

familias educadoras

número **65**

Familias Educadoras estrena número en el curso 2017-2018. Como sabéis muchos de vosotros, nuestro objetivo es poner “un granito de arena” en el camino de la educación que recorréis cada día con vuestros hijos.

Iniciamos con un artículo que nos habla del aprendizaje, de la importancia de que los niños y jóvenes experimenten y sientan como parte fundamental del proceso. Estas líneas abren la puerta a explorar el trabajo de las emociones desde cada familia.

En el apartado de “Don Bosco en Familia” os presentamos la campaña vocacional que lanza nuestra Inspección María Auxiliadora para este curso: VEN y VERÁS.

Noelia Soriano

En este número

- **APRENDER ES EMOCIONANTE**
Sentir y experimentar
- **Recortables**
Emociones.
- **Don Bosco en familia**
“Ven y Verás”





APRENDER ES EMOCIONANTE

Sentir y experimentar

Cuando somos pequeños **buscamos vivir experiencias que produzcan emociones**. Solo necesitamos unos almohadones para crear un espacio emocionante donde enmarcar el juego.

La profesora Begoña Ibarrola, psicóloga y escritora, vincula su trabajo al mundo de las emociones y el aprendizaje. Ella afirma que para aprender bien es necesario “sentir” y, **para que se produzca un buen aprendizaje la persona debe aprender a sentir y debe sentirse bien**. Gran parte de este artículo está basado en su libro “Aprendizaje emocionante”.

Hay padres y madres que, en las primeras etapas de la vida de sus hijos, apuestan por una hiperestimulación.

Un ambiente rico en estímulos no significa poner los mejores juegos interactivos on-line, ni estar en todos los talleres de estimulación temprana que se encuentran en la ciudad...

Un ambiente rico en estímulos es aquel que combina experiencias novedosas con un ambiente tranquilo, relajado y emocionalmente estable, donde el niño o el joven tenga tiempo suficiente para asimilar la nueva información, que llegue a su cerebro y que la pueda compartir y contrastar con otros.

Cuando los adultos estamos acompañando el proceso de crecimiento y aprendizaje de un niño o un joven, debemos asumir que habrá **fases agradables y fases desagradables**.

Las primeras son las más dulces, por ejemplo, cuando identifican una letra en un cartel que han visto en el supermercado o cuando se sienten capaces de entender y participar en una conversación con los adultos.

Son las fases desagradables las que, sin un adecuado enfoque, producirán falta de compromiso, abandono de la tarea, pocas ganas de experimentar, conductas disruptivas...



Todos los niños y jóvenes tienen ganas de aprender, pero muchos se quedan en las “fases agradables” y cuando hay que enfrentarse a la frustración, a las emociones negativas... empiezan a perder las ganas de intentarlo.

Para que esto no se produzca, son necesarios dos aspectos:

1. Su voluntad de persistir, que se fortalece animándole a hacer frente a sus disgustos.

2. Su sentimiento de competencia, que está vinculado a reforzar los pequeños éxitos siempre ofreciéndoles la expectativa de lo que van consiguiendo.

Viendo esto, la actitud de hiperprotección de algunas familias, está destruyendo “los pilares maestros del aprendizaje” para afrontar las fases desagradables que son fundamentales para el desarrollo de la fortaleza personal.



Según un estudio del ITM en Cambridge **“las células del cerebro podrían aprender de la experiencia solo cuando hacen algo bien y no cuando se falla”**. Este es el peligro de “justificar todas sus conductas y acciones, hacerles sentir como víctimas de cualquier situación conflictiva o no marcar límites y normas que, ante su incumplimiento, tienen consecuencias”.

Por eso, cuando hablamos de la falta de motivación de un niño a aprender y su familia lo vive de manera angustiada, se le está ofreciendo un modelo en el que el contexto es el responsable de que “no quiera” (el problema siempre está fuera) y no están abordando la situación compartiendo responsabilidades.



Hay que romper el **“falso mito”** de que esta motivación vendrá solo cuando todo sea atractivo, reconecedor, animoso... pues eso es solo una parte, porque existe la parte en la que **les ayudamos a sentirse competentes cuando “lo difícil”, “lo frustrante”, “lo complicado”... pueden abordarlo con la voluntad de persistir** (que no traerá una satisfacción inmediata pero que aportará emociones gratificantes en el proceso y cuando consiga el objetivo a largo plazo).

Esa voluntad es la que forja la motivación intrínseca (aquella que es propia, y que a pesar de las dificultades, nos ayuda a seguir aprendiendo).

Nuestros esquemas emocionales están basados en parte por las experiencias de la vida (el contexto) y en parte por la herencia (que es la que produce unos esquemas de comportamiento emocional al que llamamos temperamento).

La influencia del contexto, donde la familia juega el papel principal, modelará el temperamento e irá configurando el carácter particular de cada persona.



Con todo esto, queremos incidir en **la importancia de la educación emocional para un adecuado proceso de aprendizaje**. Este camino que debemos recorrer familia y escuela, ayudará a la formación de personas que se sienten partícipes de subida, capaces de afrontar las dificultades y de disfrutar de las “pequeñas y grandes cosas” de la vida.

Recuerda familia...



Para aprender necesito experimentar y sentir, por eso ir muy “estresados siempre”, no me ayuda.

Habla conmigo de las experiencias que vivo y ayúdame a identificar cómo me he sentido.

Acompaña mis fases de “frustración” y dame herramientas para afrontarlas.

Déjame hacer y asumir mis responsabilidades, si me sobreproteges me haces más débil.

No me conviertas en una víctima, no justifiques todo lo que me pasa, **déjame ser protagonista de mi propio aprendizaje**.



Enseñarás a volar
*Enseñarás a volar,
pero no volarán tu vuelo.
Enseñarás a soñar,
pero no soñarán tu sueño.
Enseñarás a vivir,
pero no vivirán tu vida.
Sin embargo...
en cada vuelo,
en cada vida,
en cada sueño,
perdurará siempre la huella
del camino enseñado.
Madre Teresa de Calcuta*



Película recomendada para trabajar las emociones.

¿Qué se logra con la educación emocional?

- Conciencia emocional**
 - Capacidad para identificar los propios estados internos, preferencias, recursos e intuiciones.
- Regulación emocional**
 - Control de los estados, impulsos y recursos internos.
- Automotivación**
 - Capacidad de encontrar fuentes que puedan guiar o facilitar la obtención de los objetivos personales.
- Empatía**
 - Capacidad de captar los sentimientos y los puntos de vista de otras personas e interesarse activamente por las cosas que preocupan a los demás.
- Gestión de relaciones**
 - Desarrollo de habilidades como: escucha activa, manejo de conflictos, asertividad, creación de vínculos de colaboración y cooperación y habilidades de comunicación emocional

www.FidesWeb.es

DON BOSCO en FAMILIA

“VEN Y VERÁS”

Nuestra Inspectoría María Auxiliadora tiene como campaña vocacional para este curso 2017-2018 “Ven y Verás”, con el objetivo de que cada persona que forma parte de la familia salesiana o que se acerque a ella pueda preguntarse **“¿Cuál es el sueño que tiene Dios para mí?”**

En la presentación de la campaña el pasado 31 de mayo, José Miguel Núñez, coordinador inspectorial de Animación vocacional y responsable de la campaña, Ven y Verás busca llegar a cada rincón de la inspectoría, entrelazada con el trabajo pastoral, para poner el acento en la animación vocacional. “Queremos que los jóvenes se dejen interrogar para que, como en el evangelio de Juan, se queden a vivir. Esta es la principal motivación ya que en nuestras casas hay un sitio para todos y queremos que conozcan una propuesta con el estilo de Don Bosco”.

Por eso en cada uno de nuestros colegios podremos acercarnos más a esa llamada, os animamos a formar parte de esta campaña que nos ayuda a crecer como comunidad.

