tampoco reportan que se levante en situaciones en las que se espera que permanezca sentada, ni indican que corretee o trepe en situaciones en las que no resulte apropiado; por el contrario, concordaron en que es capaz de jugar o de ocuparse tranquilamente en actividades recreativas; destacando que no evidencia conductas que interfieran con su ajuste social o académico; tampoco mencionaron que impresione como una niña que esté permanente ocupada en alguna cosa.

Todos estos comportamientos se han manifestado desde aproximadamente los tres años y medio, presentándose en los diferentes espacios que frecuenta.

VI. Conclusiones

- Atención focalizada, selectiva y sostenida, dentro del promedio.
- Atención alternante y dividida moderadamente baja, deduciéndose que la variable funciones ejecutivas incide en el origen de este perfil.
- Al momento del examen, presencia de al menos siete indicadores conductuales de inatención.

VII. Recomendaciones

7.1 Para la menor

Terapia individual que priorice la estimulación de la atención alternante y dividida, así como, de las funciones ejecutivas, mediante ejercicios que consideren los siguientes aspectos:

- Tareas de baja y moderada exigencia cognitiva.
- Uso de estímulos gráficos y verbales.
- De preferencia, utilización de sustantivos comunes concretos.
- Uso de estímulos gráficos abstractos bidimensionales y tridimensionales.
- Tareas de velocidad con límite de tiempo.
- Tareas de resistencia incrementando progresivamente la duración de los ejercicios.

7.2 *Para la familia*

Estimulación de la atención en el hogar, la misma que debe considerar los siguientes aspectos:

- Asignar tareas y obligaciones mediante un organizador visual en un sitio de alto tránsito en la casa, estableciendo los objetivos y niveles mínimos de ejecución.
- Instrucciones, al principio breves, y posteriormente más extensas, asegurándose que AAAAA las escuche completamente, mirando al rostro de los padres.
- Fomentar juegos en familia: rompecabezas, cartas, monopolio que estimulen las funciones ejecutivas, disminuyéndose el tiempo de permanencia de AAAAA frente al televisor.
- Considerar periodos de descanso entre tareas.

7.3 *Para la institución educativa*

- Priorizar el uso de estrategias antecedentes para captar la atención inicial de AAAAA y el resto de alumnos.
- La docente debe evaluar permanentemente si la metodología utilizada en aula favorece la atención de AAAAA, de tal manera que efectúen los reajustes que sean pertinentes.
- Hacer uso de adecuadas estrategias consecuentes para reforzar y mantener conductas esperadas en la niña.

XI ENCUENTRO DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS
Callao – 2019

**“COMO ATENDER LAS NECESIDADES
EDUCATIVAS ESPECIALES DE LOS
ESTUDIANTES”**

Colegio San Antonio Marianistas - 75 aniversario – Bodas de Diamante

PLAN DE ORIENTACIÓN INDIVIDUAL

I. Ficha de identificación del estudiante

Apellidos :

Nombres :

Institución Educativa :

Nivel y grado :

II. Modalidad de escolarización recomendada

III. Propuesta curricular

Delimitar las capacidades para lograr en cada área curricular, durante el año lectivo, a partir de la programación del aula inclusiva y de acuerdo a los resultados de la evaluación psicopedagógica.

AREA CURRICULAR	CAPACIDADES PROYECTADAS
Comunicación	
Matemática	
Personal Social	
Ciencia y Ambiente	

IV. Medidas y estrategias educativas

Se describen las medidas educativas que se adoptarán relacionadas a:

4.1 *Medidas organizativas*

A nivel de I.E.

A nivel de aula

- Distribución del aula
- Organización del aula
- Organización de materiales educativos
- Adaptación de materiales
- Recursos tecnológicos

4.2 *Medidas curriculares*

Adaptaciones curriculares

Metodología a emplear

Criterios de evaluación

4.3 *Medidas tutoriales*

4.3.1 Para el niño

4.3.2 Para la institución

4.4 *Medidas de recursos*

V. Orientaciones a la familia

Firmas

IV. Aspectos relevantes para el desarrollo biopsicosocial del estudiante

4.1 *Desarrollo evolutivo*

4.2 *Atenciones médicas y terapéuticas recibidas*

4.3 *Aspectos socio familiares:*

V. Resultados de la evaluación

5.1 *Competencia curricular (logros y dificultades de las capacidades del área)*

- Matemática
- Comunicación
- Personal Social
- Ciencia y Ambiente
- Personal social

5.2. *Estilo y ritmo de aprendizaje:*

- Modalidad sensorial preferente:
- Preferencia de reforzadores:
- Atención:
- Seguimiento de instrucciones:
- Persistencia en la ejecución de tarea:
- Movilidad:
- Niveles de apoyo para su aprendizaje.

5.3 *Del contexto de enseñanza-aprendizaje*

- Del aula
- De la institución educativa

V. Conclusiones

6.1 *Identificación de las necesidades educativas especiales y potencialidades en relación con las áreas curriculares.*

ÁREA	NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES
Matemática	
Comunicación	Necesidades:
	Potencialidades:
Personal Social	Necesidades:
	Potencialidades:
Ciencia y Ambiente	Necesidades:
	Potencialidades:



Presentación



Exposición



Mesa de trabajo



Señora Rosa María, encargada de la OREM, Equipo de psicólogos Marianistas y dos participantes con la alegría de haber realizado nuestro XI Encuentro



MEMORIA DE LOS ENCUENTROS DE PSICÓLOGOS MARIANISTAS
2009-2019