

## Retiro dirigido a educadores

### “Las 5 llaves del aprendizaje” (Pedagogía de la Intencionalidad)

#### ¿Qué son las cinco llaves?

No son el aprendizaje mismo, pero operan como facilitadores para que “lo nuevo” ocupe su espacio en la persona.

Son “llaves” por cuanto nos permiten abrir puertas, entrar a ciertos “lugares” del psiquismo con otra calidad atencional a través de la autoobservación (Aprendizaje y Atención), conectándonos con la afectividad para grabar mejor las situaciones de aprendizaje (Aprendizaje y Afectividad), con el buen humor viendo al acto educativo como espacio lúdico (Aprendizaje y Buen Humor), con el cuidado del ambiente de aprendizaje en tanto esos “intangibles” de la atmósfera educativa (Aprendizaje y Ambiente), y el diálogo generacional como posibilidad de flexibilizar la mirada y comprender el paisaje de las nuevas generaciones (Aprendizaje y Diálogo Generacional).

Desde estos talleres proponemos un abordaje experiencial desde el registro de la aplicación intencional de estas llaves.

La concepción del Nuevo Humanismo Universalista, en la que se inspira la Pedagogía de la Intencionalidad, nos plantea que el ser humano es conciencia activa, intención y por tanto, constructor de realidades. Orientamos nuestra propuesta reconociendo esa característica propia del ser humano y motor central de su conciencia como es la intencionalidad. Ello, resulta en un concepto fundamental para una nueva educación basada en nuevos paradigmas y que aspira a superar concepciones mecanicistas y positivistas. Hacer consciente el acto intencional es uno de los principales aspectos que comprenden un buen aprendizaje.

Llamamos conciencia al sistema de coordinación y registro que efectúa el psiquismo humano operando con sensaciones, imágenes y recuerdos. Este aparato de registro de sensaciones, imágenes y recuerdos está en el cuerpo y, a su vez, ligado a las sensaciones de este, desarrollándose y articulándose por acumulación de experiencias.

Queremos proponer una experiencia de aquello de lo que hablamos y pensamos, a través de consignas que se articulen entre sí, como propuesta vinculante/enlazante, desde instancias lúdicas, herramientas de acción e intervención que vienen desde otros saberes y prácticas corporales (juegos teatrales y sensopercepción)

Estos recorridos serán nuestros recursos para contar con posibilidades de observación, pensamiento y acción, que despierten canales perceptivos y reflexivos.

## 1º LLAVE: Aprendizaje y Atención

1. **Escena (actriz: Laura Wulfson):** La protagonista de esta historia se mueve entre situaciones de la vida cotidiana con una “calidad atencional” que deseamos superar!

**Encuadre:** Existen diversos tipos de atención dependiendo del modo en que se está atendiendo al fenómeno. Así, podemos hablar de una atención simple, de una atención dividida, de una atención dirigida distensa, y también de una atención tensa. El ser humano tiende a acercarse a lo distenso placentero y alejarse de lo tenso o doloroso. La atención está mal asociada a esfuerzo, a tensión, a seriedad. Necesitamos grabar la atención con una calidad emotiva distinta. Sería deseable poder sentir, experimentar, que es “bueno y lindo para uno estar atento” sin una necesidad de obligatoriedad. Hay un mal tratamiento del trabajo atencional en la educación, en las prácticas pedagógicas tradicionales. Pero ¿por qué sería bueno y lindo para mí estar atento? Porque si estoy en esa situación de alerta sin duda, tengo mayor conciencia, libertad interna y potencia en el pensar. La mirada es más suave, clara, interesante y crítica. Una buena disposición para el aprendizaje, una buena memoria, un aumento en la permanencia en los propósitos y, en suma, el crecimiento de la capacidad de cambio, dependen de la atención. Pero si mantener la atención nos conduce a la fatiga y su correspondiente molestia es porque no se ha grabado bien la forma de atender, que solo es agradable cuando se convierte en agradable y placentera. Por lo tanto, uno no se esforzaría por estar atento, ¡simplemente le gusta estar así!

¿Podemos intencionar otra calidad atencional? Hay posibilidad de aplicar una serie de técnicas que mejoran la capacidad atencional y la efectivizan, pero requiere del interés genuino de quien atiende y no la imposición forzada. Podemos ejercitar otra calidad atencional donde se puede tener referencia y uno no “es tomado” por las cosas o situaciones. Es en esta situación donde el ser humano puede decidir su acción, donde puede haber acción reflexiva, atención sobre lo que se está haciendo y donde no hay olvido de si mismo mientras se está haciendo cosas.

Intencionaremos hacia la **atención dirigida** también llamada en nuestra pedagogía: **atención distensa** y es la que hoy vamos a comenzar a conocer y practicar.

2. **Ronda de nombres (recurso pelota):** lanzo la pelota diciendo el nombre del compañero a quien se la lanzo. Variante:- lanzo la pelota nombrando al compañero y me dirijo a su lugar, - lanzo la pelota a un compañero, pero nombro a otro compañero con quien nos cambiaremos nuestros lugares trasladándonos por fuera de la ronda.
3. **Traslado en el espacio “La Balsa”:** caminamos cuidando que el espacio se equilibre, de manera que está “balsa” no se hunda en el océano! Variante: cuando uno decide detenerse, todos se detienen y cuando otro decide continuar la caminata, todos vuelven a caminar, -con lanzamiento de pelota, -diciendo los nombres de los compañeros a quien lanzo la pelota.
4. **Cadena de movimientos:** nos encontramos formando una ronda, un compañero propone un movimiento, quien está a su izquierda lo repite y suma un nuevo movimiento, una vez que todos propusieron, realizamos juntos la secuencia completa de movimientos.

**Nota:** mientras realizamos estas primeras acciones, quien guía, en ciertos momentos marca un STOP, en esa quietud, sin intentar juzgar ni cambiar nada, solo observo: “observo mis músculos”, “observo mi cabeza”, “observo mi corazón”, “¿cómo está mi eje postural?”, “¿y mi respiración?”, “¿estoy haciendo algo de más?”

5. **Sentados** intencionamos una postura corporal que nos permita economía de esfuerzo (cabeza que flota-coronilla al cielo, sacro coxis como línea de plomada al centro de la tierra) y una respiración que se va haciendo calma y profunda (registrando los efectos de la inhalación en dirección al abdomen y ensanchando las costillas)

## **Relax Externo, Interno y Mental y Experiencia de Paz. (Ver imágenes al final)**

“Busco dentro mío un lugar físico de mi cuerpo que puede ser la cabeza, el corazón, la postura, la respiración. Siento el lugar, ese punto y suelto todos lo demás, los pensamientos, los sentimientos, solo registro ese punto, ese lugar, y experimento que desde allí puedo registrarme en paz, sin temor, sin apuros, sin sobresalto, distensando...”

**Intencionamos ahora** realizar las próximas acciones desde los registros de distensión que hayamos experimentado, observando amablemente, con gran cariño, conectando con el gusto por hacerlo de este modo, recurrentemente podemos volver a los STOP, y observo si estoy haciendo algo de más, si puedo suavizarlo, soltar, atendiendo a ese punto físico de mi cuerpo, apoyándome en la sensación, por ejemplo de mi eje postural, o de mi respiración, o de mi cabeza, o de mi corazón. Me ayudo atendiendo a ese punto que comenzamos a conformar, camino y atiende, ha blo y atiende, escucho y atiende. Me olvido y vuelvo al punto, atendiendo a la acción y a mí mismo.

6. **Regresamos a nuestra “Balsa”:** caminamos cuidando que el espacio se equilibre, de manera que está “balsa” no se hunda en el océano! Variante: caminata en velocidades (del 0 al 10)
7. **Cadena de movimientos:** nos encontramos formando una ronda, un compañero propone los movimientos ininterrumpidamente, el compañero a su izquierda los comienza a repetir pero comenzando un instante después, y así continúan los demás repitiendo con ese “desfasaje” en el tiempo, de manera que en un momento todos en simultáneo estarán realizando los movimientos que inició el compañero pero a destiempo, nuestra guía será la mirada periférica.
8. **Dúos:** cada uno a su tiempo cuenta al compañero lo que desayunó esta mañana o todo lo que hizo para organizarse y asistir al taller.
9. **Reflexión (“volver sobre la acción”)**

Tomo nota de la vivencia personal, ¿qué fue conciencia para mí hoy? ¿Puedo hacer alguna diferenciación?

### **10. Intercambio**

### **11. Conceptualización**

#### **¿Que es la Atención?**

La atención es la aptitud de la conciencia que permite observar los fenómenos internos y externos. Cuando un estímulo pasa el umbral, despierta el interés de la conciencia quedando en un campo central al que se dirige la atención. Es decir que la atención funciona por intereses, por algo que de algún modo impresiona a la conciencia, dando registro. El estímulo que despierta interés puede quedar en un campo central de atención, al que denominamos campo de presencia, que tiene que ver con la percepción. Todo lo que no aparece ligado estrictamente al objeto central se va diluyendo en la atención, acompañando sin embargo a la presencia del objeto mediante relaciones asociativas con otros objetos no presentes, pero vinculados a él. A este fenómeno atencional lo llamamos campo de copresencia y tiene que ver con la memoria.

Como mencionamos anteriormente, existen diversos tipos de atención dependiendo del modo en que se está atendiendo al fenómeno.

La **atención simple** es poner atención a un objeto, en dirección a los estímulos. Se produce un estímulo y la persona atiende. De una serie de estímulos atiende a uno en particular porque la

conciencia funciona por intereses. Lo de simple no significa que sea de bajo nivel. Hacer un trabajo con cuidado con atención simple puede ser de excelente calidad.

La **atención dividida** es aquella en la que se atiende a dos estímulos simultáneamente. Es cuando hay más de un foco atencional al mismo tiempo. Hay muchas actividades de la vida diaria que requieren este tipo de atención, en tal sentido es muy práctica.

La **atención dirigida** es cuando tengo la intención de no desatender. Atiendo y mientras atiendo, observo desde mi interior a qué estoy atento. Pero además es una forma de atención aperceptual (la conciencia actúa sobre los sentidos, para que vayan en una dirección u otra) en la que la actividad del pensar está ligada a registros de relajación, de auto-observación, de comprensión y de claridad interna.

La **atención tensa** es la que se suele usar cotidianamente, en las aulas, las que nos han enseñado y suelen convertir el aprendizaje en un proceso no grato. Es aquella que se impone y tiene el sello de lo obligatorio, lo forzado, lo que se “debe hacer” para no ser castigado, donde pareciera que para prestar atención se requiere de una “cara de robot” o “fruncir el ceño” o una tensa postura corporal. La atención tensa esta asociada al registro de esfuerzo. La misma se da cuando la actividad del pensar está ligada a tensiones corporales de carácter muscular, por demás innecesarias al proceso atencional.

Por último podemos agregar otro tipo de atención: la atención sobre sí o **conciencia de sí**, se da cuando sin importar lo que se hace, no hay olvido de sí mismo. El tono afectivo es diferente. Es una forma interesante la conciencia de sí, donde se puede tener como apoyo la postura corporal, la respiración y no hay olvido de sí.

**Pero ¿cómo podemos ejercitar la atención distensa?** Esa atención tiene que ver con la conformación de una “especie de observador amable” de los propios procesos y movimientos internos, donde se puede tener referencia y uno no “es tomado” por las cosas o situaciones. Es en esta situación donde el ser humano puede decidir su acción, donde puede haber acción reflexiva, atención sobre lo que se está haciendo y donde es posible que no haya olvido de si mismo mientras se esta haciendo cosas.

Es posible acostumbrarse a estar en presencia de este “observador amable” de si mismo, que fortalece al sujeto y estará menos dispuesto a la influencia de los estímulos. En este caso se busca un emplazamiento consciente en una perspectiva que registra, que siente, se trata, por tanto, de una “mirada” desde adentro, con apoyo en la sensación, se realiza suavemente y con gran cariño. En realidad, es una atenta práctica sobre la propia mirada.

**“Usamos la palabra “mirada” con un significado más extenso que el referido al visual. Tal vez, más correcto sería hablar de “punto de observación”. Aclarado esto, cuando decimos “mirada” podemos referirnos a un registro de observación no-visual pero que da cuenta de una representación”.**

## **Recomendación**

Si se está en este intento de “grabar” de buena manera la atención, es interesante aprovechar los buenos momentos de atención con el propósito de fijar bien el registro, para que en otros momentos sirvan de guía y referencia. También puede ayudar al sujeto a crear situaciones que le “avisen” si se ha perdido el control de la atención, a lo largo del día. Se pueden usar diversas técnicas, por ejemplo, marcar una serie de momentos que sirvan de alerta: al encontrarse el sujeto con determinadas personas, lugares, situaciones, objetos, etc. ¿Y qué pasa si se pierde la atención con divagaciones, ensueños o fantasías?, no ocurre nada, se retoma el trabajo atencional y punto. Desde nuestro punto de vista es mucho más posibilitario generar el interés, la motivación, el compromiso emotivo y con ello permitir una atención con agrado; generando el gusto por atender. Entonces, el mecanismo de la atención hay que presentarlo de un modo tal

que los niños y jóvenes puedan sentir la necesidad esencial de utilizarla para su desarrollo. Cuando se ejercita la atención el sujeto se siente liviano, sin complicaciones, se trata simplemente, de sentirse emplazado donde se está (conversando, leyendo, observando) y se logran registros de mayor potencia y frescura. Es preciso entonces que esta se grabe con gusto, sin forzamientos, con una emoción de agrado, con ánimo de experimentación, como si se tratara de un juego, en un ámbito de relaciones amistosas y abiertas a los demás.

### **Sobre el aprendizaje y la atención:**

Todo aprendizaje corresponde a nuevas construcciones, nuevas conexiones neuronales, cableadas. Para instalar una “nueva forma de hacer” es preciso primero tener la intención, querer llegar allí, y después realizar las acciones con mucha atención, y repetición, para ir grabando eso que va dejando “huella” hasta que en un determinado momento se dispara esa “nueva acción” sin pensarla, se da por grabación, repetición y se logra el automatismo. Entonces se está en condiciones de liberar energía para poder llevarla a otro campo de interés de la conciencia. Por lo tanto, la experiencia de aprendizaje, es inevitablemente interna, nunca es externa, no se la puede localizar afuera. Si se liga a la acción con el aprendizaje resulta que se “aprende haciendo” y la repetición de esa acción es lo que finalmente produce el aprendizaje y posteriormente la automatización. Así hemos aprendido todas las cosas en nuestra vida, desde el hablar, caminar, andar en bicicleta, tipear en un teclado, es la experiencia repetida la que produce crecimiento en el cerebro.

### **Para seguir reflexionando:**

Recuerdo situaciones en las que la desatención trajo consecuencias no deseadas.

Recuerdo situaciones en las que he tenido registro de atención tensa. ¿Qué características tenía esa situación? ¿Cómo lo sentía? ¿Dónde lo sentía?

Recuerdo situaciones en la que he tenido registro de atención distensa. ¿Qué características tenía esa situación? ¿Cómo lo sentía? ¿Dónde lo sentía?

Recuerdo situaciones en las que he registrado la posibilidad de intencionar la distensión. ¿En qué me apoyé?

Imagino situaciones en el ámbito educativo en donde pueda dar referencia del mecanismo atencional distenso para una buena grabación.

## 2º y 3º LLAVE: Aprendizaje, Buen Humor y Ambiente

1. **“Chanco va”**: En una hoja en blanco cada uno escribirá una palabra que les resuene en relación al aprendizaje, al buen humor y al ambiente. Al grito de ¡Chanco va! se pasarán las hojas escribiendo en la siguiente una nueva palabra.
2. Uno de los participantes hará un bollito con su hoja y la pasará a su compañero de al lado quien envolverá con su hoja la primera y así sucesivamente, formando una **“Pelota de papel”**.
3. **Cuento grupal**: En ronda, pasaremos a cualquiera de los compañeros la nueva “pelota de papel” mediante la cual se irá contando un cuento grupal con diversas variantes: terror, drama, mexicano, español, con una papa en la boca, con mucho frío, etc. La pelota será la encargada de pasar la posta a otro compañero.
4. **Conferencia de la pelotita**: Cada uno explicará la importancia, función, historia... de “la pelotita”. Variante: Se contará lo mismo que antes, pero ahora con la lengua entre el paladar y la encía del maxilar inferior.
5. **Cuartetos bilingües**: dos hablan en “idiomas” sobre el objeto “pelota”, otros dos irán traduciendo lo que los primeros digan.
6. **Espacio personal y grupal**: Desarmamos la pelotita y cada uno tomará una hoja. Hará equilibrio con esa hoja en diferentes partes del cuerpo mientras se traslada por el espacio. Cada vez que esta caiga, nos detendremos en espera hasta que un compañero colabore alzando y colocándola nuevamente en su lugar.
7. **Cruzar el mar en dúos**: Debemos resolver la propuesta usando como recurso ambas hojas. Variante: cruzar el “océano” sin tocar el “agua”.
8. **Dúos en contacto con las hojas de por medio**: de a dos, deberemos mantener el contacto, con partes del cuerpo diversas, con las hojas intermediando entre ambos cuerpos. Nos ponemos en movimiento bailando diversos ritmos, sin dejar caer las hojas. Nos juntamos con otro dúo. Continuamos los cuatro jugando y probando nuevos contactos: sacro-codo, hombro-cabeza, etc. STOP. Sacamos las hojas sin modificar esta postura final. A partir de esta imagen, como “fotografía”, el grupo comenzará a darle vida sin perder el contacto anterior, buscando la armonía del ritmo grupal a través del movimiento, el traslado y los sonidos.
9. Cada uno toma una hoja de las que se usaron anteriormente. A partir de las palabras escritas en la misma, puedo realizar una producción personal en relación a lo vivenciado? Si lo deseo comparto la lectura de la producción.
10. **Reflexión (“volver sobre la acción”)**  
Tomo nota de la vivencia personal, ¿qué fue conciencia para mí hoy? ¿Puedo hacer alguna diferenciación?
11. **Intercambio.**
12. **Conceptualización**

Especial espacio le damos al buen humor como parte del ambiente de aprendizaje que propiciamos, actualmente se sabe acerca de los beneficios del humor como facilitador del aprendizaje, porque estimula e irriga zonas cerebrales que de otro modo no se conectan, así ayudan a concretar el enorme potencial de desarrollo que posee el cerebro humano. No solo es un excelente distensador de ambientes de aprendizaje, sino que además desde el punto de vista

fisiológico permite ampliar zonas cerebrales que participan de ese aprendizaje y por ende lo hace más profundo y amplio en sus posibilidades. El buen humor y su manifestación más elocuente, la risa, se produce por una síntesis de la conciencia, generada en las zonas cognitivas. En este fenómeno intervienen elementos de incongruencia, lo absurdo, lo insólito y fuera de contexto, lo que rompe la “normalidad” de lo establecido. La risa es una manifestación exclusivamente humana, y si nos miramos en proceso desde el comienzo de la evolución de los sistemas nerviosos más primigenios, hasta el desarrollo del cerebro del homo sapiens, resulta que es de aparición reciente, de lo cual se podría inferir que está en pleno desarrollo.

El buen humor es una actitud que implica poner un conjunto de energías positivas en marcha que favorece en forma integral al individuo y se debe convertir en una estrategia personal y social de relación.

En este ámbito el concepto de “resiliencia” o capacidad humana para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir fortalecidos o incluso transformados, adquiere especial importancia.

Se debería destacar la capacidad de la risa para aligerar el, a veces, abrumante peso de la vida emocional. Y un aspecto esencial del buen humor: ¿hay algo más sano y reparador que reírse de uno mismo? Esto suaviza ciertas situaciones de la vida, y además nos quita “importancia”, jugando en cierto modo, como modulador del “ego”, permitiendo reconocer las propias carencias o defectos, ante uno mismo y los demás.

Es uno de los cambios importantes que debe abordar una nueva educación, el construir ambientes de aprendizaje que incorporen el buen humor como elemento significativo, dando lugar a la dimensión alegre, positiva, lúdica, placentera que implica, por cuanto amplía y equilibra la concepción sobre el ser humano y por tanto de la educación.

Mencionamos “ambiente” de aprendizaje y con este término, aludimos a la atmósfera que se vive en el centro educativo, a eso intangible que gravita en el espacio, para observar o hacernos conscientes, si es propicio o no, de la situación de aprendizaje. Esta suerte de sintonía, está dada por las relaciones que se establecen entre los participantes, sean niños y jóvenes entre ellos, y además con los profesores.

Estas relaciones, tendrían que poseer elementos como: diálogos en paridad, resolución de problemas en conjunto, colaboración, tratar de entender como piensa el otro, aporte a la construcción de conocimiento conjunto, trabajo colaborativo y en equipo.

En este “ambiente de aprendizaje”, lo emocional, la afectividad cobra una vital importancia, tiene básicamente el elemento intangible que es el tono afectivo, la sensibilidad, la emocionalidad de los que comparten ese espacio. Y este emocionar es una particular forma de estar en el mundo (postura corporal, línea de pensamiento y el actuar, determinados por el estado de ánimo).

Es necesario además considerar a las interrelaciones que se establecen en sus distintas formas y expresiones (lenguaje verbal y lenguaje corporal o gestual)

Ya hemos planteado a la incorporación del buen humor como elemento significativo que ayudaría a la creación de esta atmósfera.

Otro elemento a considerar dentro de la creación de ambientes de aprendizaje es que aquello que se va a aprender debe ser del interés del sujeto aprendiente, por cuanto ese será el “motor” que guiará todo el proceso. De allí la denominación de aprendizaje significativo, que el niño o joven como sujeto de aprendizaje que posee conciencia activa, “in-corpore” aquello que le es significativo.

Y finalmente la relación del adulto que ayuda este proceso debe ser de acompañamiento, compenetración y referencia, creándose así una atmósfera donde se valore la práctica de la atención.

En síntesis, el desarrollo de ambientes de aprendizaje debería tener mínimamente una atmósfera cálida, estimulante, no amenazante, que permita el desarrollo del proceso de aprendizaje con agrado.

Este tema, está en directa relación con el siguiente, Aprendizaje y Afectividad, y tendremos en cuenta su estrecha interrelación.

**Para seguir reflexionando:**

Cuáles serían los acuerdos que orienten y sostengan el trabajo en equipo, propiciando disposición hacia un ambiente de comunicación: con lo propio, con el otro, con los otros, intergrupales...

¿Cómo experimento en mí y en los demás el tono afectivo? (ese estado de ánimo, tonalidad que colorea todo comportamiento y conducta).

Cómo acompañamos creando una atmósfera propicia para que aquello que se va aprender llame el interés de los jóvenes hacia la búsqueda de saberes, hacia la construcción del conocimiento, animando a la actitud lúdica, a la incertidumbre, a la actitud investigativa...



#### 4º LLAVE: Aprendizaje y Afectividad.

**1. Primer contacto palma con palma:** Ronda. Digo el nombre de un compañero hacia el que me dirijo corriendo, llego a su encuentro, damos un salto tratando de coincidir el contacto palmas con palmas en este saludo y le paso la posta. (Todo el juego podemos hacerlo practicando la atención distensa, propuesta de la primer llave)

Variante: En vez de salir una sola persona, pueden salir dos.

**2. Nudo a ciegas:** nos encontramos en la ronda nuevamente, con los ojos cerrados y los brazos en alto, avanzamos hacia el centro buscando el contacto de las manos de dos compañeros. Una vez que logramos el contacto abrimos los ojos y buscamos reorganizar la ronda nuevamente sin perder el contacto. (Es bueno dar tiempo suficiente para los encuentros y resolver el nudo como trabajo de equipo, de conjunto)

**3. Canción de la serpiente** nos trasladamos cantando: “Esta es la danza de la serpiente que baja de la montaña en busca de su cola y Ud. También, y Ud. También, ahora es parte de su cola”

En ronda, pasan dos, tres o cuatro voluntarios al centro. Mientras todos cantan, estos recorren caminando el espacio interno de la ronda, y en el momento en que la canción dice “y Ud. también...”, es la señal que indica que cada uno de estos voluntarios se colocan delante de otro participante en la ronda, y separando sus piernas, les da lugar para que esta persona pase a gachas y se coloque entonces a la cabeza de la “serpiente”, siendo el que abrió las piernas, el que quede detrás, ubicando el apoyo de sus manos sobre los hombros del compañero que ahora quedó delante. Entonces en este primer momento, si por ejemplo son 3 personas las que salieron inicialmente como voluntarios, ahora serán 3 dúos recorriendo el espacio y así sucesivamente, hasta que todas las personas de la ronda estén ubicadas en esas 3 “serpientes”.

(A los coordinadores invitamos pedir la melodía que marca el ritmo de esta canción sugerida)

De la propuesta anterior con las “serpientes” continuamos en esa formación en filas para seguir con los “trenes”

**4. Tren a ciegas:** El maquinista tendrá los ojos abiertos y será quien guíe al resto del grupo que tendrá los ojos cerrados. El grupo seguirá los movimientos que el primero realice. Cambios de roles: Por ej el que va último pasa a ser el primero.

Variante: El maquinista se ubica por detrás y guía a sus compañeros de este modo: avance-dos toques de hombro. Doble toque del hombro correspondiente al lado al que se quiere ir. Stop-Sujeta con cierta presión ambos hombros.

(Cada cual se pone en lugar del otro: ¿Qué se está sintiendo? ¿Qué percepción tengo del otro? Este juego requiere de mucha confianza: me entrego al compañero y espero su propuesta. Se requiere de una escucha activa. Estas cosas se pueden intercambiar al finalizar el taller y puede ser de mucho interés para educadores ya que se les invitaría a que se observen cómo se sienten cuando guían y cuando son guiados)

**5. Caminata cerrando los ojos progresivamente** (camino 10 pasos y en el paso 10 cierro mis ojos, camino 10 pasos y en los pasos 9 y 10 cierro los ojos, camino y en los pasos 8, 9 y 10 cierro los ojos y así continuamos hasta que finalmente caminamos los 10 pasos con ojos cerrados). En total serán 100 pasos (contando de 10 en 10)

Simplemente el coordinador va guiando el ritmo de la caminata contando en voz alta, colaborando en unificar el ritmo grupal. Quizá recordando además cuando ir cerrando los ojos.

Cuando se termina el juego, todos se quedan con los ojos cerrados y pasan al siguiente paso, el nº 6.

**6. Con ojos cerrados voy al encuentro de otro compañero** y tomamos contacto con nuestras manos

**7. Lazarillo:** uno guía (ojos abiertos) trasladando por el espacio al otro, brindando el sostén de sus palmas hacia arriba, el otro se deja guiar (ojos cerrados) descansando sus palmas sobre el sostén de las manos del compañero. Cambiar el rol.

**8. “Diálogo tónico”** palma con palma, manos enfrentadas, los dos cierran los ojos. Uno propone desde el movimiento de sus manos y el otro responde y así sucesivamente. El juego se realiza sin palabras, en silencio, hay uno que guía y otro que es guiado. Es un diálogo no verbal.

Nos detenemos.

Seguimos el contacto palma con palma y registro mis propios brazos y llego a mi pecho e intento ir mas hacia adentro, hacia mi corazón y también puedo intencionar “recorrer” mentalmente hacia los brazos de mi compañero/a y hacia su corazón, imaginar, percibir su latido y también el mío y en ese instante conecto con lo humano en el otro, que al igual que yo, tiene una historia plagada de deseos, frustraciones y esperanzas. Redescubro su humanidad, su cercanía, sus temores, sus alegrías, y sus esperanzas, muy similares a las mías... (Todo esto se va diciendo intentando conectar con un “tono poético”)

En esta parte mantenemos aún los ojos cerrados.

Podemos sugerir que si sentimos tensiones, incomodidad, nos apoyamos en la respiración, en la postura para distensar. Tal como veníamos trabajando en la llave “aprendizaje y atención”

**8. Contacto:** abrimos los ojos. Poco a poco observo mis manos, las que llevaron y las que fueron llevadas, las reconozco y también reconozco las de mi compañero/a. Como si las viera por primera vez. Dentro de esa diversidad de formas, ¿hay algo que tenemos en común? Observamos las diferencias y la similitud en lo diverso, percibimos la vida que se expande a través de mis manos, de sus manos.

Nos miramos e intentamos suavemente sostener la mirada unos instantes.

Nos despedimos de nuestro compañero de danza como lo necesitamos.

**9. Esfera:** se propone una ronda grupal o varias rondas (dependiendo del nº de participantes, para que todos puedan pasar por la experiencia sin necesitar tanto tiempo) Uno de los participantes pasa al centro de la misma y cerrando los ojos, comienza a trasladarse caminando en el interior de la ronda.

Los demás acompañan a quien se traslada, trasladándose en simultáneo. Esta ronda es “la tribu” que cuida y sostiene. Cuando se dé algún obstáculo para continuar (pared, silla) quienes acompañan se detienen, oponiendo una suave resistencia al contacto con sus hombros, brazos, para cuidar que quien se traslada con ojos cerrados no se choque, ni se sobresalte.

Luego de unos breves minutos de experiencia, cambia el rol, quien estaba dentro del círculo, invita sin palabras a otro compañero a pasar. Así, hasta que todos tengan la experiencia.

**10. El abrazo caracol.** Una hilera. Todos de la mano, el primero comienza a buscar un trayecto espiralado provocando un abrazo en forma de caracol. Uno de los extremos gira sobre si mismo en espiral. Quedan unos instantes allí en quietud abrazados, tratando de conectar con un mismo latido, un mismo ritmo interno. Luego desarman haciendo el recorrido inverso, el último que llegó al abrazo es el primero que comienza a desarmar.

**11. Re-flexión (“volver sobre la acción”)**

Tomo nota de ocurrencias, comprensiones, intuiciones, etc.

**12. Intercambio**

**13. Conceptualización**

El aprendizaje verdadero, profundo y significativo se genera cuando se involucra a la persona en su integralidad, esto es, teniendo en cuenta la afectividad y emocionalidad. Se debe prestar atención prioritaria a las atmósferas emocionales adecuadas y al manejo emotivo que la persona tiene de sí misma y a la buena emocionalidad en las relaciones entre las personas.

El tipo de emoción que predomine en las situaciones de aprendizaje implicará un *registro y una grabación* en la memoria de la persona y que ello tendrá consecuencias en los momentos posteriores del proces o educativo.

Traemos acá una cita de Silo de su obra de psicología:

**“En toda grabación y también en la memorización de lo grabado, el trabajo de las emociones tiene un papel muy importante. Así es que las emociones dolorosas o estados dolorosos que acompañan a una grabación, luego nos dan un registro diferente al de las grabaciones que se efectuaron en estados emotivos de agrado. Así pues, cuando se evoca una determinada grabación sensorial externa, también van a surgir los estados internos que le acompañaron. Si a ese dato externo le acompaña un sistema de emociones de defensa, un sistema de emociones dolorosas, la evocación de aquello que se grabó va a venir teñida de todo un sistema de ideación doloroso que acompañó a la grabación del dato externo. Y esto tiene importantes consecuencias”.**

Como explica Silo, este asunto tiene consecuencias importantes en lo que hace a los buenos aprendizajes; el tipo de emoción que predomine en lo que se está aprendiendo quedará grabado en la memoria de la persona y ello predispondrá en un cierto sentido hacia el futuro; no es lo mismo si se aprende con gusto o agrado que si se hace por obligación o por temor al castigo.

Toda experiencia educativa es en sí una experiencia emocional. ¡Que importante entonces orientar los procesos pedagógicos hacia el aprendizaje gustoso y con emociones positivas! Dicho en simple: buenas emociones generarán buenos aprendizajes, buenos aprendizajes registrarán buenas grabaciones en la memoria de la persona, buena memoria impulsará a la persona hacia nuevos aprendizajes.

Queda en evidencia la diferencia que significará si el ambiente emotivo es:

- Amenazante o acogedor
- Se aprende por agrado o por obligación
- Las actividades generan placer o sufrimiento
- Me siento valorado o menoscabado
- Mis compañeros son competidores o camaradas
- El profesor es un jefe autoritario o un maestro facilitador
- Aprender es divertido o algo grave
- El error es aceptado o castigado...

### **13. Para seguir reflexionando:**

¿Cómo fue mi situación de aprendizaje cuando era niño? ¿Era forzada, era gozosa? Intento verme en mi sala de aula y recordar.

Y hoy, cuando aprendo algo como es ese momento liviano, forzado, gustoso, oprimente... ¿Cómo experimento lo que aprendo hoy?

¿Cómo registro la emoción de mis alumnos, están alegres, tristes, confundidos, atentos, angustiados, presionados?

¿Cómo están mis emociones en la sala de aula; estoy alegre, triste, confundido, atento, angustiado, presionado? ¿Puedo abrirme y dar afecto, sentir que eso que estoy haciendo me da gusto?, ¿puedo recibir afecto?

## 5° LLAVE: Diálogo generacional

### Paisaje de formación y objetos tangibles e intangibles

#### “Improvisación de una escena teatral”

Para facilitar el rescate de los diferentes paisajes de formación y sus correspondientes objetos tangibles e intangibles, invitamos a la improvisación de una escena teatral.

Los participantes se dividen en grupos para organizar una breve escena teatral, en la cual se ponga de manifiesto la brecha generacional.

Definir: -conflicto (Ej.: "hay que hablar bajo porque papá duerme", "hay que preparar la tarea escolar y no tenemos ganas", "estamos viajando en el colectivo y sube una persona mayor", "siempre me toca hacer las tareas domésticas a mí", "quiero hablar con ellos pero todos están con sus teléfonos celulares", -contexto donde transcurre la escena (lugar y época en la cual se desarrolla el conflicto), -personajes, -apoyo en los mencionados objetos.

#### Sensibilidad de la época.

#### “Yo soy hija/o de...Yo soy madre/padre de...”

Para facilitar el rescate de aquel tono afectivo del paisaje de formación personal proponemos la siguiente dinámica que podríamos llamar “rueda de síntesis poética”

Personalmente y a modo de presentación, lo hacemos ante los otros manifestando:

“Yo soy hija/o de...Yo soy madre/padre de...”

En alusión a como ha operado en nosotros ese Paisaje de Formación a la vez que manifestamos la posibilidad abierta de un futuro querido dando nacimiento intencionalmente a un nuevo paisaje.

Ej.: -Yo soy hija/o de padres que siempre estaban ocupados con su trabajo

-Yo soy hija/o de la dictadura militar

-...

-Yo soy madre/padre de la nueva educación

-Yo soy madre/padre de las nuevas alternativas

-...

#### Otra opción:

#### “Teatro-foro” (inspirada en la técnica de Augusto Boal)

En este caso nos apoyaremos en este método intentando poner en escena la brecha generacional.

1.- Un grupo de “actores” construye una escena donde aparecerá un conflicto sin solución aparente. La escena dura unos 5’/10’ minutos aprox. (se pueden utilizar objetos como apoyo).

2- Se vuelve a pasar pero es en este momento, cuando los espectadores tienen la posibilidad de convertirse en “espec-actores”.

Cuando en uno de los momentos de la escena ocurra algo donde ellos puedan ofrecer otro punto de vista proponiendo una acción de cambio, el “mediador”, para la escena diciendo “¡alto!”. Es allí cuando se le propone al actor/personaje probar actuar desde otro punto de vista, o bien, el espectador puede pasar a la escena modificando él mismo.

Aclaración: los cambios que sugieran los "espec- actores" se sugieren al personaje más “vulnerable” y más “sensible”, en el teatro foro se le llama "oprimido", ya que su contraparte, el "opresor", aquel personaje que claramente es quien genera el conflicto, la violencia, en su discurso intolerante, en su acto discriminador, etc..., en general se considera que será más difícil que cambie su punto de vista.

#### Intercambio

## Bibliografía:

- Aguilar, Mario; Bize, Rebeca, *Pedagogía de la Intencionalidad*, Ed. Homo Sapiens, Rosario, Argentina, 2011.
- Ammann, L, *Autoliberación*, Ed. Altamira, Argentina, 2004.
- Silo, *Apuntes de psicología*, Ulrica, Rosario, 2006.

