



**ALGUNAS NOTAS TOMADAS POR MIEMBROS
DEL AMPA SEVERO OCHOA EN LAS
CONFERENCIAS DEL FORO.**

**UN RESUMEN PARA EL PROFESORADO Y LAS
FAMILIAS.**



José María del Toro. “educar con co-razón, latidos para reanimar la vida en las familias y en la escuela”.

Algunas reflexiones para comenzar. a compartir conocimientos.

“La creatividad es crear vida en ti”.

“La programación es un gesto de amor, no un corsé que coarta la creatividad”.

“Tenemos que cambiar los objetivos por los horizontes. Programar es saber a dónde vamos, pero no determina el camino que nos lleva a ese horizonte, el camino se adapta al momento, a los caminantes, al terreno”.

“La inspiración es recibir, no dar algo que yo ya se. El maestro, la maestra recibe de sus alumnos, no solo da”.

“La programación en el ámbito educativo no puede hacernos olvidar la centralidad de las personas”. La programación es una herramienta que nos ayuda a marcar el horizonte, pero no puede convertirse en el centro de la acción educativa, del proceso educativo, cuya centralidad debe ser ocupada en todo momento por las personas, por el alumnado.

“Solo se aprende de aquel a quien se ama, sino amamos a nuestro alumnado, no podemos sentir que aprendemos de ellos en cada día, en cada momento”.

“Recordar es volver a pasar por el corazón las reflexiones, las aproximaciones”.

“Estar en los sitios de corazón, con el corazón, es estar en actitud de escucha”.

¿Tu cuanto pagas por lo que cobras?

“Las formas son provisionales, transformar es ir más allá de las formas”.

“El maestro, la maestra tiene que ordenarse, tiene que centrarse”.

“La disciplina es entrega con amor a la tarea. La disciplina no es esfuerzo físico en la tarea, sino entrega emocional”.

ALGUNAS IDEAS FUERZA.

La incorporación de la tecnología en las aulas puede sustituir la función del profesorado como transmisor de conocimientos, pero lo que no podrá nunca sustituir es la presencia del profesorado como instrumento de generación de vínculos, de relación, de emoción, de pensamiento.

La educación y la escuela se tienen que convertir en un escenario que gestione las emociones, en un espacio emocional, relacional. La fuerza de la escuela del presente y del futuro vendrá dada por las relaciones, por el contraste de emociones, de opiniones, por la generación de valores que impulsen lo comunitario, pues la mera transmisión de conocimientos contará con otros miles de espacios y medios por los que el alumno se aproximara a ellos sin necesidad de la escuela. La escuela como espacio que construye comunidad.

La escucha activa es inspiradora de la creatividad. La programación da lo planificado, lo previsto, mientras que la creatividad genera a partir de la presencia de las personas.

El maestro, la maestra debe convertir la escuela en un hogar, en un espacio de calor, de cercanía, de proximidad. La escuela se convierte en un hogar a través de la pasión pedagógica del profesorado, la pasión por escuchar, por aprender del alumnado, por generar emociones. Cuando los maestros trascienden los factores que limitan esta pasión, es cuando aparece la innovación, la emoción, el verdadero aprendizaje. ¿Cómo mantiene un maestro la pasión, la educación con corazón, sin caer en la monotonía?

Junto a la pasión debemos incorporar la cordialidad en las relaciones con los niños, con los compañeros, con las familias, con el entorno. Hay una pasión que arrastra y otra que acompaña, una que quema y otra que enciende, una que ciega y otra que ilumina, en nosotros esta la elección. El tercer valor del maestro y la maestra es la constancia, los objetivos no son fruto del momento, sino del proceso, del camino, del recorrido de medio y largo plazo. Es necesario cuidar la atmosfera del aula, del centro educativo.

Yo soy yo y lo que yo hago con mis circunstancias, los límites de nuestra acción educativa los fijamos nosotros, no la institución educativa. En determinados casos somos nosotros mismos los que nos auto limitamos en la acción educativa, situando la culpa en el otro, la consejería, el sistema educativo, el equipo directivo, el alumnado, los déficits de infraestructura, etc.

Los profesionales de la educación no eligen las preguntas, pero si podemos elegir las respuestas. No nos empeñemos en cambiar la administración educativa, la programación, las familias, los alumnos, simplemente debemos cambiar lo que tenemos en nuestro poder, cambiémonos a nosotros mismos, cambiemos como nos situamos ante la administración, ante las familias, los alumnos, el centro.

En la escuela debemos dotarnos de espacios de parada, de quietud, de sosiego, de silencio, de respiración, de inspiración, podemos llevar a los niños a otros estados de conciencia cuando tienen experiencias vivenciales que los conectan con sus emociones. Los niños han perdido la capacidad natural de la exploración, de la sorpresa, nuestro reto como profesionales es mantener viva la actitud de asombro, de curiosidad, de búsqueda, esta será la verdadera motivación para el aprendizaje.

Un profesional de la educación no debe improvisar el proceso educativo, pero no puede ser esclavo de una programación que se puede alejar de la realidad de los alumnos. La programación debe adaptarse a las circunstancias del centro, del alumnado, a la realidad del momento, a las miradas y a las escuchas de nuestros alumnos.

Uno está en donde está su conciencia, su atención. Si la atención está dispersa, no hay comunicación. No tenemos que hacer grandes cosas, sino completar las que iniciamos por pequeñas que sean. Cuando hacemos cosas completas, nosotros nos completamos. Es importante saber reconocer que nos descentramos, que nos equivocamos, siendo necesario saber reconocer los errores, siendo humildes, aprendiendo de nuestros errores, de nuestros niños y niñas.

Los tres males de la educación son el infarto, la hipertensión y la arritmia.

Frente al infarto, la estrategia es soltar, descargar, como hacen las hojas de los árboles en otoño.

Frente a la Hipertensión esta la relajación de la lengua, la tensión se corrige con la distensión de la lengua.

Tenemos que trascender de la conciencia de la mente a la conciencia del corazón.



Anna Carballo.

Anna.carballo@gmail.com

El conocimiento del cerebro de los jóvenes es una herramienta más para el profesorado, pero no es esencial su conocimiento para ser un buen educador. A lo largo de la historia hemos contado con grandes maestros y maestras que no conocían el cerebro de sus alumnos.

En el ámbito de la neurociencia nos encontramos con la existencia de muchos neuromitos que se han extendido, pero que no son ciertos, ni están acreditados científicamente, por ejemplo situar la creatividad en un hemisferio del cerebro.

Los procesos creativos requieren tiempo, no se potencian en la inmediatez. No podemos buscar la creatividad en nuestros alumnos en el aquí y ahora, la creatividad es fruto de la reflexión en el tiempo, de la constancia, de buscar los vínculos entre lo que aparentemente no lo tiene.

Es necesario en cada día regalarnos un tiempo en donde no hagamos nada y en el caso de los niños contar con la oportunidad del juego libre y en la naturaleza. Hoy nuestros alumnos están muy poco jugados, habitan en entornos familiares y escolares de estrés, de tensión permanente, con la presión permanente de tener que hacer cosas, ser productivos.

Vinculados con los neuromitos y la seducción de la neurociencia están los productos comerciales que intentan vendernos basándose en los mitos de la neurociencia.

El aprendizaje pasa por la reciprocidad con los otros, mientras que en la actualidad nuestros hijos e hijas interactúan con las pantallas, no con las personas. La escuela debe

ser un espacio para interactuar entre personas, un espacio relacional, no un nuevo lugar en donde interactuar con pantallas.

Nos centramos en los factores que desde la neurociencia nos apoyan en el proceso educativo.

Cada persona filtra la información de una determinada forma, cada persona tiene unos filtros de atención diferenciados, no todos aprendemos igual, mientras que la escuela sigue intentando que nuestros alumnos aprendan lo mismo, en los mismos tiempos y haciendo las mismas tareas y con los mismos instrumentos. Los objetivos de aprendizaje deberían ser adaptados a cada alumno, a sus necesidades, características y a sus contextos.

En los procesos de aprendizaje juegan un papel fundamental los tiempos de sueño y vigilia. No podemos aprender mientras dormimos, pero el sueño nos prepara para el aprendizaje y lo consolida. Los tiempos de sueño en los niños/as y adolescentes son fundamentales y debemos tener en consideración que los tiempos de sueño perdidos no se recuperan. Un cerebro adolescente necesita 9,5 horas de sueño, necesidad de sueño que choca de frente con los horarios escolares, en donde en secundaria se inicia a las 8,30 horas y tendemos a poner en las primeras horas asignaturas como las matemáticas, pensando que es la hora de mayor concentración y atención. En determinados países europeos se están cambiando los horarios educativos, retrasando las horas de inicio en secundaria a las 10,00 horas. De acuerdo con los procesos cerebrales la adolescencia se alarga hasta los 27, 28 años.

Los seres humanos llevamos en los genes la conducta de cooperación, de colaboración, de ayuda. Los seres humanos aprendemos más y mejor en procesos de cooperación. Necesitamos apoyar a los otros como parte de nuestra satisfacción. Esta actitud innata de la conducta de ayuda se pierde cuando aparece el premio ante la conducta. ¿si el altruismo, la ayuda, la cooperación es innata al ser humano, por qué lo perdemos con la edad, surgiendo el individualismo y la competencia?

Hay que potenciar mucho más la oralidad, no nos podemos obsesionar con el aprendizaje de la lectura, cuando nos tendríamos que centrar primero en la capacidad oral de nuestro alumnado. La escuela está olvidando la oralidad, el debate, la exposición en público, el pensamiento reflexivo.

El conocimiento vinculado con los procedimientos es el que queda, mientras que el aprendizaje memorístico tiende a desaparecer con el tiempo. Por ejemplo tenemos que tomar decisiones diariamente, pero la escuela no nos enseña el procedimiento de aprendizaje para tomar decisiones. No nos acordamos de lo que nos ha enseñado un maestro, pero sí de las emociones que nos ha transmitido.

Nuestro cerebro está diseñado para aprender. El cerebro es plástico, porque está adaptado al aprendizaje. Los humanos nacemos con un alto nivel de inmadurez, nacemos muy pronto y por tanto tenemos una infancia muy larga, en donde dependemos de los adultos de la especie.

Nacemos con muchas más neuronas de las que vamos a utilizar, pero estas no están interconectadas. A lo largo de los primeros dos años el cerebro, brota, se producen innumerables conexiones neuronales. A partir de ahí, se produce la denominada poda neuronal, pues solo nos quedamos con las conexiones neuronales que utilizamos en nuestro entorno, dejando el resto. Se trata de la necesidad y la capacidad de adaptarnos a nuestro entorno.

Las pantallas son sensorialmente muy pobres. Tenemos niñas y niños infra motivados motrilmente, sin actividad física, cuando esta y el mundo de las relaciones son fundamentales en los procesos de crecimiento y aprendizaje.

La adolescencia es un proceso de transición a la edad adulta, si las responsabilidades de la edad adulta se retrasan, como está sucediendo, el ambiente infantiliza a los adolescentes y retrasa su proceso de autonomía.

El cerebro adolescente se caracteriza por:

- Rapidez de procedimiento de la información
- Impulsividad.
- Dificultad en el control inhibitorio.
- Conductas de riesgo.
- Conducta social entre iguales.
- Conflictos con los adultos.
- Búsqueda de sensaciones.
- Búsqueda de autonomía
- Búsqueda de la individualidad
- Sensibilidad al estrés.
- Buscan el placer inmediato.
- Son impulsivos.
- Respuestas emocionales primarias.
- Son intensos emocionalmente.

El rol adulto en la relación con los adolescentes es fundamental, la autorregulación se alcanza solo cuando previamente se ha contractado con una regulación externa que ejerce un adulto. Función que puede y debe ejercer la madre y el padre. A los adolescentes no les motivamos con el conocimiento, ni con los resultados a obtener a medio y largo plazo, la motivación se produce en la inmediatez, los motivamos y los

involucramos con la tarea y con el conocimiento cuando este se genera en actividades con repercusión social en su entorno.

La adolescencia no es un problema.

Un clima de aula relajado favorecer el aprendizaje.

Nos encontramos con las tendencias que incorporar la gamificación en la educación, es decir la incorporación del juego como instrumento de aproximación al conocimiento, a la relación y a la generación de vínculos con los demás alumnos y con el entorno.

Es necesario potenciar la función ejecutiva de nuestro adolescente. Va de aprender a ser, de aprender a convivir, de aprender a relacionarnos. No solo de aprender conocimientos que no aplicamos a la realidad.

Los niños con TDH mejoran en contacto con la naturaleza.



Ana Painado. Implantando programas, plantando emociones, creciendo juntos.

Educación emocional.

Parece una moda, pero debe ser una tendencia que ha venido para quedarse.

A una clase no viene solo un cerebro, viene también un corazón y si desde el aula, desde la escuela solo nos dirigimos al cerebro y no al corazón nos estaremos equivocando en el proceso educativo. Nos tenemos que dirigir al cerebro, pero también al corazón, de ahí surgen los programas de educación emocional que se están extendiendo en la escuela.

La teoría de las inteligencias múltiples establece dos tipos de inteligencia, la Intrapersonal y la interpersonal, dos tipos de inteligencia que están absolutamente vinculadas, surgiendo del vínculo la denominada inteligencia emocional.

Trabajar con las emociones en el aula implica la necesidad de trabajar con el cuerpo. Todas las emociones, al menos las básicas, se expresan a través del cuerpo y se conectan con los pensamientos. Las emociones desagradables se vinculan con comportamientos que debemos modificar.

Desde la inteligencia emocional se plantea la necesidad de formar tres competencias a nivel intrapersonal y dos a nivel interpersonal.

A nivel intrapersonal, el mundo de las relaciones con uno mismo, es necesario que trabajemos la Autoestima, la motivación y la autorregulación.

A nivel interpersonal, que afecta a las relaciones con los otros, debemos trabajar la empatía y la comunicación.

Uno no elige las cartas con las que nos ha tocado vivir, pero si como las quiero jugar.

Nos recomiendo que hagamos el Cuestionario VIA de fortalezas personales.

Las fortalezas vinculadas con el optimismo y la felicidad son La gratitud, el perdón, la espiritualidad.

Necesitamos aprender a gestionar estas fortalezas. Por ejemplo podemos reflexionar sobre lo mal que gestionamos el perdón, si un alumno ha tenido una actitud de agresión ante otro alumno no podemos intentar simplemente que se perdonen a través de la reconciliación, es necesario validar la emoción de enfado de uno hacia el otro, trabajando la empatía hacia el agresor. "Me ha agredido como consecuencia de una situación externa que ha traído al aula, no me ha agredido por mí", de esta reflexión nace el verdadero perdón, el que está vinculado con la paz que alcanzamos cuando trasladamos la responsabilidad de los hechos al contexto de la otra persona.

Las emociones son reacciones a un estímulo, mientras que los sentimientos son la sostenibilidad en el tiempo de una emoción. Las emociones son cambiantes, son puntuales, los sentimientos son estables, se vinculan con las experiencias.

Las creencias producen sensaciones, las sensaciones emociones, las emociones pensamientos y estos los comportamientos. Si queremos cambiar un comportamiento tenemos que cambiar las creencias.

Todos necesitamos sentirnos queridos y valorados y los alumnos también.

La falta de afecto, la ausencia de amor, dificulta en el aprendizaje.

No digas nunca en clase no puedo o es imposible. Una de las palabras que más debemos decir en el aula es "aun". Por ejemplo, Pedro no es mi amigo, por Pedro aun no es tu amigo. No se me la historia de España, por aun no se me la historia de España.

Crezcamos juntos, aprendamos juntos a gestionar las emociones.

Libros recomendados para el profesorado y las familias.

- "Mal de escuela" de Daniel Pennaz.
- "El elemento de Robinson".
- "Una última lección de Randy Pauss".
- "Las ocho claves del perdón de Robert Enright".

