

Volver desde el corazón

*María Fernanda López Díaz
IES Costa Tegui*

Es la descripción de una experiencia didáctica de la materia de Lengua Castellana y Literatura para 1º ESO con los pasos previos que llevaron al planteamiento de la misma. Se trata de un proyecto de evaluación inicial que tiene en cuenta el eje de *Salud y educación emocional* y el de *Igualdad y educación afectivo-sexual* y parte de las emociones experimentadas durante el confinamiento y no asimiladas ni expresadas.

VOLVER DESDE EL CORAZÓN

El final del curso pasado tuve la suerte de asistir a una webinar de Calixto Herrera titulada *Resiliencia ante el inicio de curso*. Aquella ponencia me cambió la manera de afrontar el nuevo año escolar pero también me dio herramientas para terminar mejor aquel curso que había sido tan anómalo y que tan mal sabor de boca me había dejado. Me dejó haciéndome preguntas y valorando cómo quería empezar en septiembre. Es lo que hace Calixto cuando nos habla, que nos hace ver nuestra labor desde el corazón. En aquel momento decidí que quería ser tutora de un 1º de ESO porque quería ayudar a ese alumnado a empezar su nueva etapa con otra perspectiva: si yo quería cambiar mi manera de enseñar debía hacerlo con alumnado nuevo. Ya tenía la intención y la motivación, solo me faltaba organizar y materializar esa idea. Y

aquí entró en juego la magia de las personas que nos rodean.

Los primeros días de este septiembre fueron estresantes, algo caóticos, se llenaron de incertidumbre pero también de ilusión y eso fue lo que nos motivó a varias compañeras y compañeros de mi centro a buscar alternativas, acciones, nuevas maneras de acoger al alumnado que volvía a las aulas después de medio año *(des)conectados* pero también al que lo pisaba por primera vez. En una de estas conversaciones, mi compañera Inmaculada Guardia me habló de la *Guía emocreativa para una vuelta al cole desde el corazón*, de Antonio F. Rodríguez Hernández. Parecía que todo iba confluendo para organizar algo diferente, emotivo y que nos ayudase a volver a conectar con el alumnado. No tenía que ser grande, solo alternativo, emotivo y que nos devolviera la mirada hacia lo realmente importante: el cuidado. Con estas herramientas me vino enseguida a la cabeza *La*

Experiencias didácticas

“Conseguimos hablar con respeto de emociones y sentimientos desde el corazón, algo que en secundaria muchas veces olvidamos”

ética del cuidado, de Carol Gilligan (2013) de la que tantas veces mi compañera Marta Algora me había hablado. Era el momento de leer y de investigar.

Con esta base teórica, la *Resiliencia ante el inicio de curso*, *La ética del cuidado* y *La guía emocreativa para una vuelta al cole desde el corazón*, tenía claro que necesitaba empezar el curso con alguna actividad que diera la oportunidad al alumnado de mirarse, de escucharse y de expresar cómo había sido para ellos y ellas ese final de curso, cómo estaban siendo esos primeros días y qué esperaban de su nueva etapa escolar. Y, como soy docente de la materia de Lengua Castellana y Literatura, lo tenía claro... con un cuento. ¿Pero cuál? La clave la tenía en casa. Una buena amiga, Érika Armas, maestra de educación infantil, les había regalado a mis peques el cuento *Vacío*, una historia preciosa, de Anna Llenas, sobre la pérdida. Es un cuento infantil, con poco texto y unas ilustraciones muy bonitas que, a priori, puede parecer poco apto para el alumnado de 1º ESO. Sin embargo, presenta un significado profundo, con dobles sentidos y metáforas lo que lo hacen perfecto para una clase de Lengua y Literatura. Ya tenía el material, faltaba encontrar el enfoque, la metodología y el producto final. Pues, finalmente, lo que pretendía no era solo trabajar las emociones, el cuidado y la afectividad, sino también aprovecharlo como actividad inicial de la materia de Lengua. Quería que fuese ese primer observatorio que me permitiese evaluar en qué punto volvía ese alumnado a las aulas desde un punto lingüístico, comunicativo, y afectivo-emocional. Así que decidí empezar por la compren-

sión (LCL1CE1), en este caso, de un producto audiovisual, pues les proyecté un vídeo donde se contaba el cuento a partir de imágenes del mismo. Al terminar, apoyé la actividad leyéndoles algunas partes del mismo que no aparecían en la web y a continuación les hice preguntas a todo el grupo de manera oral relacionadas con la comprensión y el tipo de texto. Por ejemplo: ¿quién es la protagonista?, ¿cómo era su vida al principio de la historia?, ¿qué sucede después?, ¿cómo se siente?, etc. Traté en clase de asegurarme de que todo el alumnado entendía el verdadero significado de la historia y el mensaje intratextual, la moraleja: toda pérdida, sea del tipo que sea, deja un gran vacío que no puede llenarse ni taparse. Para poder vivir con ese vacío hay que mirarlo y escucharlo, pues solo así podrá vivirse con él y volver a conectar con la vida. En esta fase de comprensión es importante aprovechar todos los recursos que ofrece el cuento, pues hay imágenes que hacen referencia al consumo de sustancias para *tapar* ese vacío o incluso una relación amorosa tóxica y superficial.

Para casa les mandé varias actividades de reflexión y escritura (LCL1CE4) y les pedí que le hicieran una foto en vertical y me las enviaran por el Classroom (LCL1CE5). Estas preguntas eran:

- Resumen del cuento.
- ¿Qué le hace sentir ese vacío?.
- ¿Cómo descubre la solución al problema?.
- Escribe qué situaciones pueden hacerte sentir ese vacío.
- ¿Alguna vez te has sentido así? Descríbelo y explica cómo reaccionaste.

- Explica cómo puedes expresar esa emoción.

- ¿Se te ocurre qué puede ayudarte a gestionarla?.

- ¿Cómo ayudarías a alguien que se siente así?.

- Escribe cómo gestionas la tristeza, la frustración o la ira.

Al día siguiente de realizar estas actividades en casa, dimos la clase en el patio.

Nos sentamos en círculo y les pregunté por el cuento y las reflexiones que habían escrito. Luego fui más allá y les pregunté si alguna vez habían sentido algo parecido. E incluso, si eran capaces de encontrar alguna situación que nos hubiese afectado a todas las personas que estábamos allí sentadas, incluyéndome a mí, y que nos pudiese haber afectado de la misma manera que a Julia, la protagonista del cuento. Y, aunque les costó, empezaron a hablar del confinamiento (LCL1CE2). Es verdad que a algún grupo de 1º lo tuve que guiar un poquito más para que llegaran a ese punto, pues no todos tienen el mismo nivel de madurez ni las mismas experiencias

vitales, pero fue asombroso escucharles. Se abrieron, se expresaron, comunicaron su sentir, sus miedos, sus expectativas... e incluso alguien llegó a hablar del fallecimiento de sus abuelos y abuelas a causa del COVID. No voy a negar que fue duro y que hay que estar preparada para lo que se pueda contar, pero la experiencia fue muy enriquecedora. Algunas personas participaron más, otras fueron más tímidas pero, en general, hubo una gran implicación por parte del alumnado y fueron muy respetuosas y solidarias con las personas que se expresaban. Conseguimos hablar con respeto de emociones y sentimientos desde el corazón, algo que en secundaria muchas veces olvidamos.

El proyecto culminó con una tarea final: una reflexión sobre el camino hacia la resiliencia. En la pizarra de la clase fuimos anotando todos los pasos del proceso que habían vivido. Le pusimos nombre a sus sentimientos. Y nos quedó algo parecido a esto:

Empezando el curso de esta manera, no solo tenía datos que me

“El proyecto culminó con una tarea final: una reflexión sobre el camino hacia la resiliencia”

| RECONOCIMIENTO | EXPRESIÓN | ACEPTACIÓN | CAMBIO | RESILIENCIA |
|---|--|---|---|---|
|  |  |  |  |  |
| Observación, escucha, atención Me mira y me siento | Expreso y nombro mi sentir. Al comunicarlo debo tener en cuenta la premisa de no dañar ni ser dañado. | Si me he comunicado asertivamente (conmigo y/o con otras personas) daré valor a la emoción. Acepto y comprendo mi sentir. | Cuando me acepto se produce un cambio en mí: he aceptado la emoción y la realidad y esto favorece el cambio. No soy la misma persona. | Ese cambio me ha hecho resiliente, he superado la adversidad y me he transformado. |

“Parecía que todo iba confluyendo para organizar algo diferente, emotivo y que nos ayudase a volver a conectar con el alumnado. No tenía que ser grande, solo alternativo, emotivo y que nos devolviera la mirada hacia lo realmente importante: el cuidado”

permitían como docente de Lengua Castellana y Literatura obtener una evaluación inicial, sino que además les había dado espacio a todas y a todos para que se pararan a mirarse, a escucharse y pudieran focalizar y nombrar lo que habían sentido. Nunca antes me había planteado que en mi materia y en secundaria hubiera cabida para este tipo de actividades pero es necesario ver nuestra labor desde otra perspectiva para que nuestro alumnado no solo sepa Lengua o Matemáticas sino que además sea competencial e inteligente emocionalmente. Antes no pensaba así, pero he descubierto que no es una utopía, que se puede, y se debe, trabajar con y desde el corazón. Para muestra, un botón.

Vacío, de Ana Llenas



BIBLIOGRAFÍA

GILLIGAN, CAROL (2013): *La ética del cuidado*, Fundació Victor Grífols i Lucas. Barcelona

HERRERA RODRÍGUEZ, CALIXTO (junio 2020): *El desafío del reencuentro. Algunas claves para generar resiliencia en las Comunidades Educativas*, Consejería de Educación del Gobierno de Canarias.

LLENAS, ANNA (2013): *Vacío*, Barbara Fiore Editora. Albolote

RODRÍGUEZ HERNÁNDEZ, ANTONIO F. GILLIGAN, CAROL (2020): *Guía emocreativa para una vuelta al cole desde el corazón*, Santillana.