

EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

¿Qué tipo de lenguaje de amor hablas con tus hijos?



Aunque el amor es universal y es el nexo de conexión entre los seres, definitivamente los humanos sentimos, entendemos, expresamos y recibimos amor de diferentes maneras. De la misma forma que los idiomas, el amor tiene diferentes lenguajes. Hoy, veremos cuáles son estos lenguajes y cómo podemos nutrirnos mejor para que nuestros seres más amados realmente lleguen a percibir nuestro amor.

Palabras de afirmación. Este lenguaje es para quienes necesitan por medio de las palabras saber que son valorados, resaltar sus logros, buenas acciones o cualidades, sin caer en la adulación innecesaria. «¡Gracias por haber recogido!», «¡aprecio mucho tu ayuda!», «¡qué bien dibujas!», «¡confío plenamente en ti!». El amor es bondad. Si queremos expresar nuestro amor de manera verbal es imprescindible usar un tono de voz amoroso.

Tiempo juntos. Pasar tiempo con los seres queridos es lo que más nos conecta, y las personas que tienen este lenguaje de amor, como idioma principal, necesitan pasar mucho tiempo de calidad, completo y lleno, realmente en conexión con los demás para sentirse amados. Desconecta (teléfonos, tabletas, teles, radios...) para conectar, jugando juntos, dando un paseo, teniendo una conversación..., en definitiva, compartir lo más preciado que tenemos: estar plenamente presentes, ofreciendo toda nuestra atención.

Regalos. Las personas para quienes ser amadas y amar es recibir y hacer regalos no prestan atención al precio de los mismos; lo importante es haber invertido tiempo, materiales para hacerlos, dinero, haber buscado lo adecuado. ¡Regalar es una forma más de amar! Los regalos son símbolos visuales del amor: un dibujo, una manualidad, una nota en la bolsita del almuerzo...

Contacto físico. Quienes tienen como predominante este lenguaje disfrutan de las caricias, los abrazos, dormir abrazados, darse la mano... Es uno de los lenguajes más poderosos, sobre todo, en la primera infancia, cuando es lo que más nos nutre y nos brinda el alivio, la seguridad y el afecto que necesitamos. Algunos estudios, como los llevados a cabo en la Universidad Carnegie Mellon (EE. UU.), apuntan que gestos como las caricias y los abrazos elevan nuestras defensas y nos ayudan a combatir diferentes enfermedades e infecciones.

Actos de servicio. Hay quienes perciben el amor a través de servicios prestados a los demás y necesitan acciones en su favor, tareas que les faciliten la vida. Pueden ser cosas sencillas, como preparar la comida, cuidar del hogar, ayudarles a recoger, acompañarles a una cita médica. Amar es buscar la felicidad del otro y también es una elección.

Por: **Diana Fuioer Ionica**
Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

LA SONRISA



ENTRE CULTURAS / CAREI

Recursos: exposiciones itinerantes

Entre las líneas de trabajo del Carei, se encuentra la de proporcionar recursos a los centros educativos de Aragón. Esa es la naturaleza de la 'r' de Carei, la 'r' de 'recursos'. Y, de entre todos con los que cuenta para préstamo, hoy, daremos un paseo a través de sus exposiciones itinerantes.

¿Cómo puede un centro educativo solicitar el préstamo? Es muy sencillo: a través de un formulario de reserva en la web de Carei (Carei.es). Hay que ir al apartado 'Recursos', donde se encuentra un desplegable entre cuyas pestañas figura la de 'Exposiciones itinerantes'. Aunque también se pueden solicitar por teléfono (976 713 025), en horario de 9.30 a 14.00, de lunes a viernes.

Se trata de 25 exposiciones, que giran en torno a temas variados, pero que siguen una tónica común: todas despiertan la



curiosidad, hacen pensar, ayudan a crecer y favorecen la inclusión, entre las que se encuentran las siguientes:

'Katsikas: refugiados en Grecia. Al calor del olvido'. Promueve la reflexión sobre la difícil realidad de los refugiados y la necesidad de una respuesta inclusiva e integradora. Imágenes que nos retrotraen a páginas de la historia que ingenuamente creíamos superadas.

'Bajo dos miradas'. Exposición realizada a partir del viaje de alumnos y profesores del IES Bajo Aragón de Alcañiz a los campamentos de refugiados de Tindouf (Argelia).

'Bubisher'. Muestra fotográfica sobre el Bubisher, un bibliobús que recorre las escuelas de los campamentos de refugiados del Sahara, cargado de cuentos y novelas para estimular el amor a la lectura y la imaginación de los niños saharauis.

CAFÉ PARA CEBRAS / METODOLOGÍAS ACTIVAS

Objetivos de Desarrollo Educativo

Mucho se habla –y se hablará– de la implementación en el aula de iniciativas y actividades relacionadas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, que deben pasar por ser el verdadero eje globalizador de nuestra práctica docente. Debemos hacerlos nuestros e interiorizarlos de tal forma que se conviertan en Objetivos de Desarrollo Educativo, formando, así, parte de nuestro ADN curricular.

Debemos pasar de catalogarlos como algo importante a definirlos como objetivos urgentes. Es decir, deben pasar de la importancia a la urgencia. Iniciativas y actividades relacionadas con el tema existen muchas y muy variadas, y casi todas de calado en nuestra comunidad educativa. La forma de poder trabajar esos objetivos es muy diversa.

Aplicando diferentes estrategias podemos incitar e invitar al trabajo y desarrollo de cada uno de los ODS, desde el fin de la po-



breza, mediante el aprendizaje servicio, pasando por lograr el 'hambre cero', a partir de 'Living-Labs', hasta fomentar el 'trabajo decente', desde la óptica de las inteligencias múltiples.

Si pensamos de forma global, pero actuamos en nuestro ámbito local, todo el colectivo docente puede provocar esa revolución educativa por la sostenibilidad tan necesaria como urgente.

Clarificar nuestras prioridades, ponerlas en valor en clase y hacer que nuestro alumnado sea consciente de la urgencia de trabajarlas, ya, se antoja prioritario.

Por: **Diego Arroyo**
Asesor de Formación e Innovación del Profesorado.
Unidad de Programas Educativos.
Servicio Provincial de Educación de Zaragoza