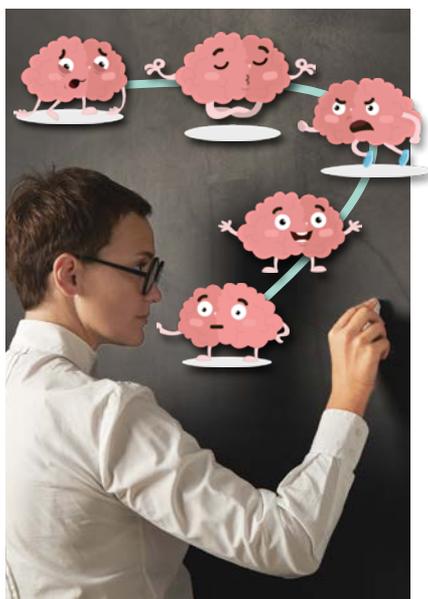


Ansiedad, estrés y *burnout* en la profesión docente

Reflexionar acerca de si las características de la práctica educativa contribuyen al bienestar o al malestar de los docentes puede indicar qué caminos seguir para mejorar las condiciones de la profesión. Para brindar una educación de calidad, los docentes necesitan condiciones de bienestar en las diferentes esferas de su vida.



Contenidos

- 1) **Rafael Bisquerra:** El malestar y el bienestar de los docentes en el centro de la educación emocional. **Pág. 8**
- 2) **Carmen de Leaniz.** Herramientas para la educación socioemocional en contextos formales y no formales. OEI y SEP, México. **Pág. 18**
- 3) **Marisela de Hernández, Manuel de Jesús Salmerón.** Proyectos y actividades para la expresión y la comprensión lectora. **Pág. 49**

1) El bienestar de docentes y estudiantes en el centro de la educación socioemocional

Revista Pedagógica AB-sé

En esta edición de la *Revista AB-sé* continuamos destacando el ciclo de tres videoconferencias que la Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) y la Subsecretaría de Educación Pública de México promovieron el 28, 29 y 30 de junio de 2022.

En el fascículo anterior, el 16, iniciamos con la divulgación de la videoconferencia expuesta por la especialista española Begoña Ibarrola que se tituló «¿Cómo se conectan las emociones de los alumnos con su aprendizaje?». La experta se refirió a cómo las diferentes emociones pueden favorecer u obstaculizar el aprendizaje.



Solicite su suscripción digital gratuita a nuestra revista pedagógica:

abse@fepade.edu.sv

¹ Puede ver y descargar el fascículo 16 en este enlace: <https://fepade.org.sv/wp-content/uploads/2022/08/AB-se-fasciculo-16-2022.pdf>.

Ahora continuamos con la segunda videoconferencia, pronunciada por el doctor Rafael Bisquerra, la cual se denominó «El bienestar docente en el centro de la educación socioemocional». En ella, el especialista expresó algunas reflexiones acerca del bienestar y del malestar de los docentes, de las competencias socioemocionales y de cómo la educación en este tipo de habilidades tiene el potencial para reducir la violencia y los comportamientos de riesgo en la escuela, en los hogares y en la sociedad.

En segundo lugar, presentamos una sinópsis de la conferencia que estuvo a cargo de la experta Carmen García de Leaniz, quien compartió tres herramientas prácticas que los docentes pueden utilizar con sus estudiantes para el desarrollo de este tipo de habilidades.



Rafael Bisquerra.



Carmen García de Leaniz.

En la actualidad, la formación en habilidades socioemocionales (HSE) ha adquirido mayor relevancia para directivos y docentes pues, con el paso de los años, las familias y la sociedad esperan que los centros educativos adquieran mayor protagonismo en esta área.

En el pasado se esperaba que los niños adquirieran muchas de esas habilidades en sus hogares; por ejemplo, el manejo de la ira o del enojo, de la frustración, del estrés y de la ansiedad. Además, se esperaba que desarrollaran confianza en sí mismos y en los demás, así como capacidad para estar en serenidad y calma, en especial frente a situaciones que desbalancearan su cotidianidad.

De modo que muchos países de América Latina y el Caribe han incluido la formación en habilidades



En la actualidad existe la expectativa de que los centros escolares trabajen en el desarrollo de HSE.

socioemocionales en sus estándares de aprendizaje. Así lo refiere la nota técnica del Banco Interamericano de Desarrollo (BID) «Educar para la vida. El desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes» (2020), que analiza los casos de Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, Honduras, México, Perú, República Dominicana y Uruguay².



Los países mencionados incorporan la formación en habilidades socioemocionales de manera transversal en el currículo, y países como Chile, Ecuador, México y Perú también las han incluido en una asignatura específica.

En este contexto, el éxito de los programas de formación en habilidades socioemocionales pasa inevitablemente por la capacidad de los docentes para implementarlos. Ello requiere el desarrollo de esas habilidades en los educadores, la formación en el tema y el diseño de herramientas pedagógicas de acuerdo con las edades y los niveles educativos.

² Arias Ortiz, Elena (2020). «Educar para la vida. El desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes». Nota técnica n.º IDB-TN-1908. (s/l). Banco Interamericano de Desarrollo (BID).

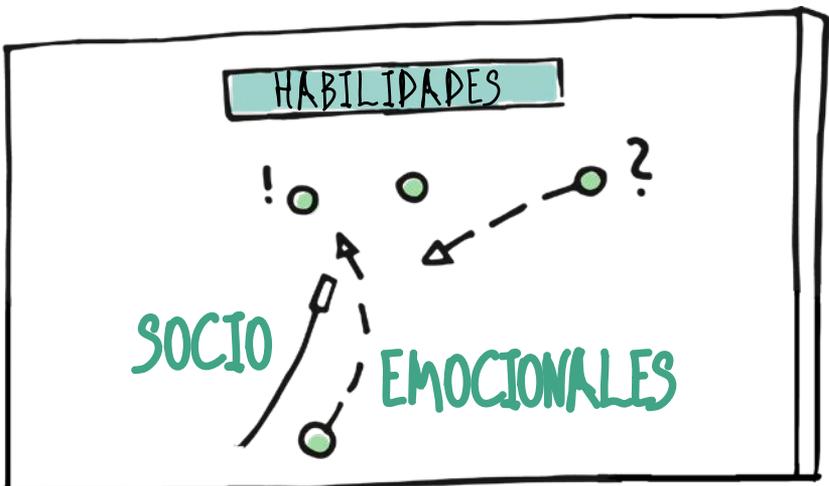
La nota técnica del BID subraya cuatro aspectos que no están totalmente superados en ninguno de los países mencionados, aun si sus currículos contemplan la formación en HSE:

Definir adecuadamente en los estándares de aprendizaje las habilidades que deben ser desarrolladas y los niveles de logro esperados.

Desarrollar mediciones de estas habilidades para establecer un punto de partida y efectuar un monitoreo constante.

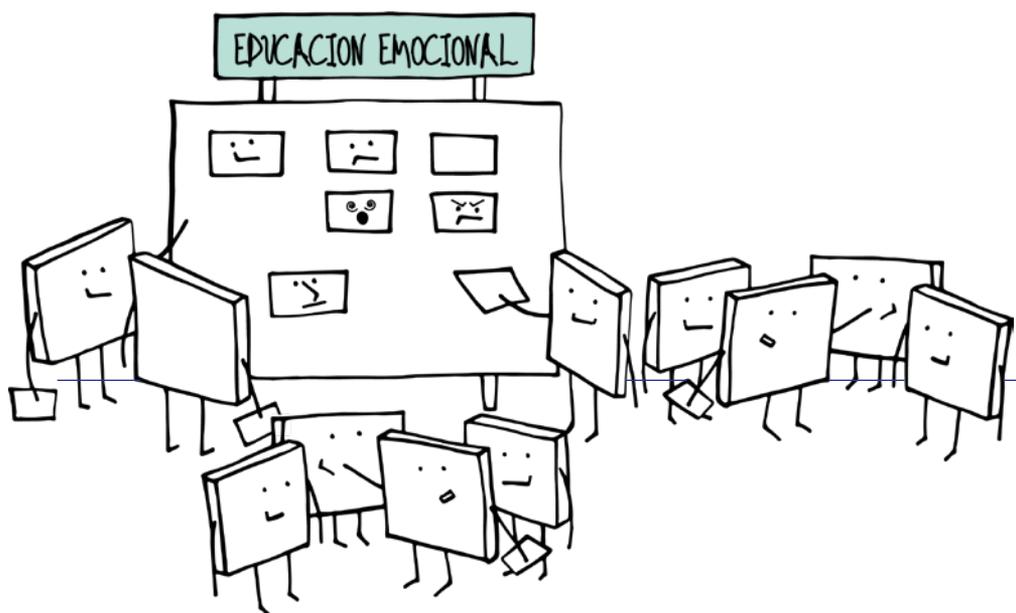
Entregar orientaciones y estrategias de implementación pedagógica al profesorado.

Apoyar a los docentes mediante la incorporación en la formación inicial y en servicio de esta temática.



Por lo general, los docentes experimentados están equipados con buenas habilidades para el manejo de la clase, en particular de la conducta disruptiva o agresiva, lo que les permite afrontar los retos en esta área con menos estrés y ansiedad.

Lo anterior favorece un ambiente de aprendizaje cálido y respetuoso, que tiene un impacto positivo en el desarrollo socioemocional y cognitivo de los estudiantes y en la salud de los docentes. Por lo tanto, este tipo de habilidades deben ser fortalecidas en todo el profesorado, en especial en los docentes que inician la profesión y en los que tienen mediana experiencia en las aulas, lo cual podría llevarse a cabo mediante mentorías a cargo de los docentes más experimentados.



1. Rafael Bisquerra: El malestar y el bienestar de los docentes

El doctor Rafael Bisquerra es presidente de la Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar (RIEEB), por lo cual las ideas y prácticas que comparte responden al marco conceptual de la RIEEB. Además, el doctor Bisquerra es catedrático emérito de la Universidad de Barcelona, licenciado en Pedagogía y Psicología y autor de numerosas publicaciones sobre educación e inteligencia emocional. Puede escuchar la conferencia completa por medio de este enlace: https://www.youtube.com/watch?v=htT_gzggizE.

El 29 de junio de 2022, el doctor Bisquerra inició su ponencia hablando sobre el malestar de los docentes, ya que existen numerosos estudios que señalan que esta profesión es una de las que presentan los más elevados índices de estrés, depresión, ansiedad y *burnout*, lo cual, según el



especialista, no es extraño, dadas las características de la práctica educativa en las aulas.

Bisquerra pregunta: «¿Se puede desarrollar una educación de calidad desde el malestar?». Y responde que definitivamente no. Considera oportuno que cada educador reflexione acerca de si la forma en la que está estructurada la práctica educativa en las aulas contribuye al bienestar o más bien predispone a la ansiedad, el estrés y el *burnout*.

Las investigaciones señalan diversos elementos que influyen en el malestar del profesorado, algunos de ellos relacionados con factores socioemocionales:

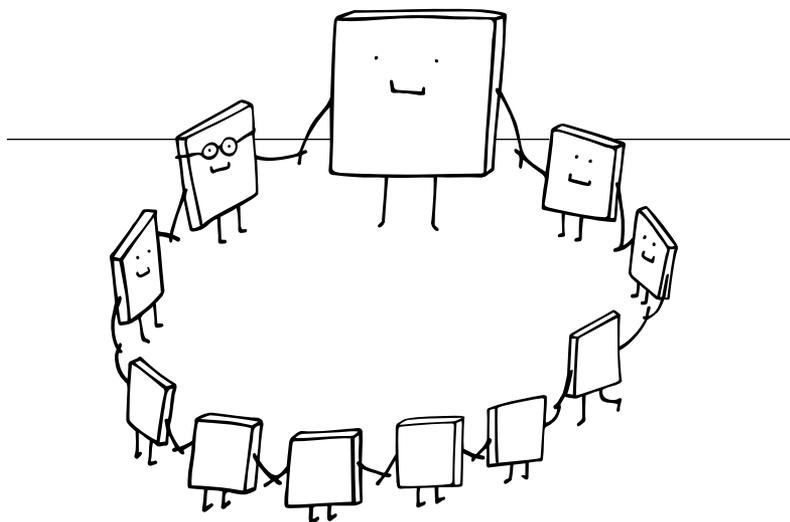
- Ausencia de las familias en el proceso educativo
- Falta de apoyo de la administración pública
- Falta de redes de apoyo profesional y personal
- Falta de un proyecto profesional, inexistencia de promoción
- Comportamiento disruptivo y provocativo en las aulas
- Falta de interés y motivación del alumnado
- Falta de interés y motivación del docente
- Sueldos bajos
- Bajo prestigio social
- Exigencias de las familias

El especialista indica que, aun cuando él centrará su exposición en los factores emocionales, cualquier intervención dirigida a esta área debe

hacerse desde un abordaje integral, ya que lo emocional forma parte de un entramado de factores materiales, físicos, sociales y profesionales, por mencionar algunos.

Por ejemplo, el bienestar profesional es la satisfacción que se obtiene con lo que se hace diariamente para vivir. Si esa actividad tiene sentido y significado para la persona, se genera un compromiso y una identificación con lo que se hace. Cuando esto ocurre, las personas entran en un estado de «flujo»; es decir, no sienten el tiempo mientras están trabajando.

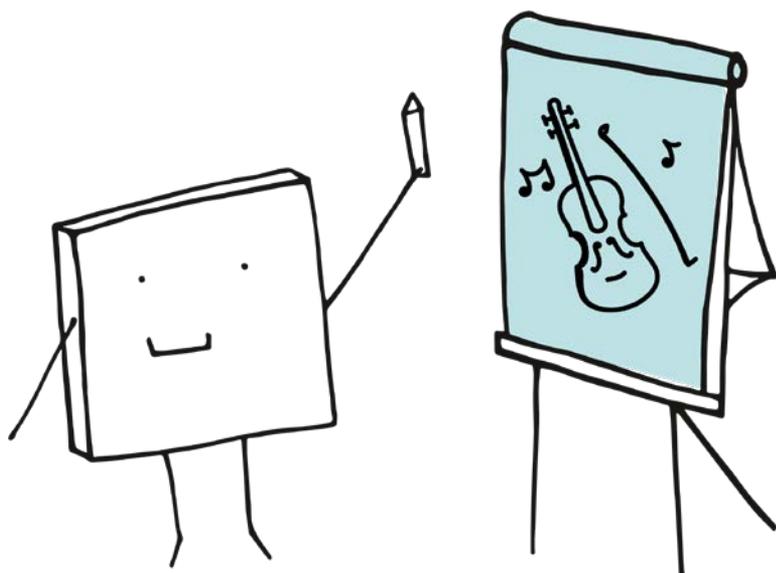
El doctor Bisquerra hace notar a los educadores que ellos ejercen una de las profesiones más dignas que puedan existir: «Educar a las futuras generaciones es algo que debería llenarnos de gozo, de ilusión y de bienestar, solo por tener la suerte de dedicarnos a la educación, a pesar de las dificultades que encontremos en este trabajo».



¿Cómo obtener bienestar emocional?

El doctor Bisquerra explica que las personas no «nacemos» con bienestar emocional ni es algo que nos viene dado gratuitamente. Todo lo contrario: es algo que debe construirse día a día, con esfuerzo y perseverancia.

Por ejemplo, indica el doctor, la empatía. Nadie nace con empatía, **nacemos con capacidad para desarrollarla**. Es, ejemplifica Rafael, como una persona que sabe tocar el violín: no nació sabiendo tocar este instrumento, y si nadie pone un violín en sus manos, le enseña solfeo y si esta persona no dedica muchas horas a aprender, ensayar y practicar, nunca llegará a ser un violinista y a deleitarnos en un concierto.

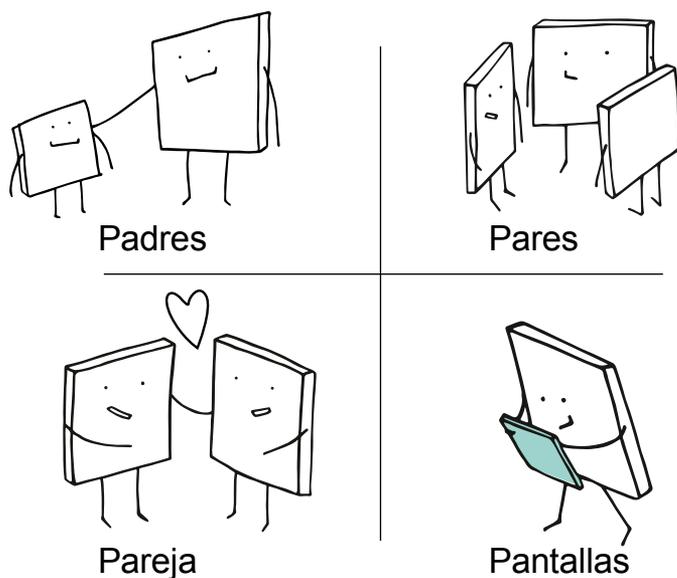


Las personas **nacen con capacidad empática**, pero esa capacidad se verá desarrollada o atrofiada por las experiencias y las oportunidades de la vida. Los estudiantes que se involucran en acciones de acoso escolar o *bullying* no tienen desarrollada la empatía, no sienten el sufrimiento del otro como propio, pero sí pueden desarrollar empatía.

El doctor Bisquerra explica que el objetivo de la educación emocional es el desarrollo de competencias socioemocionales. Las competencias en cualquier área son los desempeños que resultan de los conocimientos, las actitudes, las habilidades y los valores adquiridos y desarrollados en la educación formal y no formal y en la vida cotidiana. Algunas competencias socioemocionales son las siguientes:

- **Conciencia emocional:** Percibir nuestras emociones, identificarlas y conocer la respuesta neurofisiológica de cada una.
- **Regulación emocional:** Capacidad para alargar unas emociones y acortar otras, para intensificar unas y atenuar otras, lo que permite a una persona transformar a su favor la experiencia que vive en una situación dada.
- **Autonomía emocional:** Equilibrio entre la dependencia y la desvinculación emocional. Todas las personas tenemos dependencias.

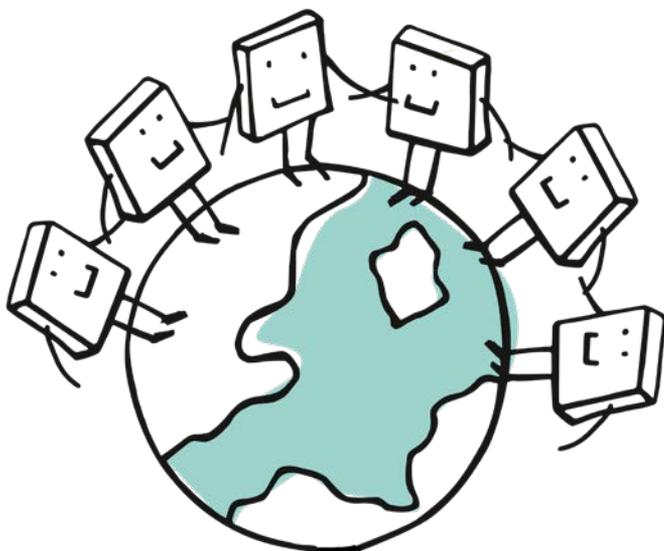
En el ciclo de la vida se identifican las 3 *p* de dependencias: padres, pares y pareja. Recientemente se ha agregado otra *p*: pantallas.



- **Competencia social:** Capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Implica saber gestionar conflictos y relaciones desde el respeto y la aceptación.
- **Habilidades de vida y bienestar:** Habilidad para tomar decisiones responsables, para tomar conciencia del bienestar compartido.

El doctor Bisquerra explica que la educación emocional adopta un enfoque social y comunitario. Trae a cuenta la anécdota en la que se le pregunta a un indígena: «¿Cuántas personas adultas se necesitan para educar a una persona?», y la

respuesta del indígena es: «Toda la tribu». Es igual para nuestros niños y jóvenes: deben implicarse la familia, los docentes, los directivos escolares, la comunidad local y el país en su conjunto, con su cultura, sus valores y sus estructuras.



Para Bisquerra, uno de los principales retos de la educación emocional es que los estudiantes y los docentes descubran por sí mismos que la mejor manera de construir el bienestar propio es contribuyendo al bienestar general, pues, cuando nuestras actitudes y acciones contribuyen al malestar, nos daremos cuenta de que los primeros en experimentarlo seremos nosotros mismos, porque todos formamos parte de un mismo ecosistema.

Uno de los resultados de la educación en habilidades emocionales es la reducción de la violencia y de la agresividad tanto en la escuela como en el hogar, y desde allí se proyecta a la sociedad ente-

ra. El especialista considera que solo este resultado justifica y hace valiosa la educación emocional, en especial en los países de América Latina que, junto con España, pertenecen a la Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) y que, sumando sus poblaciones, ocupan el tercer lugar como región con mayor población del mundo (ver Tabla 1).

Tabla 1. Países y regiones más pobladas del mundo



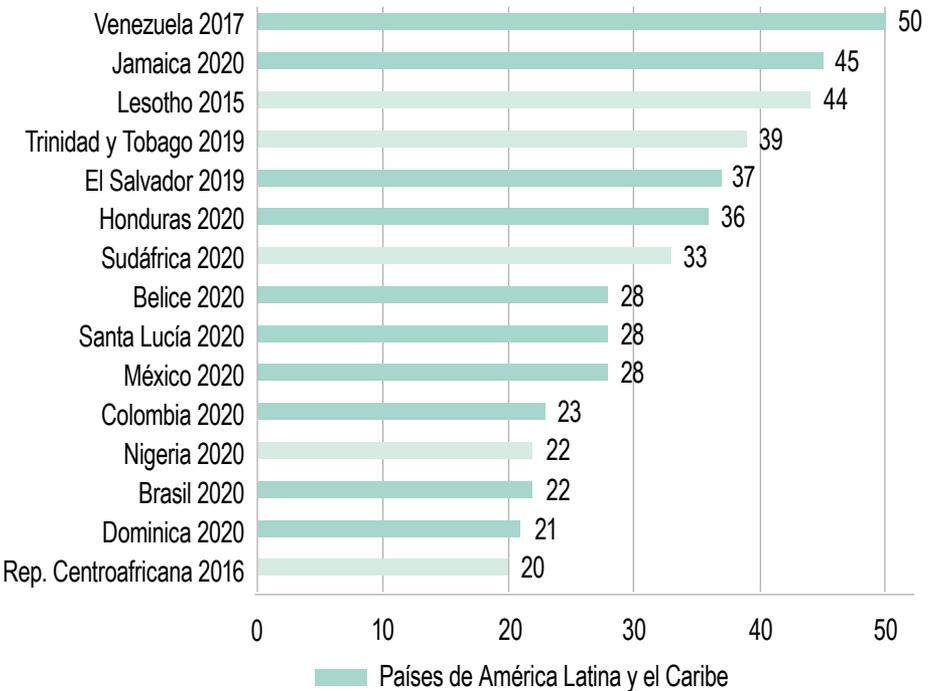
Fuente: Datos de la página web del Banco Mundial (<https://datos.bancomundial.org/indicador/SP.POP.TOTL>)

El doctor Bisquerra considera que, si todos los países de Iberoamérica invirtieran y pusieran el foco en programas amplios y profundos para la educación emocional, probablemente se reducirían las tasas de homicidios a mediano y largo plazo, es decir, dentro de 10 o 20 años. Actualmente, según los datos de 2018 que muestra el doctor Bisquerra, de los 30 países con más homicidios en el mundo, 20 son latinoamericanos; mientras

que no hay ninguno de América Latina en los 40 países con menos homicidios. En las siguientes gráficas se muestran estadísticas sobre las tasas de homicidios por cada 100 000 habitantes actualizadas hasta 2020, excepto los países de los cuales no había datos hasta esa fecha.

Países con mayores tasas de homicidio por cada 100 000 habitantes

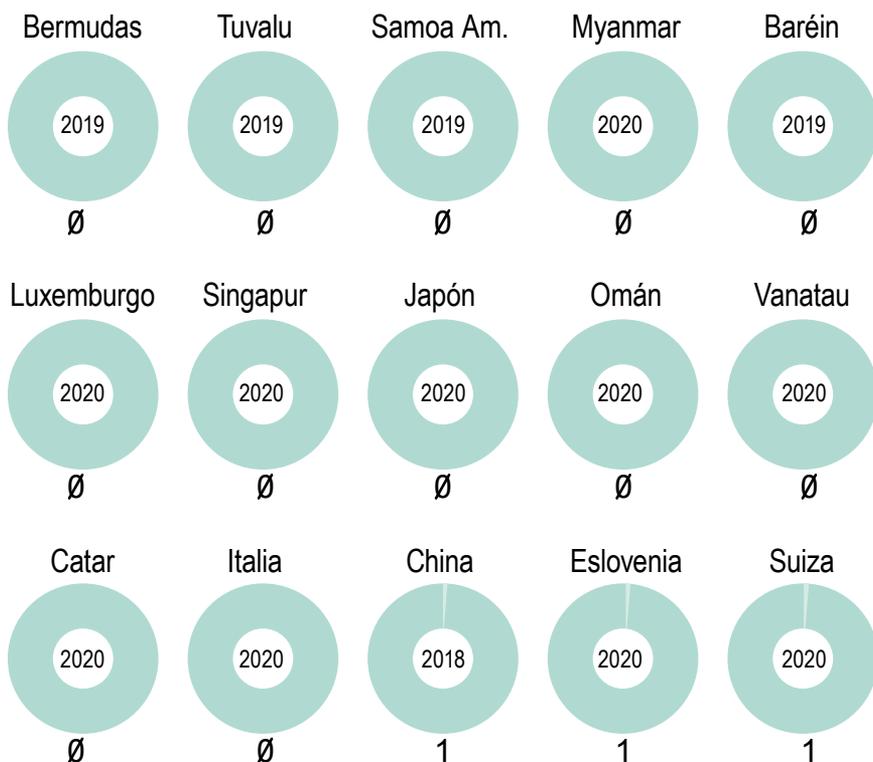
De los 15 países con mayor índice de homicidios, 10 son de América Latina y el Caribe



Fuente: Banco Mundial. Homicidios intencionales (por cada 100 000 habitantes). Extractado de https://datos.banco-mundial.org/indicador/VC.IHR.PSRC.P5?end=2020&most_recent_value_desc=true&start=1990&view=chart

Países con menores tasas de homicidio por cada 100 000 habitantes

De los 15 países con menor índice de homicidios, ninguno es de América Latina y el Caribe



Fuente: Banco Mundial. Homicidios intencionales (por cada 100 000 habitantes). Extractado de https://datos.banco-mundial.org/indicador/VC.IHR.PSRC.P5?end=2020&most_recent_value_desc=true&start=1990&view=chart

El doctor Bisquerra sugiere, como una de las actividades que contribuirían a hacer consciente el aprender a amar, y la elevación moral, el poner a los estudiantes en contacto con la historia de grandes personas como Gandhi, Madre Teresa, Luther King, Mandela, Jesucristo, personas que han hecho actos de un gran valor moral.

2. Carmen García de Leaniz: Herramientas para la educación socioemocional en las aulas

Retomamos la videoconferencia expuesta el 30 de junio de 2022 por la experta Carmen García de Leaniz denominada «Herramientas prácticas para la educación emocional en contextos formales y no formales». Puede ver el video completo de la conferencia en este enlace: https://www.youtube.com/watch?v=_FwBCLSW3hM.

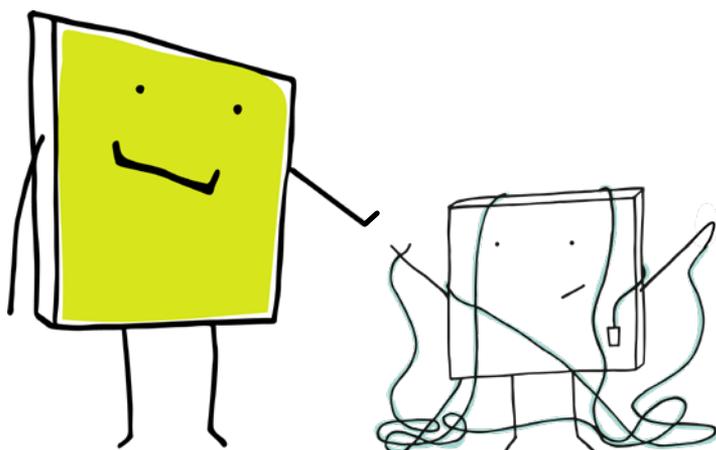
Carmen de Leaniz es directora del posgrado de Experto en Inteligencia Emocional de la Universidad de La Rioja, es socia fundadora de GLS Educación Emocional, ha formado a cientos de familias y equipos docentes, ha liderado proyectos pioneros en educación emocional en más de 30 centros educativos de España, entre otras interesantes experiencias.



La directora de Leaniz explica que durante su ponencia se va a referir a tres herramientas prácticas que pueden ser utilizadas en la educación emocional para el bienestar y la convivencia, pero advierte que el recurso más valioso e importante en esta área es el educador, el padre, la madre, el adulto que es referente para los niños y los adolescentes.

Lo anterior se debe a que el camino que sigue toda persona para aprender algo es a través de una persona que le enseña y la acompaña.

«¿Cómo aprende un niño a esquiar? Con un adulto que le enseña. ¿Cómo aprende un niño a tocar el piano? Con un adulto que le enseña. ¿Cómo aprende un niño a relajarse? Con un adulto que le enseña y le acompaña, y lo repite, lo repite, persevera y persevera, porque sabe que el aprendizaje es un proceso que lleva tiempo», ejemplifica la ponente.



Muchas veces, los docentes pueden sentirse agobiados o frustrados cuando están tratando de dar lo mejor de sí pero ven que hay familias que están maltratando a los niños o que no se preocupan por ellos; o cuando ven que un niño está sufriendo y no se sabe lo que se puede hacer.

El docente o el adulto responsable debería tener la sensibilidad para percatarse de situaciones de este tipo, y si no la tiene, puede desarrollarla. La experta señala que, igual que no se puede enseñar matemática si no se sabe matemática, igual que no se puede enseñar inglés si no se sabe inglés, no es posible ayudar a desarrollar la inteligencia emocional si el educador no la cultiva en él mismo. En GLS Educación Emocional han desarrollado el concepto de *docente emocionalmente responsable*.

Diapositiva:

«Un docente emocionalmente responsable cuida su bienestar y el de sus alumnos, genera vínculos de confianza con ellos, fomenta la cohesión y la buena convivencia y les acompaña para desplegar su potencial».

Una de las herramientas más importantes que todos tenemos es nuestra **actitud**. La actitud con la que enfrentamos los acontecimientos de la vida

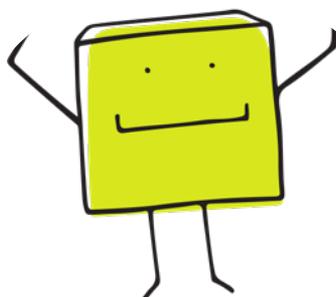
es lo único que podemos elegir, ya que depende de la voluntad de cada uno. Carmen menciona tres que considera claves:

- Creer en el potencial humano
- Actitud proactiva hacia lo que depende de nosotros, y no reactiva
- Flexibilidad de perspectiva

a) Creer en el potencial humano

Es importante saber elegir las batallas que se tomarán, es decir, elegir aquellas que dependen de nosotros, pero, al mismo tiempo, hacerlo desde la confianza y el convencimiento de que las personas podemos mejorar, cambiar y aprender.

Según la especialista, es importante que cada docente tenga la seguridad de que un niño que no es empático, que habla faltando al respeto o de forma agresiva, es capaz de desarrollar una comunicación respetuosa y empática. Pero, añade Carmen de Leaniz, esto no se logra diciéndole al niño o a la niña que hable con respeto, simplemente. Cuando se habla de habilidades emocionales, los resultados solo se consiguen con un acompañamiento, con la creación de vínculos de confianza y con un entrenamiento continuo y experiencial.



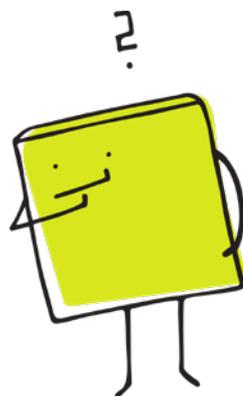
b) Ser proactivos y no reactivos

Significa centrarnos en aquellas cosas que dependen de nosotros y actuar sobre ellas. Para ejemplificarlo, la especialista solicita a los oyentes que piensen por unos segundos cuáles son las cosas que les preocupan en ese momento con respecto a los estudiantes y que las escriban en el chat. Aparecen temas como los siguientes:

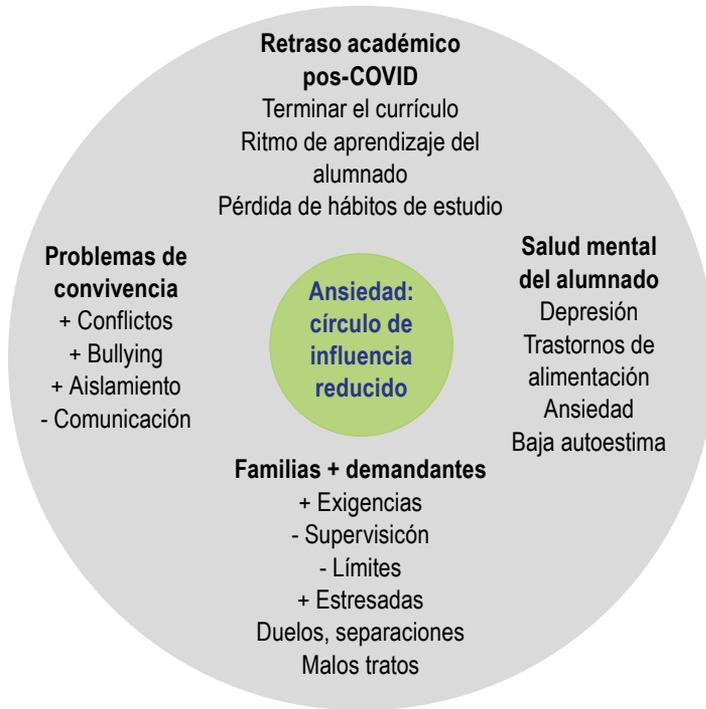
- Los docentes que no son empáticos
- El fracaso escolar
- El apego
- La conducta
- El estado emocional de los estudiantes
- El aprendizaje de los niños con discapacidad
- Los docentes emocionalmente inestables
- El estrés y la ansiedad
- La agresión

Frente a preocupaciones como las anteriores, la directora de Leaniz explica que lo primero es tomar conciencia de dónde estamos enfocando nuestra atención:

¿estamos centrados en cosas que nos preocupan pero que no dependen de nosotros? De la respuesta a esta pregunta depende la percepción del área de influencia real que tengamos. Véanse los siguientes círculos. El verde representa nuestra área de influencia.



Actitud reactiva centrada en lo que no podemos cambiar

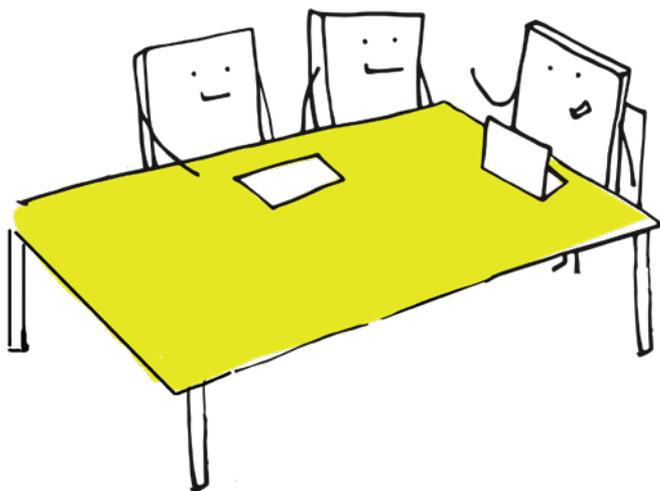


Actitud proactiva centrada en nuestro círculo de influencia



Carmen se refiere a las diapositivas anteriores explicando que probablemente un docente no pueda quitar la depresión a un niño o no pueda desaparecer por completo los conflictos y el *bullying*, como tampoco puede hacer que una familia que no se ocupa adecuadamente de su hijo lo haga, por ejemplo. Si nuestra atención está centrada en preocupaciones como estas, nuestra área de influencia se percibe pequeña, lo cual genera ansiedad, frustración y limita nuestra capacidad de actuar.

En cambio, si el docente elige analizar en cuáles cosas sí puede influir y se dispone a hacerlo, el círculo de influencia crece. Por ejemplo, en el ámbito del rendimiento académico es posible que un docente no pueda conseguir que un estudiante eleve su ritmo de aprendizaje, pero puede aceptar ese ritmo; probablemente no puede cambiar el rendimiento académico de un niño, pero podría enseñarle técnicas de estudio a él y a su familia.

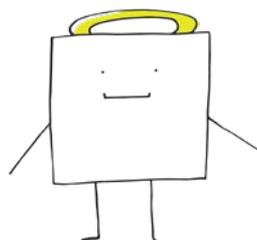


Igual se podría analizar para el ámbito de la salud mental: quizá el docente no puede cambiar que un niño esté teniendo problemas en casa, pero puede generar un espacio seguro donde acoger sus emociones; no puede cambiar cómo una familia trata a su hijo, pero quizá pueda tener conversaciones con esa familia y compartirle herramientas para que tenga una comunicación más asertiva y empática con el niño.

Para García de Leaniz, el punto es que, en el momento en el que dejamos de preocuparnos por lo que **no** podemos cambiar, aceptamos aquello en lo que **sí** podemos influir y conectamos con nuestros valores, en ese momento bajan los niveles de estrés y ansiedad, aumenta la sensación de bienestar, la capacidad para incidir positivamente y ayudar a nuestros estudiantes.

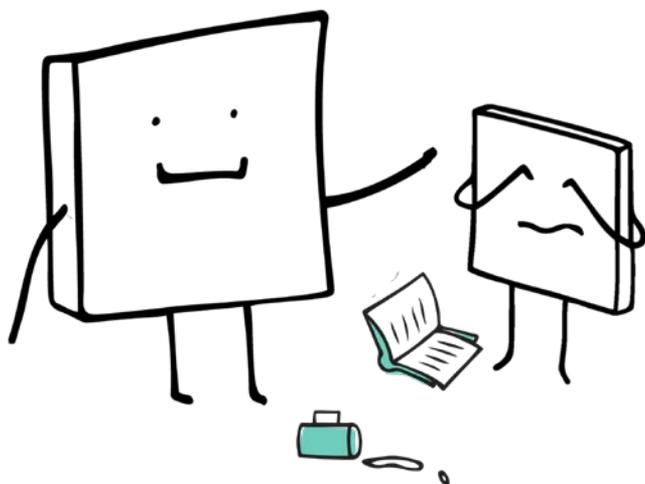
Por lo anterior, indica la directora de Leaniz, la cita de san Francisco de Asís que mencionó el doctor Rafael Bisquerra el 29 de junio es tan oportuna:

«Señor, dame la sabiduría para distinguir entre las cosas que puedo cambiar y las que no, y la serenidad para aceptar aquellas que no puedo cambiar y el coraje para cambiar las que sí puedo cambiar».



c) Flexibilidad de perspectiva

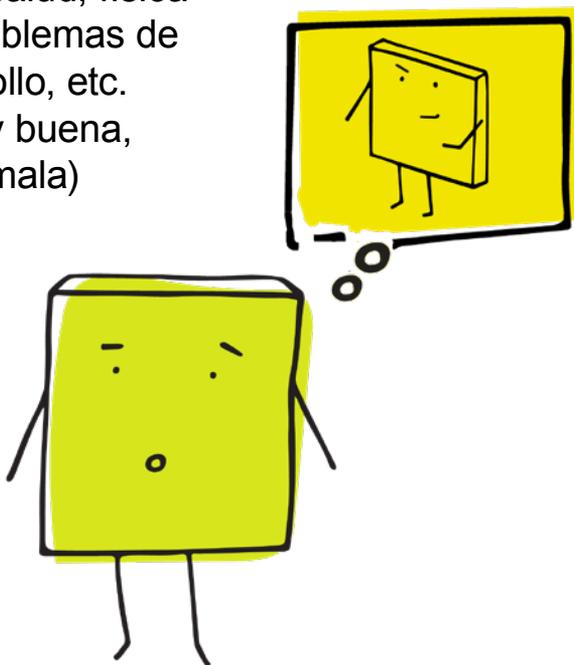
Carmen asegura que no es posible ayudar a un niño a cambiar su punto de vista ***si primero no le demostramos que comprendemos el suyo.*** Lo anterior presenta el reto de tener la capacidad para, primero, escuchar y entender, y luego, desde esa perspectiva, formular preguntas que ayuden al niño a cambiar su valoración de una situación determinada. Puede ser, por ejemplo, que un niño está exagerando la conducta de algunos de sus compañeros, interpretando de forma errónea alguna situación o que esté pasándola realmente mal por determinados hechos y situaciones muy reales.



La experta propone una herramienta para desarrollar la flexibilidad de perspectiva del docente. Sugiere a la audiencia pensar en un niño con el que les cueste conectar o empatizar; pensar en ese niño de la clase que tal vez trata mal a los compañeros, no los respeta, los insulta o les pega.

Una vez tengamos la imagen mental de ese niño, la idea sería que nos preguntemos y demos una ponderación a lo siguiente:

- Qué nivel de relación tiene con sus profesores (10 si es muy buena, 0 si es muy mala)
- Qué nivel de relación tiene con sus compañeros (10 si es muy buena, 0 si es muy mala)
- Qué vínculo de confianza tiene con su familia (10 si es muy buena, 0 si es muy mala)
- Qué aficiones tiene (10 si son sanas, 0 si son muy malas)
- Qué amistades tiene (10 si son muy buenas, 0 si son muy malas)
- Qué nivel de autoestima, de autoconfianza y de autoconcepto tiene ese niño (10 si es muy bueno, 0 si es muy malo)
- La parte de salud, física y mental, problemas de neurodesarrollo, etc. (10 si es muy buena, 0 si es muy mala)

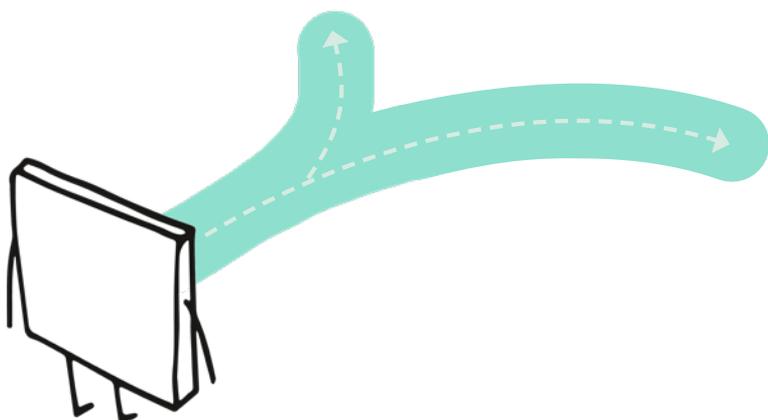


Carmen de Leaniz explica que el estrés y la ansiedad llegan cuando una de estas áreas está fallando en la vida de alguien. Puede que ese niño que tenemos delante, al que estamos juzgando y etiquetando, necesite de nuestra comprensión o de nuestra ayuda. Lo que la especialista propone es tener una mirada «más apreciativa» para tratar de conectar con ellos.

Con respecto a la actitud, estas son las tres herramientas que Carmen de Leaniz desarrolló en su ponencia, destacando que **siempre** hay una actitud que elegir:

- a) Centrarse en los problemas independientemente de si se puede influir o no en su solución o
- b) Ver los problemas y buscar las oportunidades y las necesidades a las que sí se puede aportar aunque sea solo en parte.

Esta última nos llenará de una actitud proactiva para apoyar a nuestros estudiantes.



Herramientas prácticas para el bienestar emocional

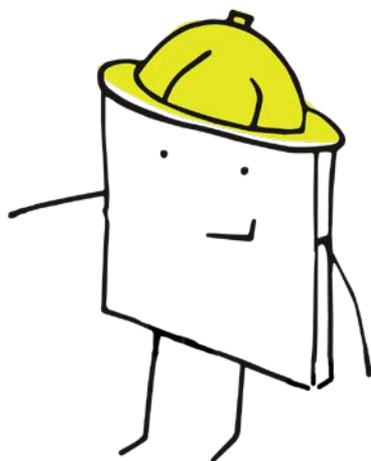
La especialista explica que las herramientas que va a compartir no siempre funcionan y que la mejor oportunidad de que sí lo hagan es que sean utilizadas por maestros y padres que tienen la cualidad de saber ver y aceptar cuando no están siendo respetuosos con el niño o no le están hablando adecuadamente, y con esta actitud de humildad son capaces de aprender, de ser sensibles y empáticos.

Por otra parte, los docentes deben considerar que estas dinámicas requieren invertir tiempo; no obstante, a la larga será un tiempo ganado, pues luego los estudiantes ponen más atención y están más abiertos. Las tres herramientas son las siguientes:

a) La tensión plena y relajación

b) La asamblea emocional

c) La resolución de conflictos

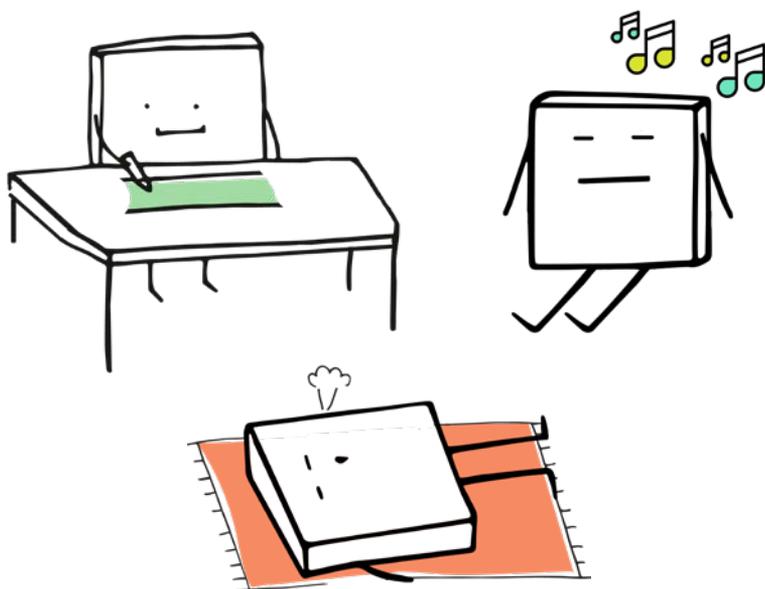


a) La tención plena y relajación

Se trata de aprender a traer la atención al momento presente y, estando en él, ser capaces de observar y sentir sin juzgar. Esto no es fácil, asegura la experta, pues los pensamientos siempre llegan, pero el éxito es elegir no dejarse llevar por ellos, sino regresar intencionalmente a la calma y al sentir.

Explica que hay múltiples maneras de hacerlo. Entre ellas están las siguientes:

- La respiración
- La oración
- Las sensaciones
- La música
- El coloreado de mandalas
- Los masajes



Para explicar a los niños lo que se va a hacer, es conveniente intentar motivarlos con algo que a ellos les interese:

«Nos vamos a concentrar en la música (o la respiración, etc.), y si me doy cuenta de que me distraigo, no pasa nada, es normal. Me doy cuenta de que me he distraído y vuelvo a traer mi atención. Esto nos va a ayudar a que podamos concentrarnos en lo que queramos cuando queramos, a lo mejor en un objetivo de estudio, de deporte o cuando se esté conversando con alguien».

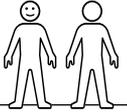
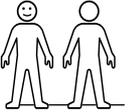
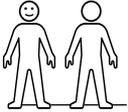
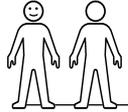
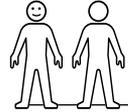
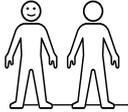
La experta comparte con la audiencia que, en las encuestas que GLS Educación Emocional ha hecho con profesores y estudiantes de los colegios Zola de España, han obtenido que, de quienes lo practican, 9 de cada 10 maestros y alumnos consideran que sí les ayuda a reducir el estrés. También se reducen los errores (hay más concentración), mejora el rendimiento, se reduce la impulsividad y mejora la convivencia².

El escáner corporal y diario emocional. Es un ejercicio que funciona muy bien para hacerlo antes de hablar de cómo nos sentimos; por ejemplo, antes de la asamblea emocional. Esta técnica

² Carmen explica que esta información proviene de investigaciones con las que han validado el trabajo en el desarrollo de habilidades socioemocionales.

puede practicarse desde el preescolar hasta la secundaria. GLS Emocional utiliza diferentes plantillas para cada edad. Carmen muestra la siguiente, que puede funcionar bien con niños desde nueve hasta 12 años.

Ejemplo de plantilla para el escáner corporal

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Fin de semana
¿Cómo me siento?					
					
¿Cómo se siente mi cuerpo?					
					
¿Qué necesito?					
<input type="checkbox"/> Hablar, expresar <input type="checkbox"/> Calmarme <input type="checkbox"/> Hacer algo ≠ <input type="checkbox"/> Pensar en + <input type="checkbox"/> Confiar en mí. <input type="checkbox"/> Apoyo <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hablar, expresar <input type="checkbox"/> Calmarme <input type="checkbox"/> Hacer algo ≠ <input type="checkbox"/> Pensar en + <input type="checkbox"/> Confiar en mí. <input type="checkbox"/> Apoyo <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hablar, expresar <input type="checkbox"/> Calmarme <input type="checkbox"/> Hacer algo ≠ <input type="checkbox"/> Pensar en + <input type="checkbox"/> Confiar en mí. <input type="checkbox"/> Apoyo <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hablar, expresar <input type="checkbox"/> Calmarme <input type="checkbox"/> Hacer algo ≠ <input type="checkbox"/> Pensar en + <input type="checkbox"/> Confiar en mí. <input type="checkbox"/> Apoyo <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hablar, expresar <input type="checkbox"/> Calmarme <input type="checkbox"/> Hacer algo ≠ <input type="checkbox"/> Pensar en + <input type="checkbox"/> Confiar en mí. <input type="checkbox"/> Apoyo <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hablar, expresar <input type="checkbox"/> Calmarme <input type="checkbox"/> Hacer algo ≠ <input type="checkbox"/> Pensar en + <input type="checkbox"/> Confiar en mí. <input type="checkbox"/> Apoyo <input type="checkbox"/>

GLS Emocional. Ponencia del 30 de junio de 2022, Carmen de Leaniz.

Carmen propone hacer un ejemplo del escáner corporal durante la videoconferencia, el cual se hace con todo el cuerpo, pero durante el evento se hará solo con la cabeza. La dinámica es así:

- Colocarse en una posición cómoda. Los pies deben estar apoyados en el suelo, y los brazos, sobre los muslos, si estamos sentados.

- Se cierran los ojos.

- Se da una inspiración profunda, sintiendo cómo entra el aire a la nariz y a las vías respiratorias.

- Luego se lleva la atención a los ojos. Observamos qué sensaciones tenemos en los ojos, si hay tensión o relajación. Se percibe e identifica sin tratar de modificar nada.

- Después se lleva la atención a la sien y se observa si se tiene tensión o relajación. No se intenta modificar nada.

- Posteriormente, se lleva la atención a las mandíbulas y se continúa como si fuera un escáner, a los lados de la cabeza, arriba, atrás de la cabeza, el cuello, sin tratar de modificar nada.

- Se continúa hacia abajo con la espalda y el resto del cuerpo.

Después de haber hecho el escáner corporal, los niños toman la plantilla y, en el día de la semana que corresponda, colorean en la figura de la derecha las partes del cuerpo que han examinado: rojo si se ha percibido malestar o tensión; amarillo si es un poco de malestar, y verde si es bienestar.

Seguido de ello, se preguntan a sí mismos cómo se sienten, ponen el nombre a su emoción, la

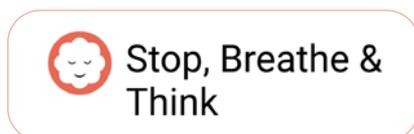
señalan en la plantilla y, a partir de allí, se preguntan: «¿Qué necesito?». Después, el que quiere lo comparte. Carmen recomienda buscar otros recursos con similares objetivos en EduCaixa, y a quienes se interesan en cómo trabajar con niños con TDH les recomienda la página web del Hospital Sant Joan de Déu, donde tienen un programa de *mindfulness* para niños con TDH:

<https://www.sjdhospitalbarcelona.org/es/noticias/estudio-revela-practica-del-mindfulness-es-eficaz-tratamiento-ninos-tdah>

Reitera que lo ideal es que los docentes hagan un curso completo para vivirlo, comprenderlo y luego saber explicarlo y llevarlo a la práctica con los niños. Sin embargo, también recomienda estos vínculos en la web:



<https://medita-app.com/>



<https://www.stopbreathethink.org.uk/>



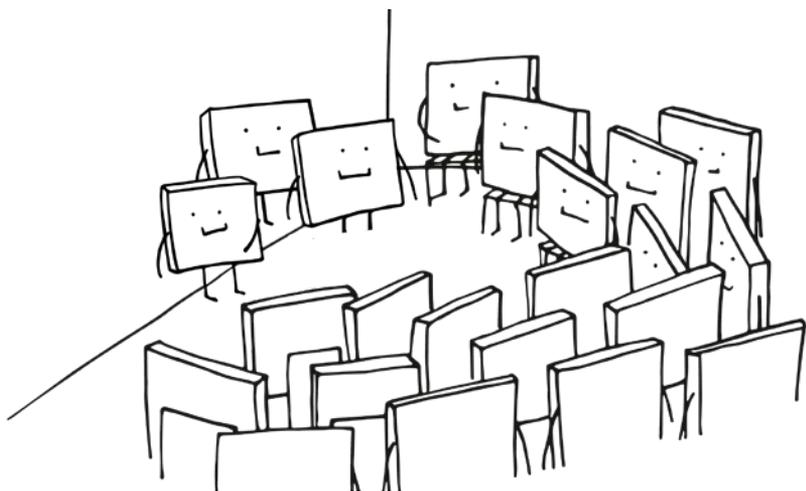
<https://educaixa.org/es/programa-emociona>

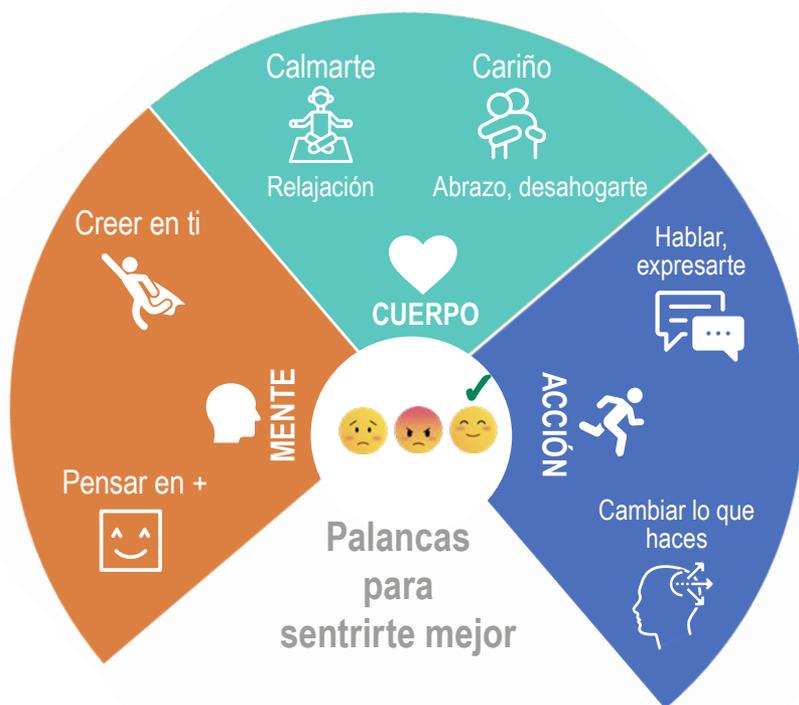
b) La asamblea emocional

Como se señaló antes, el escáner corporal puede preceder a la asamblea emocional. Se identifican los sentimientos, las emociones y las sensaciones; posteriormente, el que quiere lo comparte.

Si se presta atención a las emociones que se sienten, estas dan a cada persona información valiosa sobre una necesidad latente, pendiente de cubrir. De manera que, además de trabajar las emociones básicas, también se puede dilucidar información acerca de nuestras necesidades. No obstante, subraya Carmen, todo esto no se puede ver si no estamos en calma. Por ello, a veces va bien hacer primero la relajación o atención plena.

La especialista explica que todas las personas tenemos herramientas dentro de nosotros mismos para gestionar las emociones. Algunas de estas se presentan en el diagrama de la siguiente página.





Para ilustrarlo, la directora de Leaniz comparte una experiencia reciente que tuvo con una niña de uno de los centros educativos:

«Yo noto que tengo tensión en los hombros y en el cuello, y he sentido también presión en la cabeza. Me he dado cuenta de que me siento un poco estresada y siento un poco de ansiedad porque vienen los exámenes y tengo muchas cosas que hacer».

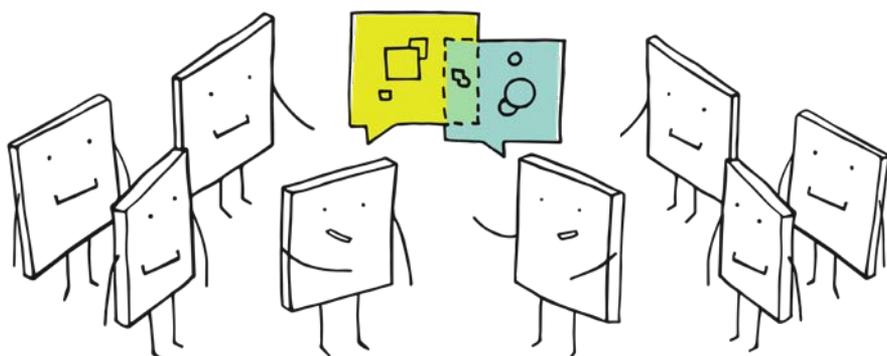
Las preguntas que se le harían a la niña podrían ser: «¿Y qué dirías que necesitas? ¿Crees que a lo mejor necesitas cambiar tu manera de pensar respecto a los retos que tienes? ¿A lo mejor necesitas confiar en ti? ¿O a lo mejor necesitas calmarte y buscar apoyo?».

Según la experta, la niña lo tenía muy claro:

«Yo necesito parar, calmarme, creer en mí, confiar en que soy capaz y cambiar lo que estoy haciendo. Necesito organizarme, ponerme unos objetivos por día de lo que voy a estudiar y ponerme a ello».

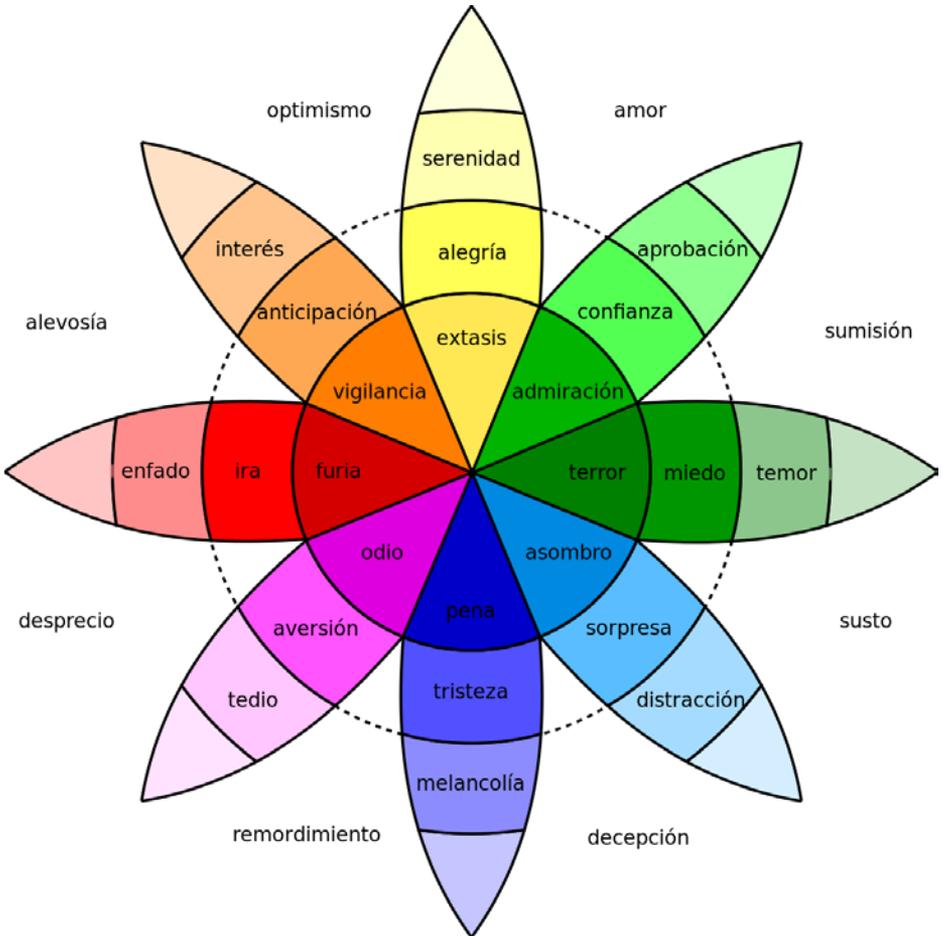
Carmen de Leaniz hace ver a la audiencia que no se trata de que el docente se cargue con la responsabilidad de buscar soluciones a las diferentes situaciones que tengan los estudiantes. Lo que sí se necesita es, primero, generar un contexto de respeto, valoración y seguridad; segundo, facilitar que los niños puedan conectar con su interior, identificar sus emociones y preguntarse qué necesitan para sentirse mejor.

El docente, además, puede recurrir al grupo para continuar ayudando a un niño: «¿Hay algo que podamos hacer para ayudarlo?». En este punto se genera un momento de mucha cohesión y empatía entre los estudiantes, explica.

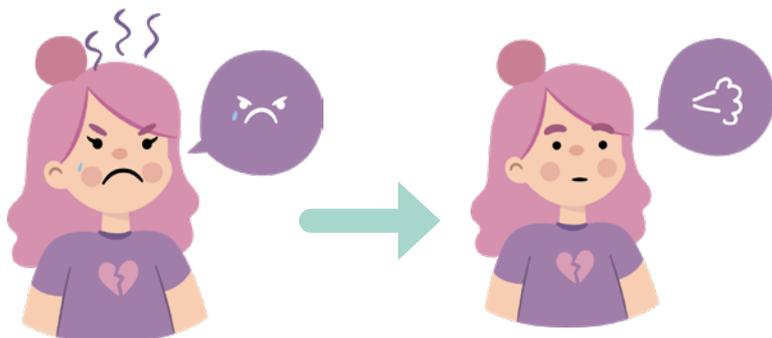


Subraya la importancia de que el docente sea un facilitador y que haga las preguntas adecuadas para propiciar que sea el niño el que avance hacia la solución. No es lo mismo que se lo diga un docente o un adulto ***a que salga del mismo niño a través de su propio análisis y convencimiento.***

Llegados a este punto nos damos cuenta de que necesitamos un vocabulario emocional. La ponente muestra dos ejemplos. Indica que al buscar en internet «vocabulario emocional» se obtendrán otras propuestas también válidas.



1) Calmarse. No es posible iniciar un proceso de resolución de conflictos cuando se está alterado, enojado o a la defensiva. Primero es preciso tranquilizarse. Luego, el docente puede preguntar si en realidad se quiere solventar el conflicto. Si uno de los niños no quiere, no se debería seguir avanzando.



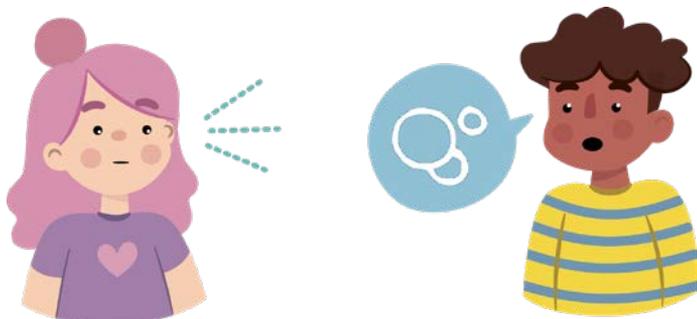
2) Pensar. Aquí se fomenta el pensamiento orientado a: «¿Qué necesito pedir al otro para sentirme bien?». Se toma en consideración qué es lo que ha pasado, cómo se sienten los involucrados y las necesidades de ambos. Aquí comienzan a surgir los que podrán ser los compromisos de los estudiantes y los docentes.



3) Dialogar. Hablarse con respeto y asertividad (ver herramientas más adelante: la oreja y la boca).



4) Escuchar. Prestar atención a lo que el otro niño dice y demostrarle que está comprendiendo cómo se siente y lo que necesita para estar mejor.



5) Buscar soluciones. Encontrar soluciones que sean buenas para ambas partes y que sean aceptadas por igual para llegar a un acuerdo.



Cuando se facilita un proceso de resolución de conflictos como el descrito, el docente facilita que los estudiantes hablen entre ellos y observa, un poco a la distancia, si el proceso se está llevando en igualdad de condiciones. No es necesario que un niño exprese que no se está sintiendo cómodo o que se siente superado. Con solo observar, el docente se dará cuenta de si están conversando en condiciones de igualdad y respeto.

Herramientas para dialogar

En la experiencia de GLS Emocional, utilizan lo que llaman «la boca» y «la oreja». La boca es para expresar y la oreja es para escuchar.



Los pasos son los siguientes:



1) Expresar lo que causa molestia, enojo, etc. Aquí el docente busca que aprendan a distinguir un hecho de un juicio. Si uno de los niños dice, por ejemplo: «Me molesta que eres un pesado», ese es un juicio. Si dice, por ejemplo, «Me haces sentir mal», «mal» es muy vago, se necesita identificar mejor la emoción o el sentimiento para expresarlo. Habría que orientar al niño a que describa los hechos sin emitir juicios ni atacar y a expresar cómo le hacen sentir. El docente puede decir:

—Dile a tu compañero qué es lo que te hace sentir molesto.

—Me molesta cuando me halas el cabello por detrás o cuando coges mi lápiz (por ejemplo).



- 2) Seguido de ello, se orienta a que el niño que se siente ofendido (ignorado, enojado, desesperado, etc.) no solo exprese lo que necesita, sino que también lo pida concreta y directamente. Por ejemplo, si el estudiante dice: «Te pido que no me vuelvas a coger el lápiz», habría que continuar orientando al estudiante a que se exprese en positivo, es decir, que pida lo que sí necesita. Por ejemplo:
—Te pido que la próxima vez que necesites mi lápiz me lo pidas o me preguntes si lo puedes coger.
- 3) Lo que sigue es que la otra parte demuestre comprensión, también en positivo:
—Entiendo que cuando te cojo el lápiz sin permiso te molesta y que me estás pidiendo que cuando lo necesite te lo pida.

La experta señala que el ejemplo anterior es bastante sencillo y que el diálogo podría parecer redundante. No obstante, son los pasos necesarios para que un estudiante se sienta escuchado y comprendido por la otra parte. ***En el momento en que esto se logra, baja radicalmente el nivel de agresividad.***

Los procedimientos anteriores deben complementarse con la creación de espacios para el diálogo, para tranquilizarse. Carmen explica que, en los colegios Zola, de España, se han generado los Rincones de la Calma, lo que implícitamente

establece que es natural que en el día a día haya momentos en los que alguien se sienta desbordado o experimente una emoción de forma intensa y necesite regularla. Si se busca en internet, se pueden encontrar muchos ejemplos de este tipo de rincones. Por ejemplo, en estos enlaces:

<http://www.clubpequeslectores.com/2017/01/rincon-calma-paz-cuentos-relajantes.html>

<https://www.redcenit.com/como-crear-un-rincon-de-la-calma-para-casa-o-el-colegio/>

<http://aescoladossentimientos.blogspot.com/2017/11/como-preparar-un-rincon-de-la-calma.html>

De nuevo, para acompañar a los niños en este proceso, el docente es quien en primer lugar debe desarrollar estas herramientas emocionales: comunicación asertiva, escucha empática, gestión de conflictos. Aprender a dejar de juzgar y etiquetar a los estudiantes requiere un entrenamiento intencionado que no es fácil.



Leaniz sugiere a la audiencia un ejercicio para comprobar qué tal nos manejamos en el área de resolución de conflictos. Propone que cada uno piense en el último conflicto en el que participó para resolverlo, identificando cuál fue el problema. Solicita que cada uno se haga algunas preguntas al respecto, como un ejercicio de introspección y reflexión. Si la respuesta indica una situación asertiva, será verde; si indica una situación des-
 acertada, será roja.

Diapositiva

Rojo	Verde
Estabas enfadado/irritado.	Estabas tranquilo y en calma.
Trataste de resolver sin esperar que se calmen.	Esperaste y les ayudaste a calmarse y a pensar antes de seguir.
Centralizaste la conversación (se dirigían a ti, no al compañero)	Has fomentado el diálogo asertivo (se hablaban entre ellos)
Has juzgado, recriminado o regañado.	Te has mantenido imparcial.
No les has pedido escucha activa.	Has fomentado la escucha activa.
Has dado tú la solución (pídele perdón, tomen turnos, etc.)	Ellos han propuesto sus propias soluciones.
No les has pedido que se comprometan el uno con el otro.	Has conseguido que digan a qué se compromete cada uno.

La directora de Leaniz comparte la reflexión de uno de los estudiantes del colegio Zola:

«En el colegio en el que yo estaba antes, los problemas se resolvían dándose la mano y pidiéndose perdón. Eso no es resolver, eso es quitarse un problema de encima».

La propuesta es que seamos docentes facilitadores, que estemos allí, escuchando, acompañando, y no docentes «sermoneadores», porque estos últimos se convierten en jueces y no consiguen que haya escucha empática entre los estudiantes.

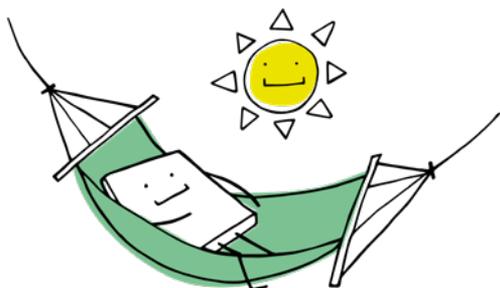
Las habilidades de inteligencia emocional deben estar presentes todos los días y a toda hora. Hacer que se limiten a ciertos tiempos y espacios sería un error. Para facilitar que el docente pueda hacerlo, Carmen recomienda trabajar con **metodologías activas para el aprendizaje**, en las cuales el docente no es el centro de las actividades, lo que le da la posibilidad de intervenir en algo específico mientras todos los demás continúan trabajando.

Carmen termina la conferencia señalando que los docentes deben:

1. Desarrollar las competencias de inteligencia emocional, formarse mediante un programa sistemático.

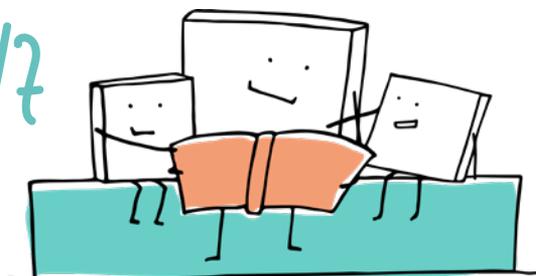


2. Cuidar el propio bienestar emocional y partir siempre de creer en la capacidad de ellos mismos y de los niños; de elegir una actitud proactiva ante las dificultades y de tener una mirada flexible para lograr la empatía.



3. Ser coherentes y constantes al aplicar las competencias de inteligencia emocional todos los días y a toda hora.

24/7



3. El compromiso docente en el aprendizaje de la lectoescritura inicial

Marisela Hernández

Centro Escolar José Simeón Cañas, San Salvador

Como docente de primer ciclo en el Centro Escolar José Simeón Cañas, gran parte de mi labor ha consistido en iniciar a los estudiantes en el aprendizaje de la lectoescritura y acompañarlos en la consolidación de las habilidades de comprensión y expresión oral,



Marisela Hernández

comprensión lectora y expresión escrita. A lo largo de mi carrera he constatado que el compromiso del docente con las metas educativas de sus estudiantes es el punto que hace la diferencia en cuanto al logro de los aprendizajes esperados.

En esta oportunidad, quiero compartir algunos hechos de mi experiencia durante la pandemia por la COVID-19 y algunos criterios que considero oportunos para la enseñanza y el aprendizaje de la lectoescritura inicial.

2020: educación desde casa

A raíz de la pandemia por la COVID-19, todos los docentes nos enfrentamos a la necesidad de continuar el proceso educativo con nuestros niños en condiciones de no presencialidad, lo cual implicó

grandes retos no solo porque no teníamos experiencia trabajando de esa manera, sino también porque la emergencia llegó de forma tan repentina que no se tuvo la oportunidad de preparar y entregar recursos a los docentes y formarlos.

En este marco, el Ministerio de Educación logró avanzar con las guías de aprendizaje, la priorización de contenidos y la educación multimodal, que fueron llegando poco a poco y constituyeron la base sobre la que cada docente ideó su forma de trabajo.

En condiciones como estas, el compromiso profesional y ético del docente se convierte en un determinante del avance o retraso de los estudiantes, **y adquiere mayor peso que el que tiene en condiciones de trabajo normales.**

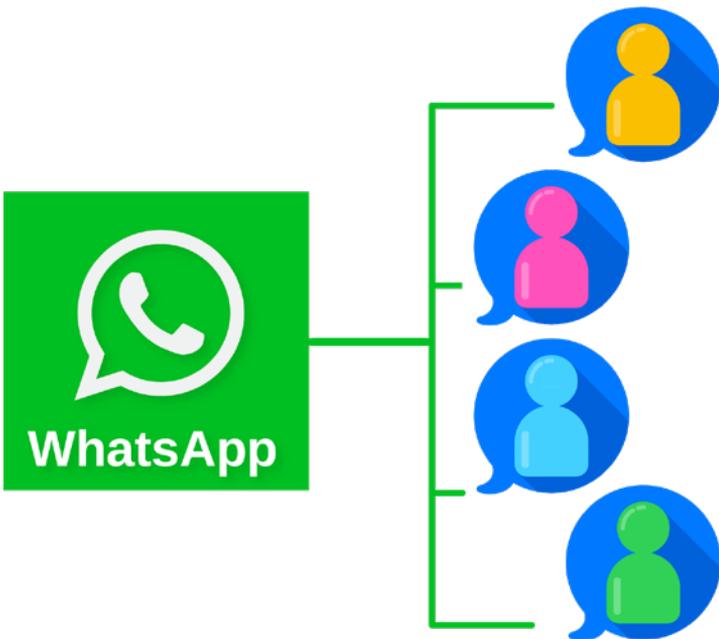
En marzo de 2020 ya habíamos tenido un mes de clases presenciales; en mi caso, había comenzado con el diagnóstico de principio de año, el cual hago de forma individual con cada niño. Este diagnóstico lo terminé haciendo en línea, pues en ese mes se indicó a los centros escolares dejar de recibir a los estudiantes, con el fin de prevenir contagios.

El diagnóstico de inicio de año es el punto de partida para la adecuación curricular que todo docente necesita hacer para que el trabajo con los estudiantes sea acorde a sus necesidades.

A mitad de año se hace otro para ver cómo ha avanzado cada uno, en qué necesita más refuerzo y en qué se desempeña mejor, y antes de finalizar el año se hace otro diagnóstico, que nos sirve para establecer cómo va cada niño al grado siguiente.

Si los niños van a trabajar con otro docente, toda esta información se entrega como parte del expediente de ellos. En el Centro Escolar José Simeón Cañas tenemos establecida una fecha en noviembre en la que todos los docentes nos coordinamos para entregar la información de los estudiantes.

En la pandemia, al igual que la mayoría de los maestros, hice un grupo de WhatsApp para comunicarme con los padres de familia.



La primera dificultad que enfrenté fue que muchas familias no tenían un teléfono con capacidad para conectarse a Meet, que es la aplicación para videoconferencias de Google, y tampoco les era fácil descargar las guías y la planificación que les enviaba. En el caso de Meet, era de suma importancia acceder a la aplicación, pues a través de ella yo daba la clase y les enviaba el enlace para que se conectaran.

Sin embargo, este grupo de padres de familia, con mucha preocupación me preguntaban cómo hacer para que sus hijos no perdieran clases. En general, traté de tranquilizarlos, animarlos y decirles que buscaríamos la forma de darles continuidad. Algunos de ellos se endeudaron para comprar teléfonos, pues el compromiso que tenían con la educación de sus hijos era grande.



La clase por videoconferencia

Las clases durante 2020 y los primeros meses de 2021 las hacíamos de 9 a. m. a 10 a. m. Considero que una hora bien aprovechada rinde frutos, sin necesidad de saturar ni agobiar a los estudiantes y a sus padres. Nunca fue mi idea tenerlos dos o tres horas sentados frente a la pantalla, así como tampoco cargarlos con tareas de transcribir textos mecánicamente.

Para trabajar esa hora con ellos, yo programaba algunos videos cortos. Tuve que conseguir equipo, como trípode, luz y un nuevo teléfono, y utilizaba la computadora que nos dio el Gobierno de la república. En cuanto a la parte pedagógica, busqué la manera de mantener los aspectos lúdicos, la novedad y la sorpresa, para que los niños siguieran enganchados a las clases.



Me confeccioné algunos disfraces, diademas y delantales decorados con diversas figuritas, imágenes de los temas y de los personajes que a ellos les gustan. Fui a ventas de artículos usados para adquirir mucho de ese material. El objetivo era captar y mantener la atención de los estudiantes.



Delantales y diademas con motivos de Batman, Walt Disney y otros.

Para hacerlo de manera efectiva, primero revisaba las guías que enviaba el Ministerio de Educación, y, con base en ellas, elaboraba mi planificación didáctica para toda la semana, haciendo las adaptaciones que consideraba necesarias para el perfil de mis niños y sus padres, así como para mi forma de trabajo. La guía con las adaptaciones la enviaba los lunes a las familias, que en ese momento se habían convertido también en alumnas. Si la guía no se adapta, considero que no se alcanza el objetivo educativo.

Talleres con padres de familia

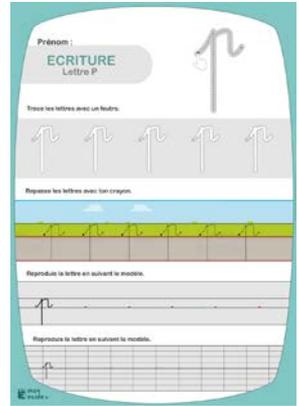
En primer grado, uno de los principales objetivos es la adquisición de la lectoescritura. Debido a que durante 2020 el contacto con los estudiantes fue únicamente por vía remota, tuve que organizarme de una manera muy diferente, sin perder de vista mis objetivos prioritarios.

Comencé hablando claramente con los padres y las madres para fortalecer su compromiso con la educación de sus hijos: «Papás, necesito su ayuda. Yo no voy a estar a la par de su niño o de su niña, pero ustedes sí. Por eso, ustedes son los que les van a enseñar a hacer el trazo de las letras, y yo les voy a enseñar a ustedes a hacerlo».

De aquí nacieron los talleres con los padres. Busqué y encontré un material muy práctico para la enseñanza de los trazos en los que se muestra

dónde iniciar, la dirección que seguir y dónde continuar, con letra ligada.

Les mandé por WhatsApp todo el material en archivos PDF. Les expliqué que primero había que sacarles copia (o imprimirlos), luego pegar cada página en un cartón y plastificarlas con cinta autoadhesiva ancha.



Los talleres con los padres los hacíamos de 8 p. m. a 9 p. m., los días que yo los convocaba. Muchas veces sobrepasábamos ese horario y llegábamos hasta las 10 p. m. u 11 p. m., hasta que a ellos les quedaba una idea clara de cómo orientar a sus hijos.



Estos talleres se mantuvieron durante todo el año escolar, según el avance en cada grafema.



El esfuerzo de los talleres con los padres de familia dio buenos resultados. Y es que, en los primeros años de estudio, como en parvularia y en primer ciclo, el equipo de trabajo es el docente y los papás. Si los padres no están comprometidos, difícilmente se alcanza el objetivo. Los niños necesitan del acompañamiento de los adultos para lograr los aprendizajes significativos y duraderos que todos esperamos.



Tuve un estudiante cuyos padres viajaron fuera del país y lo dejaron con la abuelita. Ella llegó a matricularlo al centro escolar, pero cuando inició la pandemia, ella no se pudo poner en contacto, pues no tenía teléfono y no sabía cómo usar uno.

En esta dinámica, con los padres apoyando en el aprendizaje de los trazos, me encargué del proceso de adquisición de la lectura. Lo hice enseñándoles el sonido de las letras, aunque fuera a través de una pantalla. Me apoyé en los recursos que diseñé y confeccioné, como las diademas, los delantales, las imágenes para acompañar la lectura de cuentos, rondas y otros textos.

Dejaba algunas prácticas a cargo de los padres de familia, como leer en revistas, periódicos, afiches de tiendas, cajas de cereal, etc.

2021: inicio de la modalidad semipresencial

En 2021 tenía primer grado. En los primeros dos meses de ese año se continuó con la educación desde casa. Sin embargo, decidí retomar de forma presencial a seis estudiantes que consideré que necesitaban un seguimiento más cercano de mi parte. Los tenía toda la mañana los lunes, miércoles y viernes. Al mismo tiempo, continuaba con la clase diaria de 9 a. m. a 10 a. m. por medios virtuales con los otros estudiantes, pero trabajaba lo mismo con ambos grupos.

Hablé de manera especial con los seis estudiantes que tenía de forma presencial. Les hice ver que tenían toda la capacidad necesaria y que lo único



que debían hacer era esforzarse un poco más, porque la carga de trabajo era la misma para todos. Los estudiantes y sus padres fueron receptivos y pusieron mucho de su parte.

A veces fue difícil hacer este doble papel, sobre todo la enseñanza de la lectura y la escritura en línea. Sin embargo, considero que **la clave está en una planificación adecuada**. Si el docente tiene una visión amplia de cuáles objetivos pedagógicos quiere alcanzar y, a la vez, una visión detallada de cómo los va a lograr y qué adecuaciones debe hacer para los estudiantes que lo necesiten, puede salir adelante.

Resulta diferente si el docente le da solo una ojeada a la guía, no estudia a fondo el libro de texto ni el programa y se confía en que puede «sacarse de la manga» el proceso didáctico y pedagógico. Puede sentir que ahorra tiempo, pero al final le va a ser más difícil alcanzar los objetivos y puede que los estudiantes sientan el proceso largo, cansado y tedioso.

A partir de abril de 2021 iniciamos con todos los chicos de forma presencial. Hablé nuevamente con los padres de familia para explicarles que, si bien no era obligatorio sumarse a la modalidad presencial y que ciertamente había estudiantes que se desempeñaban muy bien trabajando desde casa, mi intención era que, en la



medida de lo posible, todos asistieran físicamente a la escuela. También les hice ver que ellos, como maestros, hicieron un trabajo excelente durante los meses anteriores y que mi papel había sido el de ser su guía.

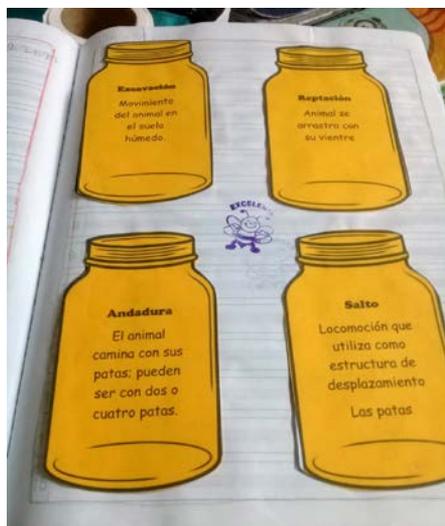


Desde hace varios años trabajo con lo que muchos conocemos como «cuaderno interactivo». Este cuaderno se diferencia de los tradicionales en que no es solo para escribir o para leer, sino que también presenta diversas actividades. Uno de los recursos esenciales son los organizadores gráficos, los cuales tienen la ventaja de permitir que los estudiantes aprendan y tengan la información sin necesidad de escribir demasiado, llevan imágenes, son coloridos, atraen la atención y organizan la información.

Los tipos de organizadores gráficos que utilizo dependen del momento de adquisición de la lectura y la escritura en que se encuentren los estudiantes y del tema que esté trabajando. Siempre tendrán muchas imágenes y algunos textos que vendrán escritos en todo o en parte, para que los estudiantes los peguen en el cuaderno. Observe dos ejemplos en la siguiente página.



Organizador gráfico para el tema de los signos de puntuación.



Organizador gráfico para las formas de locomoción de los animales.

Utilización de un libro de lectura

En mi caso, aunque los padres de familia solicitan un libro de lectura, yo prefiero no utilizar ninguno. He observado que los niños que aprenden a leer con un determinado libro, ya sea un silabario u otro, cuando les pido que lean en otro material, por ejemplo, una línea de texto en una revista o en un cartel, me dicen: «Es que yo puedo leer solo en el silabario». Esto me da el mensaje de que el niño todavía no ha adquirido el proceso de la lectura, sino que aprendió a memorizarse lo que dice el libro, y lo hizo muy bien.

En general, considero que estos libros de lectura encajonan al niño y presentan una expectativa bastante baja de su capacidad de aprender. En cambio, he comprobado que, si nosotros los enfrentamos a leer textos en situaciones comunicativas reales, ellos aprenden el proceso de la lectura en diversos soportes y tipologías textuales (noticias, adivinanzas, canciones, etc.). Todos sabemos que en la realidad los textos no siempre vendrán presentados con imágenes o como aparecen en los libros de lectura tradicionales.

Los paradigmas referidos al aprendizaje de la lectura y la escritura inicial no son estáticos, sino que hay investigaciones, avances y descubrimientos que apuntan en direcciones diferentes. Es importante actualizarnos en este campo, en especial si somos docentes de primer grado.

Aun cuando no es fácil que los padres de familia cambien esa idea de la necesidad del libro de lectura (ellos así aprendieron, y eso influye mucho), si se les pide una oportunidad para una forma diferente de leer, por lo general la brindan, y cuando ven los resultados positivos en sus hijos, se comprometen aún más.

El año pasado, 2021, en el componente de la escritura creativa, motivé y orienté a los estudiantes a que escribieran un texto que ellos quisieran compartir de lo que vivieron durante la pandemia. Lo hicieron con la estructura y forma de un cuento. Como resultado tuvimos el libro que se muestra a continuación, en el que se publicó una historia de cada estudiante.



INDICE		Pág.
• Billy el Pandita		1
• Dos hermanas soñadoras		2
• La Pelusa y los gattitos		3
• El ratón y la serpiente		4
• El conejo y la tortuga verde		5
• El gatito encuentra un amigo		6
• Una pequeña ciudad		7
• La hamburguesa		8
• El conejo Salterín		9
• El héroe chiquito		10
• José y el ratón		11
• El sueño de un portero		12
• Diamante rojo		13
• Coky el caracol de colores		14
• La vaca y los murciélagos		15
• Los amigos útiles		16
• El niño bloque y su imaginación		17

Billy el pandita

Érase una vez un pandita llamado Billy que quería cruzar el bosque; él quería saber qué había más allá de la jungla! Pero para esta travesía necesitaba un cómplice y llamó a su amigo Milu el perro para que lo acompañara.

Caminaron por mucho tiempo hasta adentrarse al bosque; donde encontraron muchas telarañas y Milu le quedó atrapado! Billy el pandita no sabía qué hacer. De pronto vio que entre las matrales algo salía desprendido de un hilo muy largo. Billy con mucho miedo y cuidado se acercó para ver que era, para su sorpresa era la señora araña patas largas! A quien le pidió ayuda para que liberara a su amigo a cambio le ofreció una piedra brillante y la señora araña muy complacida aceptó el ofrecimiento y los ayudó a salir. Billy y Milu pudieron salir del bosque y su camino fue muy largo teniendo muchas aventuras juntos.

Autor: Emily Shuttin



Una pequeña ciudad

En un jardín había una pequeña ciudad llamada "El Hormiguero" allí vivía una hormiga feliz e inquieta todos la conocían como Max.

Le gustaba hacer bromas a sus amigos, pero a ellos no les agradaba la actitud de Max.

Lulu y José eran sus amigos más cercanos; pero ni ellos se libraban de las bromas que hacía Max esto provocaba que se alejaron de su amigo.

Al pasar el tiempo, Max se dio cuenta que todo lo que hizo era malo y alejaba más y más a sus amigos sintiéndose muy solo. Veía como Lulu y José jugaban divirtiéndose mucho, la hormiga Max quería jugar con ellos, pero sus amigos se alejaban porque no les agradaba su mala actitud.

Un día Max reflexionó de su mala conducta y camino muy apenado hasta donde estaban Lulu y José les pidió perdón a sus amigos; prometió no volver hacer bromas a nadie ya que él no quería perder la amistad de ellos porque una hormiga sin amigos es solitaria.

Las tres hormigas se fueron a jugar muy felices al tobogán que habían hecho con unas hojas que caían de las plantas que estaban en el jardín, Max aprendió una buena lección.

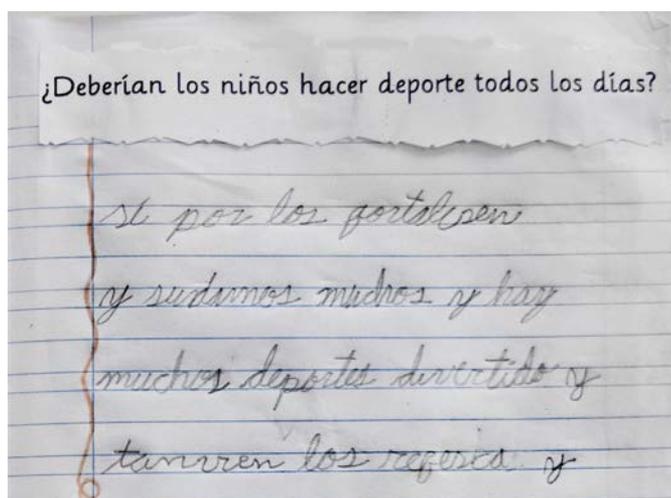
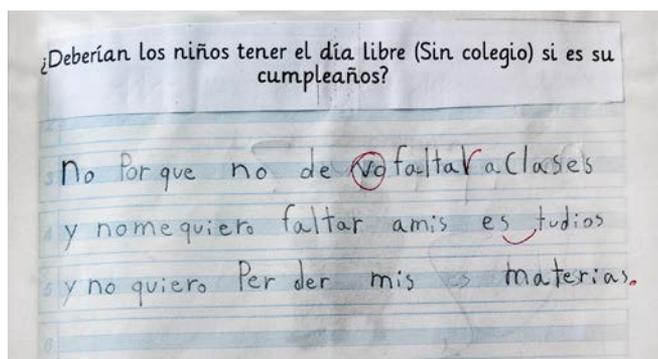
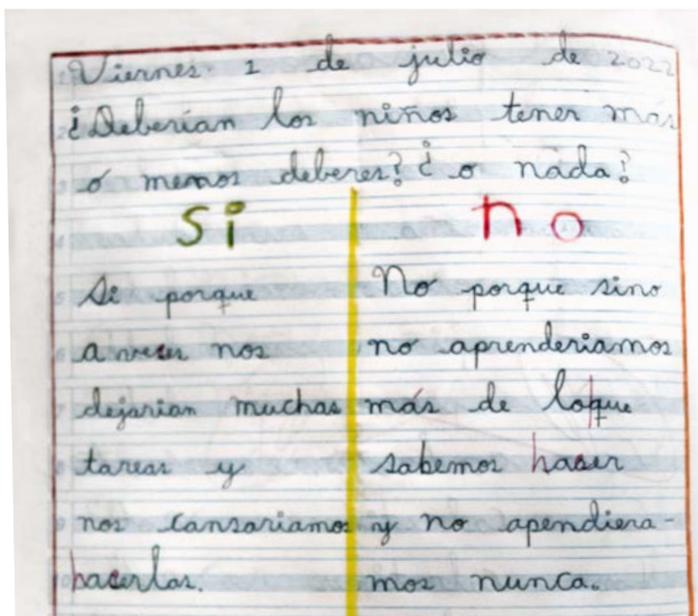
Autor: Angélie Alexandra Mejía Hernández



Escritura auténtica

También aplico la escritura auténtica, es decir, que los estudiantes escriban sus opiniones, comentarios, relatos de temas que son de su interés. Por ejemplo, si deberían tener vacaciones el día de su cumpleaños; si los niños debería hacer más deportes; si consideran que es conveniente que lleven tarea a casa o no lo es, etc.





2022: consolidando la lectura y la escritura

Considero que en 2021 alcanzamos los objetivos pedagógicos prioritarios. Ahora, en 2022, tengo en segundo grado a los estudiantes que tenía en primero el año pasado, y puedo decir que no están retrasados y no han perdido aprendizajes.

El 2022 lo iniciamos de forma presencial los cinco días de la semana. Algunos colegas optaron por hacer dos grupos, pero en mi caso solo tenía 19 estudiantes, así que podíamos trabajar guardando la distancia física.

Como siempre, iniciamos con el diagnóstico de principio de año, con los puntos prioritarios: lectura, escritura, comprensión lectora y oral, conocimiento de los números, lectura y escritura de los números, suma y resta. Encontré el nivel que esperaba en casi todos los estudiantes.



Continuamos trabajando, como de costumbre, con los diferentes recursos que he implementado desde hace varios años:

Biblioteca con libros de cuentos. En este espacio, el canon literario está acorde a la edad de los niños, con libros con imágenes llamativas y algunos en alto relieve, caricaturas, cuentos sacados de periódicos, textos instructivos, textos de autores salvadoreños, porque debemos enseñarles a los niños a amar lo nuestro.



Repisa con diferentes libros de cuentos.

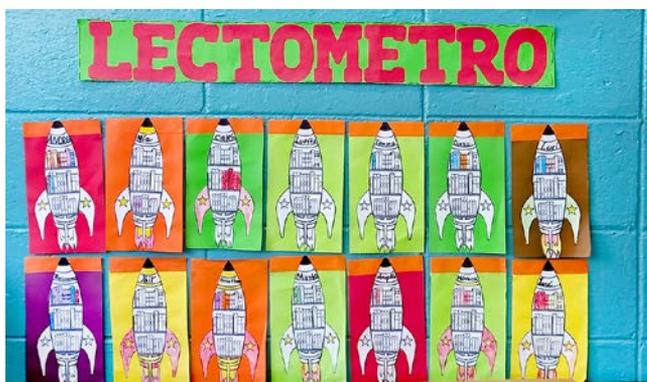
Títeres. Aquí los niños echan a andar su creatividad con la expresión corporal y el tono de voz, ya que dramatizan sus cuentos utilizando los títeres.

Lectómetro. Gráfica para que cada estudiante marque los libros que va leyendo.

Tienda de lectura. Incluye todos los artículos que los niños pueden comprar por cada libro leído. Un libro cuesta \$1.



Títeres de diferentes personajes de cuentos.



Cada estudiante colorea un libro en el cohete que le corresponde, al finalizar la lectura de un cuento.



Artículos de la tienda de la lectura.

Monedas. Elaboradas creativamente para el ahorro de los niños.



Alcancías. Cada estudiante tiene una alcancía con su nombre donde ahorra las monedas que va ganando por cada libro leído.



Organizadores gráficos para hacer las fichas de lectura. Es un cartapacio que contiene fotocopias de diversos organizadores gráficos, con variedad de estructuras y diseños, a fin de que los estudiantes los revisen y tomen el que se adapte al trabajo que están haciendo o el que les indique su docente.



Fichas de lectura. Los estudiantes archivan en pequeñas carpetas los organizadores gráficos que van completando y pueden consultarlos cuando deseen.





Un campo de juegos

A veces me gusta pensar que el aula es un pequeño campo de juegos y aprendizajes, por los diferentes proyectos que tenemos. Todos los juegos son educativos, no hay ninguno que no tenga una aplicación didáctica. Los viernes, los estudiantes pueden jugar con lo que ellos prefieran, ya que es nuestro día lúdico.

Siempre he tenido un espacio creativo destinado a que los niños disfruten momentos de lectura en los que sientan cómodos y a sus anchas. Este año comencé a poner un tipi con almohadones dentro del aula. Los estudiantes ya saben que, al terminar su trabajo, pueden sacar un cuento de la biblioteca e ir a leerlo al tipi. Eso les ha gustado mucho.



Otras actividades y proyectos:

Cuentópolis. Este proyecto es institucional. Un día determinado, todas las aulas de la escuela se convierten en salas de cine. Hay una taquilla para vender los boletos y cada grado prepara la dramatización de un cuento que se presenta en el aula para los espectadores que eligen ir a esa sala de cine (ver en página 75).

Cumpleaños de los personajes. Esta es una actividad de aula. Cada estudiante elige a un personaje y le prepara una fiesta de cumpleaños. Deben dibujar al personaje, hacerle una tarjeta de invitación; describir cómo es su conducta, su personalidad; describir físicamente cómo es, cuál es su papel en la historia, etc.

Toda la información se plasma en un organizador gráfico con forma de pastel que preparo especialmente para ello.



La pijamada literaria. Esta es una actividad de aula. Se asigna un día en el que todos los estudiantes vienen con su pijama preferida, traen almohadas, sábanas y algún peluche. Ese día no hay clases toda la mañana, sino que se dedica a leer cuentos y a practicar juegos tradicionales como *Las estatuas de marfil*, *A la víbora de la mar*, *El gato y el ratón*, etc. Al final dramatizan un cuento.



Pijamada literaria, con guerra de almohadas, juegos y dramatización de cuentos.

Los niños de ahora son una generación de estudiantes que ya no sirven para quedarse sentados o para hacer solo lo que el docente les dice. Son preguntones, creadores, platicadores, curiosos. El juego es natural para ellos. Si nosotros se lo quitamos, les estamos quitando parte de lo que ellos son, de lo que necesitan. Si les damos un aula lúdica, estamos enriqueciendo su ser.

De igual manera, debemos considerar que en nuestra aula tenemos una diversidad de estilos y de necesidades de aprendizaje; por lo tanto, debemos preparar diferentes materiales: para el niño que aprende mejor con lo visual, para el auditivo, para el que necesita moverse, para el que se desconcentra. Pero esto va a funcionar siempre que vaya pensado desde la planificación que el docente hace, sabiendo que el protagonista de la enseñanza es el niño.



«Nuestro talón de Aquiles ha sido la comprensión lectora»

Entrevista con el director Manuel de Jesús Salmerón Mauricio, del C. E. José Simeón Cañas

Revista Pedagógica AB-sé

Manuel de Jesús Salmerón Mauricio es director del Centro Escolar José Simeón Cañas, en San Jacinto, San Salvador, desde 2016. Antes de ser director en este centro educativo trabajó como docente en bachillerato y en el área rural con niños de primer grado.

El director Manuel es uno de los principales promotores de las actividades que fomentan la comprensión lectora y oral, ya que considera que es la base para que los estudiantes desarrollen buenos aprendizajes en todas las asignaturas del currículo.

En octubre de 2022, la *Revista Pedagógica AB-sé* conversó con él a propósito de la actividad Cuentópolis, que se llevó a cabo en ese centro educativo el 3 de octubre.

¿Cómo nació esta actividad?

Esta idea de Cuentópolis nació este año, 2022, y fue porque en las pruebas diagnósticas que hace el Ministerio de Educación —vienen desde 2020 estas pruebas— nuestra principal debilidad o nuestro talón de Aquiles ha sido siempre la comprensión lectora. Al analizar este resultado,



Ambientación del tercer grado «A»: *El rey que no pudo dejar de estornudar.*

nos reunimos a principios de año, en el marco de nuestra Planificación Escolar Anual (PEA), y pensamos en qué más podíamos hacer para mejorar. Cada docente de las diferentes áreas dio su punto de vista. Por mi parte, les expresé: «Miren, yo tengo un pensamiento loco, no sé, quizá deberíamos ser todos un poco locos en algún momento. ¿Por qué no montamos algo así como Cuentópolis?», Cinépolis, Cuentópolis, allá una película, aquí una obra, que no tendría que durar mucho, no sería una hora ni cuarenta minutos para los chiquitos.

¿Tienen el proyecto de Cuentópolis por escrito?

Sí, lo tenemos. El objetivo central era el desarrollo del pensamiento y la comprensión lectora. La idea era que los más chicos, los de parvularia, al venir, pasaran primero a comprar su tiquete en la

taquilla. Cuando cada niño tuviera el tiquete de la obra que quería ver, que hubiera una alfombra roja por el pasillo que lleva a las aulas. Al llegar a los salones, que estarían ambientados como salas de cine, habría dos chicos recibéndolos para darles la bienvenida e indicarles dónde sentarse. Luego venía la presentación de la obra. Después, la realización de una actividad de comprensión, y, por último, se les entregaba una bolsa con palomitas de maíz para que, aparte de que observaran la obra y trabajaran, sintieran la actividad como parte de una diversión y un entretenimiento.

¿Todos los grados participaron en la actividad?

Este día ha sido solo primer ciclo del turno matutino. Se hizo así porque los niños chiquitos, quiérase o no, son inquietos y quizá pueden presenciar una o a lo sumo dos presentaciones, pero ya no más, porque se les hace muy largo. Si pongo a los chiquitos a ver varias presentaciones y a otros a actuar, se van a desesperar, máxime si van a usar un traje, un disfraz.

Entonces, es mejor que vayan a un grado y allí que participen en una obra en específico. Con los de parvularia se trabajó el 16 de septiembre, pero con ellos fue diferente: todos llegaron al salón de usos múltiples y allí presentaron su obra, *Los tres cerditos*, luego hicieron la actividad de comprensión y expresaron oralmente lo que vieron. El 21 de septiembre fue con segundo y tercer ciclo del turno matutino. Ellos prepararon sus obras y las

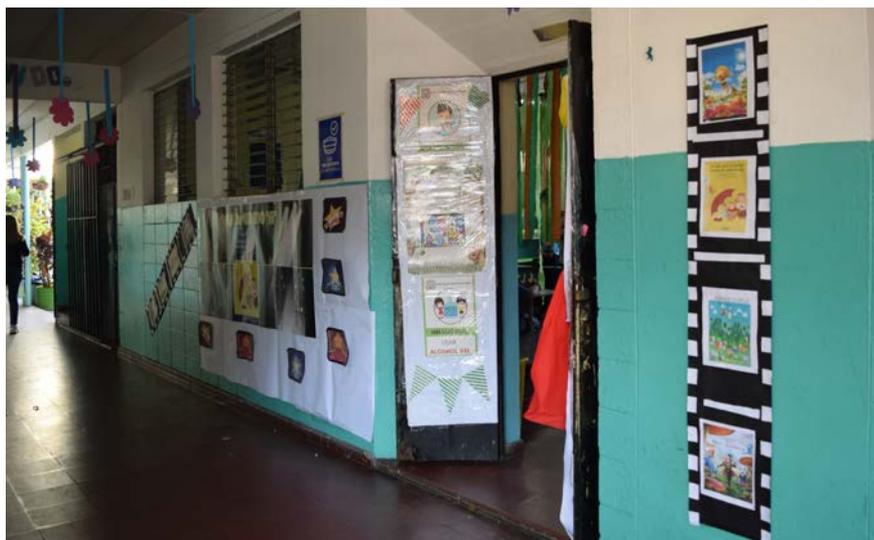
presentaron. Luego venía el análisis de lo que vieron. Tercer ciclo lo trabaja con otra modalidad, con ellos ya son obras literarias, la lectura y la comprensión lectora, la puesta en escena y los reportes que deben entregar a sus docentes. Con el turno de la tarde se planificó para el 16 de octubre, siempre Cuentópolis, pero no en las aulas, sino en el salón de usos múltiples, como una sola sala de cine, pues son menos estudiantes.

¿Cuánto tiempo dedicaron a la planificación y a la organización de todo esto?

Los primeros lineamientos los hicimos en enero. Luego, febrero y marzo fueron para que los docentes pensaran lo que iban a hacer, para que se organizaran. Después me dijeron lo que iban a trabajar: *El patito feo*, me dijo una; otro, *El rey que nunca paraba de estornudar*; el otro, *Alicia en el país de las maravillas*; el otro, *La carrera de las zapatillas*; el otro, *La abejita y las flores*, y la de señora Maricela Hernández fue *Jack y las habichuelas mágicas*.

¿Cómo se ha resuelto lo de los fondos que se necesitan para la puesta en escena?

Todo ha venido de los padres de familia, de los maestros, que han trabajado muy duro. El viernes pasado nos fuimos a las 7 p. m. de acá, organizando todo. Este día yo estuve a las 5 a. m. por aquí, viendo que todo saliera bien, que quedara algo bonito para que los chicos se lleven un buen recuerdo. La idea es no hacerlo solo este año.



Ambientación en uno de los pasillos del centro escolar para la actividad Cuentópolis.

Quizá esto es el inicio de una tradición a la que le vamos a seguir dando forma en los próximos años, a seguir mejorándola y subiendo cada vez un peldaño más. Va a llegar un momento en que esto se va a convertir en todo un pasillo con obras en todas las aulas. Hace como tres años tuvimos El Pasillo de la Lectura. Fue en 2019, antes de la pandemia.

En 2020 no le pudimos dar continuidad por la COVID-19. Este año fue Cuentópolis, el otro año será otra cosa. Cada año hay que inventarse algo, seguir innovando. Yo sé que para los docentes es más trabajo y estrés, porque hay que esforzarse con los chicos, con las familias, pero al final queda un sabor bueno y bonito por lo que se ha hecho: los chicos emocionados con sus trajes, los papás apoyando y todos en una misma sintonía.

¿En qué consistió El Pasillo de la Lectura?

Hicimos libros grandes, del tamaño de una puerta. En cada libro había un cuento, pero un cuento hecho por los estudiantes. Era una exposición de libros de cuentos por todo el pasillo y también había una actividad en el salón de usos múltiples.

En el turno de la tarde hemos montado un proyectito de lectura comprensiva intensiva. Cada maestro, desde parvularia hasta séptimo grado, se toma 40 minutos de la primera hora para la lectura comprensiva. Les he dicho: «Miren, es cierto, tenemos el programa de Sociales, tenemos el programa de Ciencias, tenemos el programa de Matemáticas, el de Moral, Urbanidad y Cívica, pero ¿de qué nos sirve que se cubran todos los programas si los niños no pueden comprender lo de Ciencias o lo de Matemáticas que se está desarrollando?». Yo pienso que, si logramos hacer que el niño tenga comprensión lectora y oral, habremos dado un gran avance con todas las asignaturas.

¿Y si también logramos que escriban mejor, que se expresen mejor? Entonces, cuando estos niños lleguen a noveno grado o a bachillerato, se les va a hacer mucho más fácil. De esta manera los estamos desarrollando. Son 40 minutos de la primera hora para dedicarle a la lectura. Los docentes han hecho sus cursos y han preparado materiales donde van los textos y el análisis.

¿Esos 40 minutos se dan independientemente de la asignatura que toque en esa primera hora?

Independientemente. Yo les decía a mis compañeros que puede que alguien de Sociales venga a decirme: «Mi materia es Sociales, no es Lenguaje», y sí, tiene razón, pero el niño también tiene que saber comprender lo de Sociales; o alguien puede decirme: «Pero mi área es Matemáticas», sí, también; pero el niño, al desarrollar la comprensión lectora, también desarrolla el pensamiento lógico.

Entonces, si lo logramos hacer, los chicos no van a ir con deficiencias a bachillerato, sino que vamos a sacar a niños que puedan pensar, que puedan analizar y que puedan tomar mejores decisiones; niños que van a poder expresar sus ideas correctamente.

Entonces, la lectura comprensiva es global, igual va a ser con el huerto. Cuando esté habilitado el huerto, todos harán actividades. Si es Inglés, hablamos de las plantas en inglés; si es Sociales, hablamos de cuál es la producción que se puede hacer con un huerto en el hogar, cuánto nos vamos a ahorrar de la economía doméstica; si es Ciencias, ya no se diga; si es Lenguaje, también; si es Física, se puede hablar de la alimentación saludable.

Continua...

¿Los docentes de las otras asignaturas ya sabían desarrollar actividades de comprensión lectora?

De hecho, hicimos una jornada. Fue durante una tarde en la que seño Maricela Hernández explicó paso a paso la metodología que utiliza y cada docente pudo ver cómo lo podría desarrollar en otros niveles educativos. Ella es una maestra que tiene mucho que aportar. De hecho, yo voy tomando notas, pues en algún momento sé que debo regresar al aula, y me encantaría trabajar con primer grado, que ya lo he hecho en el pasado, en un centro escolar de un cantón. Al principio sentía ese reto muy grande para mí, pues siempre había trabajado con bachillerato.

Muchas veces se ha creído que el primer grado es un castigo para el docente. Yo no tengo esa mentalidad. Para mí, la parvularia, el primer y el segundo grado son la base fundamental de todo el desarrollo cognitivo del niño. Si no lo trabajamos adecuadamente, en sexto grado vamos a tener niños que no piensan por sí solos, que no razonan, que no comprenden. Entonces, a la larga estamos trabajando para un mejor futuro de nuestros niños.

**Fundación Empresarial para el Desarrollo
Educativo (FEPADE).**

Calle El Pedregal y calle Acceso a Escuela Militar
Capitán General Gerardo Barrios,
Antiguo Cuscatlán, La Libertad.
El Salvador.

Teléfono directo: 2212 1634

Correo electrónico: abse@fepade.edu.sv

Suscripción gratuita a versión digital:

abse@fepade.edu.sv



Director editorial: Joaquín Samayoa

Editora: Claudia Perla

Corrección de textos: José Jiménez Santillana

Se permite la reproducción para fines educativos no
comerciales.

San Salvador, octubre de 2022.