EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

¿Qué es el proyecto de vida?

Decía el psiquiatra Enrique Rojas en la contraportada de HERALDO, el pasado 6 de marzo, que «el proyecto de vida es la viga maestra de la felicidad». En esto, coincidía con las últimas investigaciones llevadas a cabo en EE. UU. por psicólogos como Martin Seligman, que nos dice que los tres fundamentos de la felicidad son: las emociones positivas, tener algo que realmente te llene y algo que tenga un sentido a largo plazo, que él llama 'meaning'.
Si yo tuviera que elegir un colegio para mis nietos, elegiría aquel que tuviera un proyecto educativo que considere el proyecto de vida como el objetivo fundamental de toda la educación. Pero, ¿qué entendemos por proyecto de vida? Un proyecto de vida, debe tener estos cinco elementos:

1. Debe ayudar a niños y jóvenes a saber quiénes son, cuáles son sus defectos y cualidades, sus intereses, qué es lo que pretenden realizar, en definitiva, en esta vida. Este punto responde a la pregunta ¿quién soy yo?
2. Tan importante como saber quién soy yo es que el alumnado conozca con qué tipo de personas quiere compartir su vida. En infantil y primaria, será importante saber elegir adecuadamente a sus amigos. Pero, a partir de secundaria, el alumnado deberá ser ayudado para que aprenda a elegir no solo sus amigos, sino también el tipo de persona con la que quiera compartir su vida. Por tanto, la segunda pregunta sería: ¿con quién quiero compartir mi vida?
3. El objetivo fundamental de la educación es la autonomía, hacer ciudadanos y ciudadanas independientes. Es lógico pensar que los niños deseen realizar algún tipo de actividad profesional con la que tener esa independencia económica. Este objetivo debe ya ser orientado desde las etapas más tempranas, porque, por ejemplo, el carácter emprendedor no es algo que se consiga en la juventud con un curso. Por tanto, los alumnos debe tener opciones para ir eligiendo su orientación profesional como un juego, cuando son pequeños, para que se transforme en una realidad laboral cuando sean ya adultos.
4. En la edad adulta es importante la faceta laboral, pero también la lúdica: en qué emplear el tiempo de ocio. Precisamente, en las etapas de formación, el juego es una de las acciones más desarrolladas, la utilización de los tiempos de recreo, el uso de los tiempos de disfrute y vacaciones. Deberían tener, ya desde las etapas más tempranas, oportunidades para saber qué tipo de ocio es el que realmente les gusta. Un ocio como espectadores, por ejemplo, del cine, teatro, deporte... o un ocio activo a través de los juegos participativos, del deporte o desde el desarrollo de actividades artísticas como intérpretes o actores.
5. Finalmente, el alumnado ha recibido mucho ya de la sociedad, y más que va a recibir durante sus años de estudio. Por ello –y así lo afirman las investigaciones últimas realizadas en el marco de la psicología positiva–, el compromiso social es una parte inherente de la felicidad humana. Se ha demostrado cómo las personas más generosas, aquellas que tienen en cuenta las necesidades de los demás, son más felices que el resto. Así, se debe considerar la promoción del alumnado para participar en actividades solidarias, primero, y en asociaciones de todo tipo y ONG, en la adolescencia.
Cumpliendo con estos cinco preceptos del proyecto de vida, habremos dado a nuestros hijos no solo una enseñanza adecuada, sino que habremos contribuido a crear nuevos ciudadanos que, como afirma Rojas, habrán fortalecido la viga maestra de su felicidad.

Por: ***Carlos Hue García***
Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

EXPERIENCIAS

Superheroínas que rompen muchos moldes

El dibujante e historietista David López entra en las aulas del IES Ramón Pignatelli de Zaragoza para charlar con el alumnado sobre su obra más personal

Los alumnos charlaron con el historietista por videoconferencia. I.R.P.

El alumnado del Ámbito Lingüístico y Social de 2º de ESO del IES Pignatelli de Zaragoza ha tenido el lujo de poder conversar por videoconferencia con el historietista David López, zaragozano de adopción y uno de los grandes del cómic actual. El autor, muy reconocido en Estados Unidos, ha trabajado para Marvel y DC, desde 2002, en colecciones como 'X-Men', 'Vengadores', 'Batman', 'Catwoman', 'Deadpool'... y más recientemente en el relanzamiento de 'Capitana Marvel'. David López fue el responsable del cartel de Salón del Cómic de Zaragoza 2018, donde ya había sido premiado al mejor dibujo aragonés por 'Lobezna'.

Alexia & Amy

En esta ocasión, el alumnado ha leído 'Blackhand & Ironhead', escrita y dibujada por el autor y publicada en inglés y en español, en edición digital (PanelSyndicate.com) y en papel (Astiberri).

Actualmente, David está trabajando en la segunda entrega de la historia, según nos ha podido adelantar. 'Blackhand & Ironhead' son las superheroínas Alexia (Ironhead) y su medio hermana supervillana Amy (Blackhand), que establecen una interesante colaboración profesional y afectiva, que nos ha parecido uno de los grandes aciertos de la serie. López plantea la cuestión de la racialización de una de las protagonistas, Blackhand, un atractivo bastante novedoso en la literatura en castellano. Además, se nos muestran dos personajes femeninos que «son como personas de verdad», pues se alejan de tópicos y clichés.

El alumnado ha destacado la enorme calidad en el diseño y lo acertado de los personajes. «Nos ha gustado mucho la colaboración entre las dos hermanas, así como los dos nuevos personajes, Rainbow y Rick. Seguro que van a dar mucho juego», comentan.

Por: ***Elvira González***

'Textos en libertad' en el CEIP Pío XII

Comprometido con la justicia social, El CEIP Pío XII de Huesca incorpora en su praxis el proyecto 'Textos en Libertad', basado en la inclusión del texto libre –técnicas Freinet– para facilitar el proceso de enseñanza y aprendizaje de la lectoescritura. Consiste en animar al alumnado a escribir, escogiendo libremente el género literario, tema, extensión o formato, utilizando cualquier soporte para ello. Así, según el pedagogo Daniel Cassany, se facilita que descubran el interés, el placer y los beneficios que les proporcionará la expresión escrita: el poder de los signos gráficos, la creación de cuentos e historias, la imaginación, el humor, la diversión...

A partir de su propia voz, como eje central del proceso, el texto libre dinamiza las realidades del alumnado como personas individuales, en un contexto social concreto, impulsando así el aprendizaje situado. ¿Cómo ven la vida? ¿De qué manera se nombran sus propias vivencias? ¿Qué centra sus expectativas? ¿Cuáles son sus intereses? ¿Cómo entienden el mundo que les rodea? La propia voz tiene un valor exponencial para el cambio social y los procesos de justicia educativa, facilitando el empoderamiento de y en sus vidas, así como la comprensión del contexto psicosocial.

En pleno trabajo creativo.

De manera paralela, se desarrollan los procesos de escritura: escribir, revisar, corregir socialmente, volver a escribir y publicar; así como la autonomía, la confianza, las relaciones sociales y la creatividad como ejes fundamentales de la convivencia. Para ello, se replican en la experiencia educativa las fases del acto de escribir tal y como son llevadas a cabo por los escritores, permitiendo que el alumnado pierda el miedo a escribir, reescribir, mejorar y hacer de los primeros escritos unos borradores. La crítica constructiva proporcionada por el grupo clase es una pieza clave en todo el proceso hasta la publicación.

Este Proyecto, que fomenta la inclusión y la atención a la diversidad, ha tenido numerosos reconocimientos. Entre ellos, ha sido finalista en el concurso Buenas Prácticas del VII Concurso de Premios MEP 2016 y ganador del Premio Cuento más Humanitario, en el XV Premio Internacional de Cuentos escritos por personas con discapacidad, convocado por la Fundación Anade 2019-2020.

Esta experiencia, a partir de la escritura, se inicia en infantil y se mantiene hasta los últimos cursos de primaria. Las obras creadas son publicadas en **https://textosenlibertad.wordpress.com/**, convirtiéndose este blog en una biblioteca de lecturas escritas por niños y niñas, para niños y niñas. ¡Esperamos vuestras visitas!

Por: ***Nathalie Clavero***