

SIKKHONA EDU: "ESTAMOS AQUÍ"

La muerte de un familiar desencadena una conversación sobre el miedo.

En una conversación, en el día a día del aula, aparece el tema de la muerte, la muerte propia y la de las personas que amas, el miedo de que las personas que quieres puedan sufrir, las enfermedades de las personas que se hacen mayores ... Por otro lado, aparecen algunas preocupaciones que se relacionan más con temas personales, de relación con los demás: que se rían de mí, que me miren mal, que me dejen de lado ...

Carmen es la madre de Carla, una niña de la clase. Con ella hablamos sobre cómo actuar en la gestión de determinados conflictos y dinamizamos unas acciones en la clase, en una sesión donde encaramos el tema de los miedos en general y de los miedos a los demás, desde una perspectiva amplia, buscando entender qué es el miedo, como una estrategia de supervivencia de los seres vivos, como una emoción anclada dentro de un cerebro primitivo que con la evolución humana ha ido conquistando el territorio de la conciencia, la reflexión, la imaginación y la toma de decisiones. Y nos proponemos explorar posibles mecanismos de control y gestión de emociones como el miedo o el enfado.

En este contexto, aparece el miedo a sentirnos mal delante de los demás, al cómo nos ven o a qué piensan de nosotros, el miedo a equivocarnos, a no hacer las cosas lo bastante bien, a sentir que nos dejan de lado, a quedarnos solos ... y las reconocemos y nos reconocemos como personas con unas emociones y unos miedos que todos sentimos.

Sikkhona EDU, un recurso para descubrirnos a nosotros mismos y a los demás.

Carmen nos trae las imágenes de Sikkhona EDU y nos las deja. Un día, más adelante, extendemos todas las cartas sobre las mesas de la clase. Los niños y niñas van paseando mirándolas, buscando y eligiendo una que los identifique. Después, en círculo, cada uno muestra su carta y explica porqué la ha elegido. Las razones son de diferentes tipos, algunas muy personales e íntimas, otras relacionadas con un recuerdo, algo que hicieron un día, algo que les gusta hacer ... Al hacer la ronda, también jugamos a adivinar el motivo de la elección. Cada uno enseña la carta y el compañero que tiene al lado nos cuenta cuál cree que es el motivo de la elección que ha hecho el otro. De esta manera vamos remarcando el interés por conocer a los demás, de darnos cuenta de lo que sabemos y de lo que no sabemos de ellos ... y de qué podemos ir descubriendo. Queremos prestar atención al otro como persona única, que es mucho más de lo que vemos desde fuera, que abarca todo un valioso mundo, lleno de sorpresas.

En una segunda sesión, y con motivo de elegir un nuevo compañero o compañera para sentarse a la mesa, volvemos a hacer el juego. Esta vez buscamos una imagen que pensamos que puede representar a otra persona con la que no nos relacionamos con demasiada frecuencia y que quisiéramos conocer mejor. Cuando la hemos escogido, buscamos esa persona, le enseñamos la carta y le decimos por

qué lo identificamos con ella. De esta manera se van formando grupitos y cuando termina la sesión, compartimos cómo nos ha ido, quién ha elegido a quien, con qué carta, por qué ...

Reconocernos como personas y como comunidad a la que nos sentimos vinculados.

En el tiempo del confinamiento, por Covid-19, hemos ido buscando la manera de mantener la comunicación, el vínculo con la vida de la escuela, de la pequeña comunidad del aula. Es un reto seguir aprendiendo juntos pero también seguir sintiéndonos cerca unos de otros, seguir sintiéndonos grupo.

Es con esta intención que volvemos a utilizar las cartas para jugar juntos. En las videoconferencias individuales, les voy enseñando las cartas y los niños y las niñas hacen su elección, después de sonrisas en señal de complicidad y reconocimiento. Cuando hacemos los encuentros virtuales, en grupo, jugamos a adivinar quién ha elegido la carta que muestro. De nuevo este pequeño objeto nos invita a querer saber quién y por qué. Y buscar una comunicación que nos traslade más allá de lo que percibimos de nosotros mismos y de los demás.

Pensar en quiénes somos y quién es el otro, en este momento, nos acerca y nos conecta. Supone un retorno al tiempo juntos en el aula. Es una situación que nos hace sentir a todos parte importante del grupo, que nos incluye y nos ayuda a recuperar la historia y la cultura común. Además, el contexto de comunicación que se genera, nos sigue acercando a comprendernos como seres humanos, diferentes e iguales, valiosos todos.

Helena Forrellad
Maestra Escola Bellaterra