

# Seminario Aprender a Ser.

Escrito por [Diana Granell Rodríguez](#) el 7 julio, 2014. Posteadó en [James Digital nº 3, Revista 3 - Debate Docente, Sin categoría](#)

Bienestar docente en un espacio para hablar.

Aprender a Ser, un reto educativo es una acción formativa orientada al bienestar docente. En formato de seminario quincenal trata de crear un espacio de propio conocimiento como fundamento de una vida personal y profesional más plena. Se combinan diversos medios destinados a poner palabra a lo que ya ocurre en la interioridad. Este hecho permite a los participantes realizar un proceso personal en un entorno seguro, acompañados durante un tiempo significativo. Para nosotros es el punto de partida clave para iniciar y profundizar en la denominada educación emocional de nuestros niños-as y jóvenes.



Manolo Marrero Pérez

CEIP César Manrique

Learning of Being, Educational Challenge is a fortnightly seminary on the wellness of the teacher. It is about a self-knowledge space for a personal and professional life. We use several tools for using own words to express what is happening inside. The teachers are in a secure environment experiencing a personal process, accompanied during a significant time.

“Lo único que quiero es que llegues a ser una persona”. Así le espetó al hijo de apenas diez años una madre harta de sentirse desconsiderada. Sin entrar en más detalles es de esperar que al niño le surgiera inmediatamente la pregunta cómo: ¿cómo se hace eso? En aquel entonces la inteligencia emocional no existía ni como tema de conversación. Llegar a ser persona y no cosa, es un deseo humano profundo que requiere ser considerado. Demanda para su realización de una enorme inteligencia que si no se moviliza genera un malestar extraordinario. Este malestar es una señal de que la vida pide ser vivida como ser humano.

Aprender a Ser, un reto educativo.

En el CEP de Lanzarote está teniendo lugar una experiencia abierta a docentes y familias de toda las etapas educativas (3 a 18). Todos tenemos en común que estamos

interesados en el propio conocimiento. Esto es, aprender de lo que ya ocurre en uno mismo: no a través de libros, no acumulando información sino poniéndonos en contacto con nuestro mundo interno.

Para este fin utilizamos varios medios. El primero es encontrarnos cada quincena durante un par de horas. En este espacio las obligaciones familiares, laborales o propias quedan a un lado. Acondicionamos el lugar, desplegamos la merienda y empezamos con treinta minutos de atención plena –mindfulness-. Tras algunos intercambios dedicamos alrededor de una hora de conversación acompañada donde el que habla facilita que los participantes se pongan en contacto con su mundo interno, sin deberías, sin informaciones moralizantes ni consejos. Miramos juntos lo que ya ocurre en la interioridad de un ser humano. Durante la investigación vamos intercalando diálogos que permiten ahondar en lo descubierto desde la experiencia de cada uno.

Para cerrar la sesión dedicamos un espacio a la escritura en formato de diario como una técnica útil de toma de conciencia.

Mindfulness, conversación y escritura insitu son medios que se complementan con una tutoría personal entre encuentro y encuentro. Aquí cada participante tiene la oportunidad de hacer uso de un momento para ser escuchado e indagar con libertad en aquellos aspectos que considere.

Creamos así un acercamiento a la experiencia de ser aceptados tal cual somos, actuamos, nos encontramos, sentimos y pensamos. En la medida en que vamos entendiendo el funcionamiento del mundo interno, abriéndonos a lo que ocurre, sucede una experiencia de libertad.

Condiciones para el bienestar docente.

Si bien un entorno laboral adecuadamente preparado facilita el bienestar docente, esperar a que éste nos venga de fuera puede convertirse en una quimera. Sin propio conocimiento se hace muy difícil salir del malestar o del sufrimiento. No estamos hablando de los grandes sufrimientos: hablamos de las molestias que nos trae el día a día. Unas veces nos hace perder el sueño, otras nos tiene atrapados en un rumiar que nos resta energía y nos aísla, en otras ocasiones nos pone en conflicto con los otros. Si todos experimentamos este vivir cotidiano, ¿por qué no hemos podido salir de ello? Primero porque hemos sido educados y en segundo lugar porque en la sociedad carecemos de estructuras que acompañen de modo significativo, sistemático y gratuito a las personas en el desplegar de su autonomía. No hemos podido establecer una mirada cariñosa hacia nuestro mundo interno y el propio bienestar depende de los acontecimientos siempre cambiantes.

El bienestar existencial es un asunto clave para el profesorado: educar es relación. ¿A quién vas a enseñar matemáticas, esto o lo otro? ¿A quién vas a poner en contacto con sus competencias para la vida? Y, ¿quién es ese que enseña? ¿Qué vivir está transmitiendo? ¿Cómo nos ocupamos de alimentar nuestra vitalidad?

El conocimiento propio no es una moda, un tema más de conversación o un asunto de los otros. Tiene que ver con un Vivir más pleno, con tu vivir más pleno... lo que ya está indicando que en el vivir actual, el punto de partida es... ¿cuál es tu punto de partida?

¿Podemos hablarlo?

Futuro próximo.

Aquellas personas que quieran continuar o incorporarse pueden participar en el seminario Aprender a Ser, Bienestar Docente. Son dos encuentros abiertos y gratuitos para los días

6-7 de junio y 26-27 de septiembre – blog Aula Libre 08mcm.blospot.com.es-

Para aquellos centros que deseen introducir en sus planes de formación y organizativos el bienestar docente, la educación emocional y la cooperación profesional, disponemos de formación específica.

El Seminario Aprender a Ser, Bienestar Docente está al margen de la lógica de economía de mercado, no hay matrícula, ni acepta subvenciones ni remuneración que condicione su funcionamiento. Así los recursos personales son ilimitados y los gastos se comparten mediante aportaciones voluntarias de los participantes u organizaciones. Queremos que el interés principal se mantenga en la relación personal y en facilitar el acceso al mayor número de docentes sin que medie relación clientelar.

En caso de certificación se atenderá a los requisitos de la Consejería de Educación.

Para más información e inscripción [proyectoaprenderaser@gmail.com](mailto:proyectoaprenderaser@gmail.com)

["Trackback" Enlace](#) desde tu web.