



Áreas vitales y Primeros auxilios Pedagógicos

Juan Carlos López

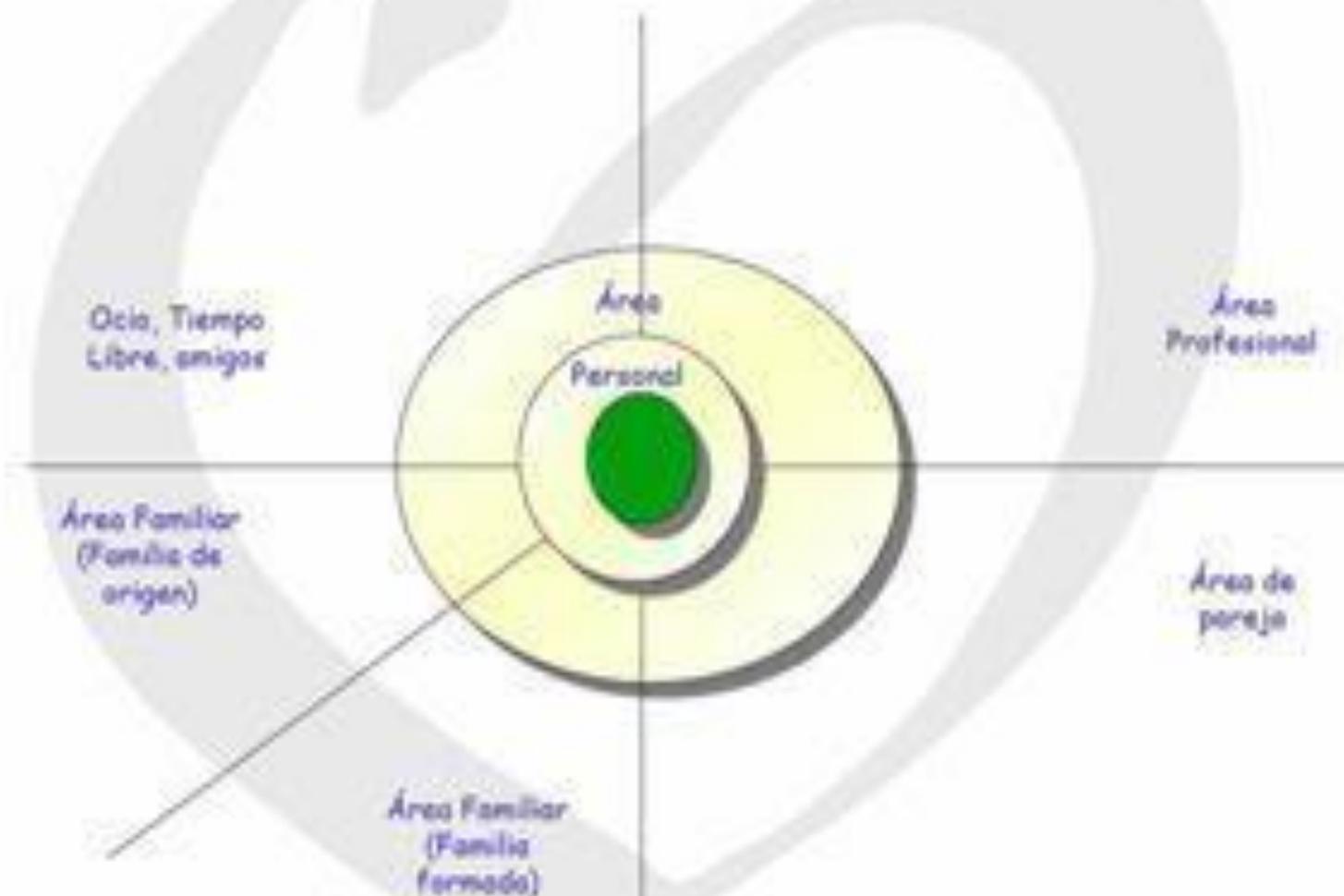
24 febrero 2021

Técnica del círculo de supervivencia



Esquema de las 5 áreas vitales

(Tomado de Roberto Kertez)



Esquema de las 5 áreas

- Cálculo del tiempo dedicado en cada área
- Análisis del estado de cada área

Ejercicio de escribir

Cuanto tiempo dedicas a cada área vital

A tu ocio, a tu pareja, a tu familia creada, a la familia de origen, a la profesión

Cómo te sientes en cada área. Durante y después

Desearías algún cambio. Escribe: Necesito.. Quiero..



EMPEZAMOS CON EL AMOR-DOLOR

- <https://www.youtube.com/watch?v=FY1yKj0RkvE>





PARAR
PARA
REPARAR



Que la vida te
de un sarténazo





Planta que
no cuidas

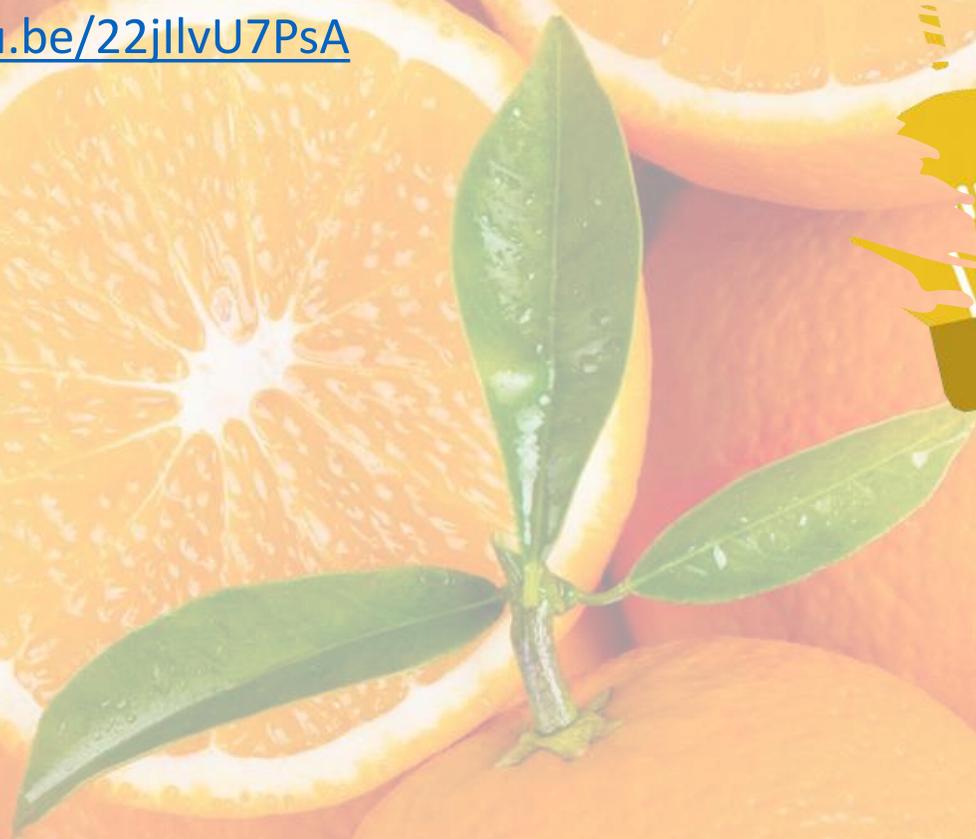


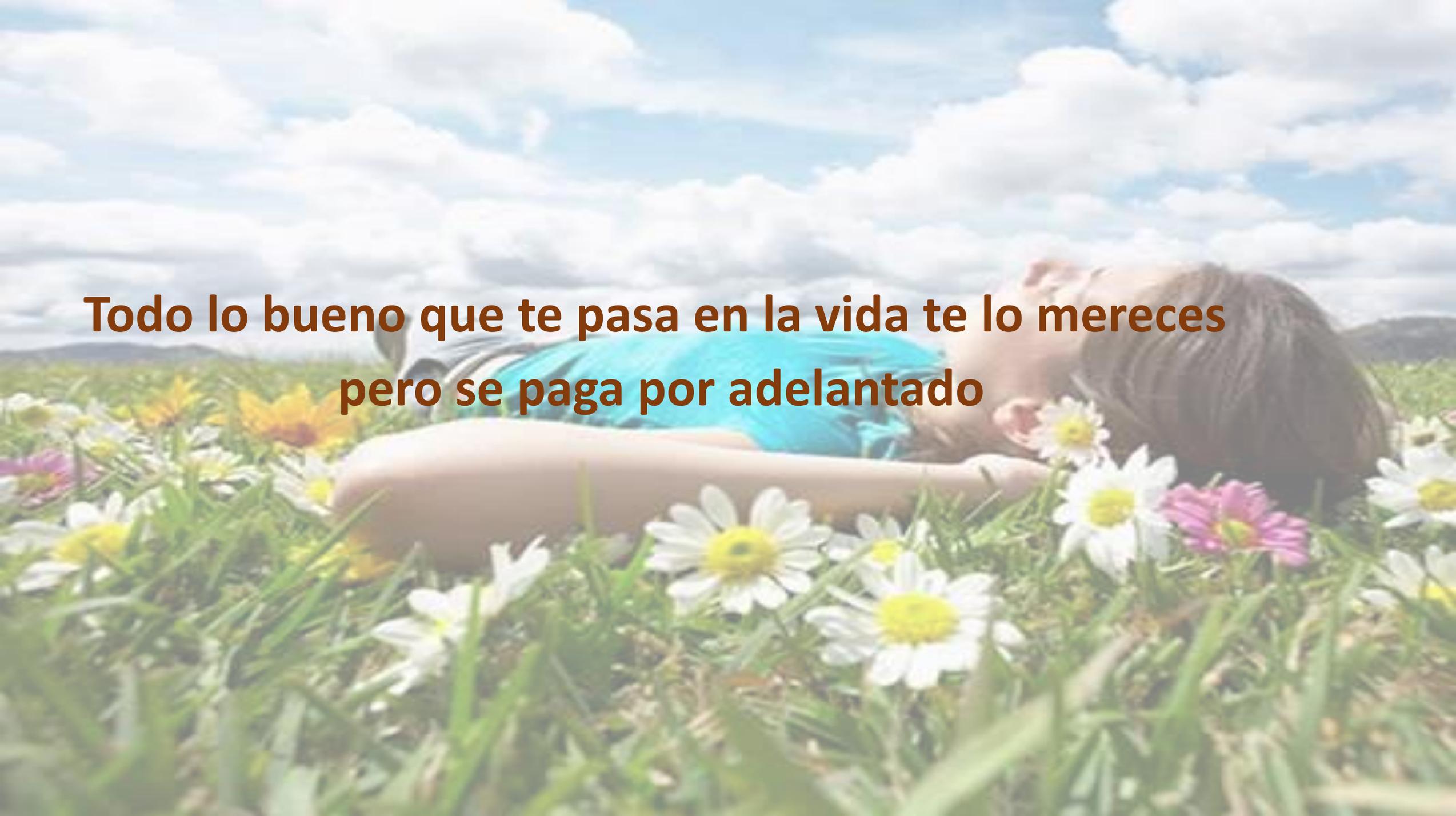
Planta que
se muere

La naranja: Wyne Dyer



- <https://youtu.be/22jllvU7PsA>



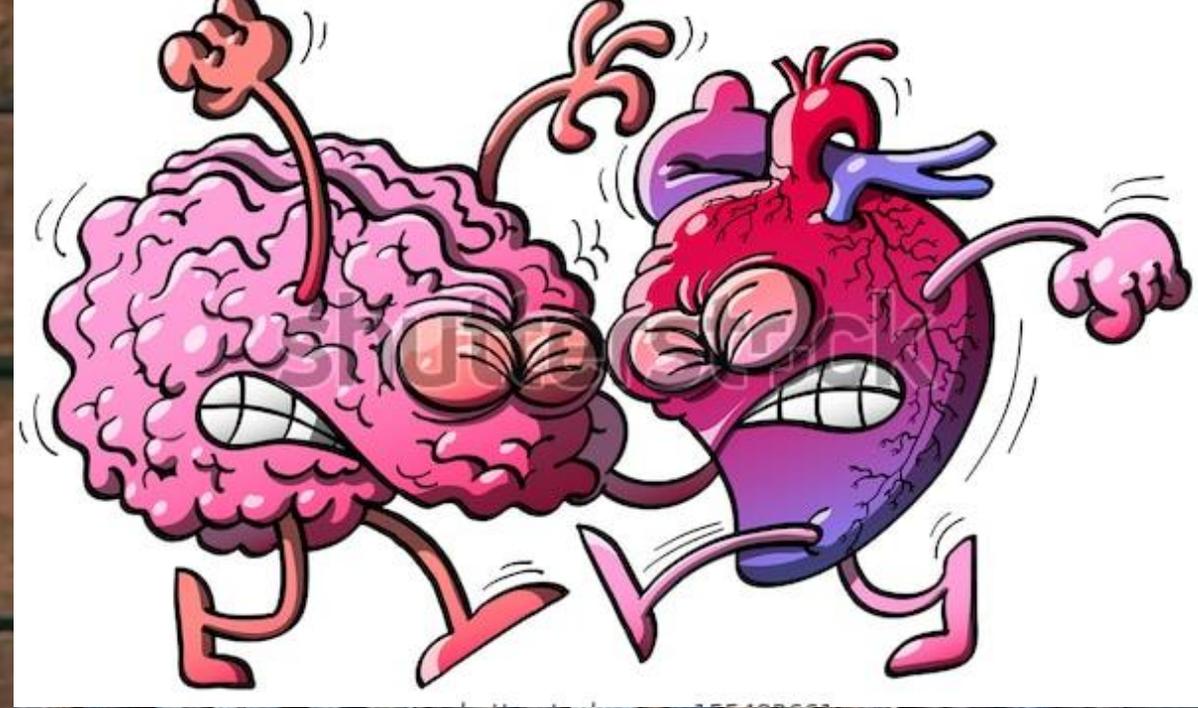
A person with long dark hair, wearing a bright blue t-shirt, is lying on their back in a lush field of green grass and white daisies. The person's head is tilted back, and their eyes are closed, suggesting they are resting or sleeping. The background features a bright blue sky filled with large, fluffy white clouds. The overall scene conveys a sense of peace and relaxation.

**Todo lo bueno que te pasa en la vida te lo mereces
pero se paga por adelantado**

Poner fin a la guerra interior

El equilibrio o felicidad cuando firman la paz cerebro y emoción

- Jose Luis Marín-





Cada pensamiento genera
una emoción

Cada emoción moviliza un circuito hormonal
que impacta en 5 trillones de células



PENSAR NO ES INOCUO



Mascarilla emocional:

proteja de pensamientos negativos



LA MENTE NO DIFERENCIA

- Entre real
- E imaginario



The image features two hands clasped together in a firm grip. The hand on the right is painted with vibrant, multi-colored body paint in shades of blue, orange, and red. The hand on the left is a natural skin tone. The background is a solid, deep purple. On the left and right sides, there are vertical borders of smooth, multi-colored pebbles in shades of grey, blue, and brown. A black circular graphic with a thin white border is positioned on the left side, containing the text.

PREFIERO
TENER
PAZ A
TENER LA
RAZÓN



Sí, a todo



YES TO ALL

El pez **Koi** crece en función del tamaño de la pecera



Darwin:

No es la especie mas inteligente o mas fuerte la que sobrevive, **sino la que se adapta mejor**

El éxito en la vida no es tener una buena mano,

sino en saber jugar una mala mano.



Si hay una empresa importante, eres tú

Tú eres el **director general**

Diseña el plan





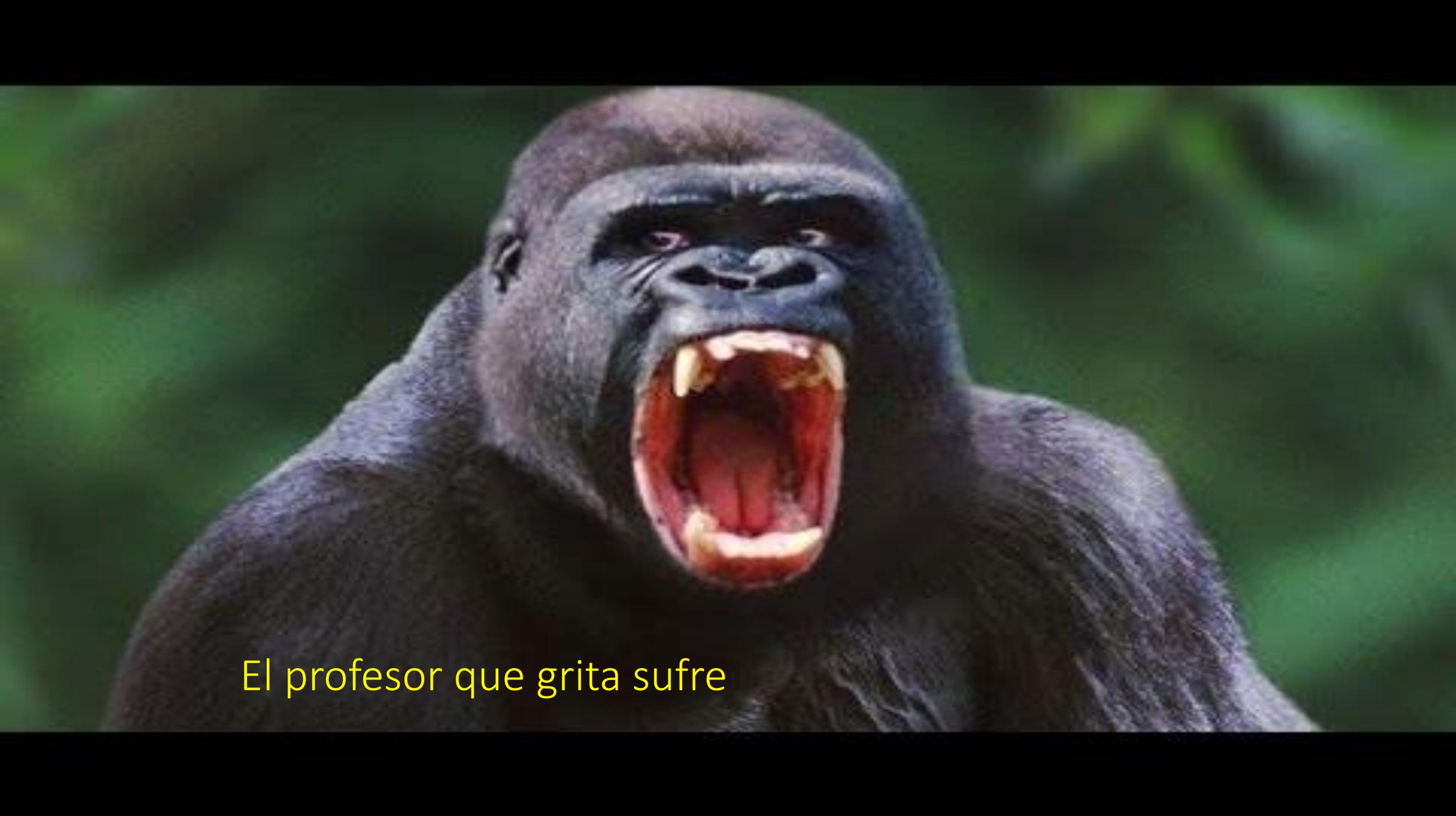
ADMIRACION

Es el amor congelado

IRA

- “Lo que empieza con cólera acaba en vergüenza”.
Franklin
- Secuestro emocional
- CUANDO SUBE LA IRA BAJA LA INTELIGENCIA





El profesor que grita sufre

SOLUCIONES A LA IRA



- **Se prudente** no puedes expresar todo lo que sientes.
- **SINCERIDAD, Y SINCERICIDIO**
- Practica un **idioma sereno**

“Yo no lo haría de esta manera , pero respeto que lo hagas así”

La toma de tierra



SOLUCIONES A LA IRA

- Enseña al **cerebro alternativas:**

En vez de **gritar a otro,**
escríbelo

si lo escribo el cerebro tiene otra ruta para resolver la situación

- **No estar en tensión**
- **Sonreír**
- **Sentarnos de forma relajada**

- Deberes
- Cuando **no sabe hacer algo** en clase
- Cuando algún amigo se **ríe de él**
- Cuando no quieren **jugar con él**
- Cuando le **quitan el material**
- Cuando se **queda en el comedor**
- Cuando **no ha traído los deberes**
- Cuando **no quiere ir a casa**
- Cuando **le viene a buscar alguien que no le gusta**
- Cuando **hay EF** y no se le da bien

Como acumula tensión un niño



Protesta. Rabia.

- La **rabia es muy destructiva** y necesita **canalizarla**
- Es importancia que haya **una verbalización** para que haya constancia de haber sacado la rabia.
- Para expresarla necesitan **estar protegidas** por **alguien que las quiera**
- Y recibir **el permiso** para canalizarla
- Se puede **dibujar, escribir, arrugar, pisar**



Sacar la rabia de manera sana

- **No hacer daño** a nada ni a nadie que no este hecho para ese fin
- **Gritar**, sin gritar a nadie (al dar a la pelota)
- **Dibujar en la pelota** el nombre de quien tengo rabia



Trabajar la rabia

- Jugar a los monstruos con dos calcetines con boca
- Golpear foto, **romper el dibujo, golpear una carta.**
- **Pintarse en la suela de zapatos** y salir a correr
- **Visualizar que destruyo la foto**
- **Rayar periódicos** mientras se grita
- **Deporte:** de raqueta
- Pizarra,
 - verbalizar si no se atreve escribirlo y borrarlo.
- Toalla



Intransigentes crónicos

- Quejicas permanentes
- Insensible al dolor ajeno
- Desahogo razonable
- Hay gente que lleva **5 años enfadado con la humanidad**



RESPIRACIÓN COMPLETA



Niños
con
y en
dificultades.



Yo puedo hacer la diferencia





La ventana rota

Todos tenemos el mismo derecho a ser diferente





Detrás de una conducta negativa
hay un sentimiento negativo

El que se siente mal aprende mal

GENEROSIDAD

DOCENTE



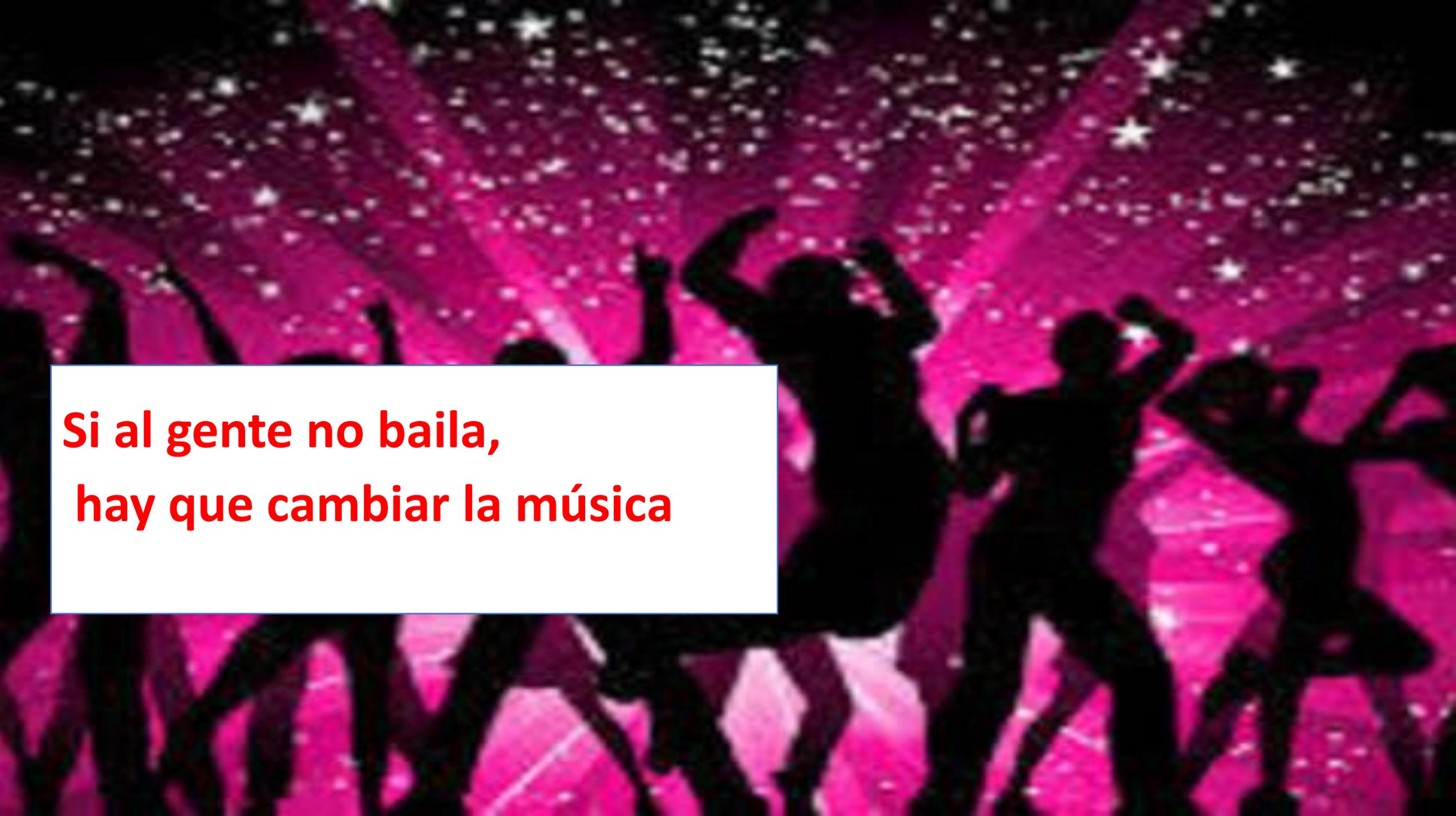


Hay que dejar huellas,
no cicatrices.

Octavio Gonzalez

"When you have a chance to help someone, and it's easy for you to do...just do it."





**Si al gente no baila,
hay que cambiar la música**



Niño aburrido monstruo potencial

- Al menos después de su paso por la escuela **no deberían ser peores.**
- Al final de sexto de Primaria/ESO **no pueden estar igual que en tercero** pero

Con la autoestima más baja.

- **No culpar al maestro anterior**





- Se imaginan Vds., que caen enfermos y van al médico:
 - **este les cura, pero no les riñe.**
- Al que no sabe se le explica, **se le enseña, pero no se le riñe.**
- Ellos no son los culpables de sus dificultades.



- Cuando son **muy dóciles**
- puede pasar la hora **desapercibidos y aletargados**
- Debemos **estar alerta** para que no pierdan la clase.

GRACIAS PROFE



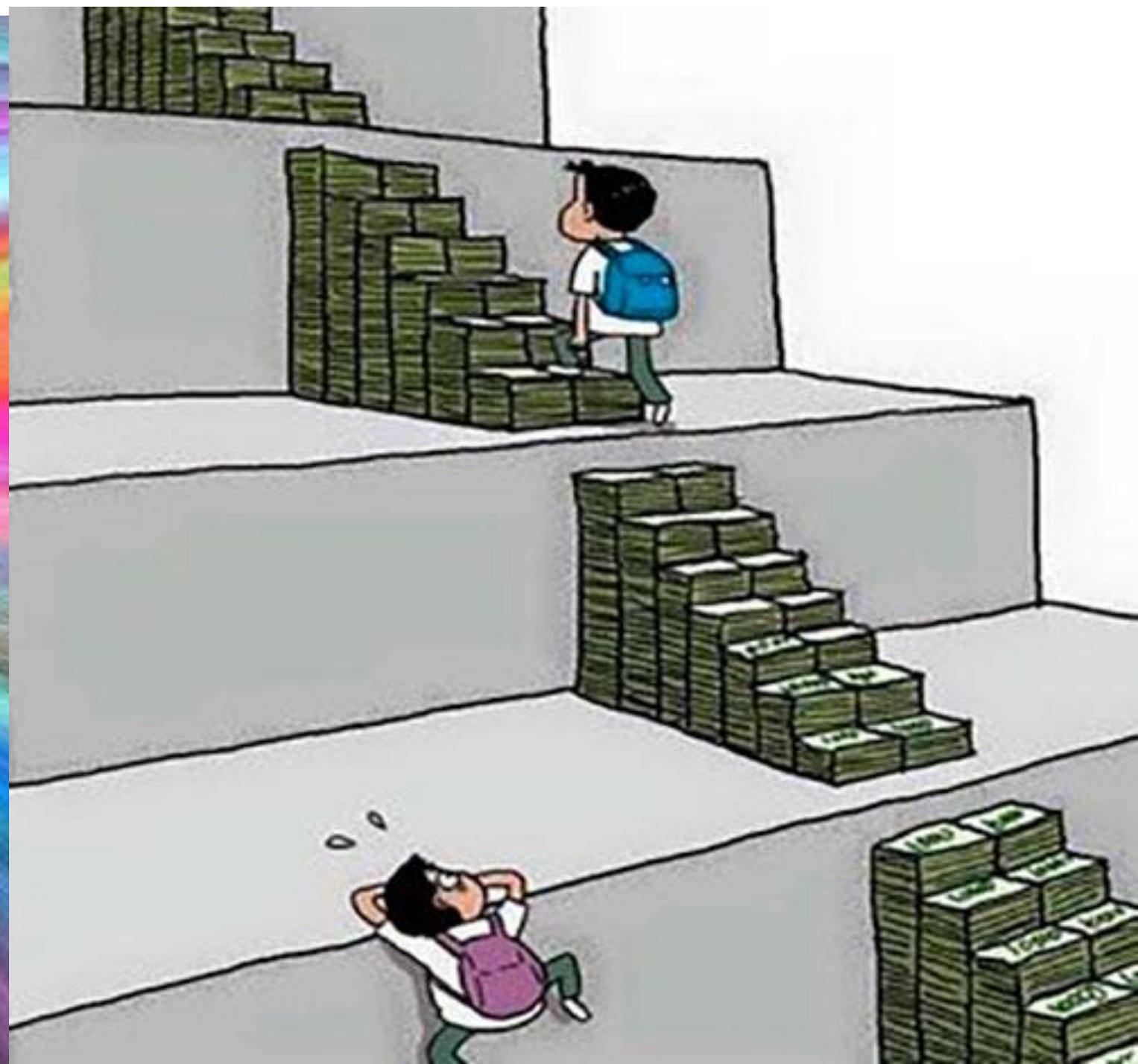
Sacar el máximo posible sin amargarlos y sin amargarnos, pero el máximo posible de algunos es muy mínimo.

- 
- Lo más grave es, que nosotros les tratamos como torpes,
 - A los más capacitados muchas veces les damos pistas



Elitismo motiviz

El alumno que se parece al profe
le trata mejor



The difficult child es unhappy

Neill



No caer en la Hipercorrección

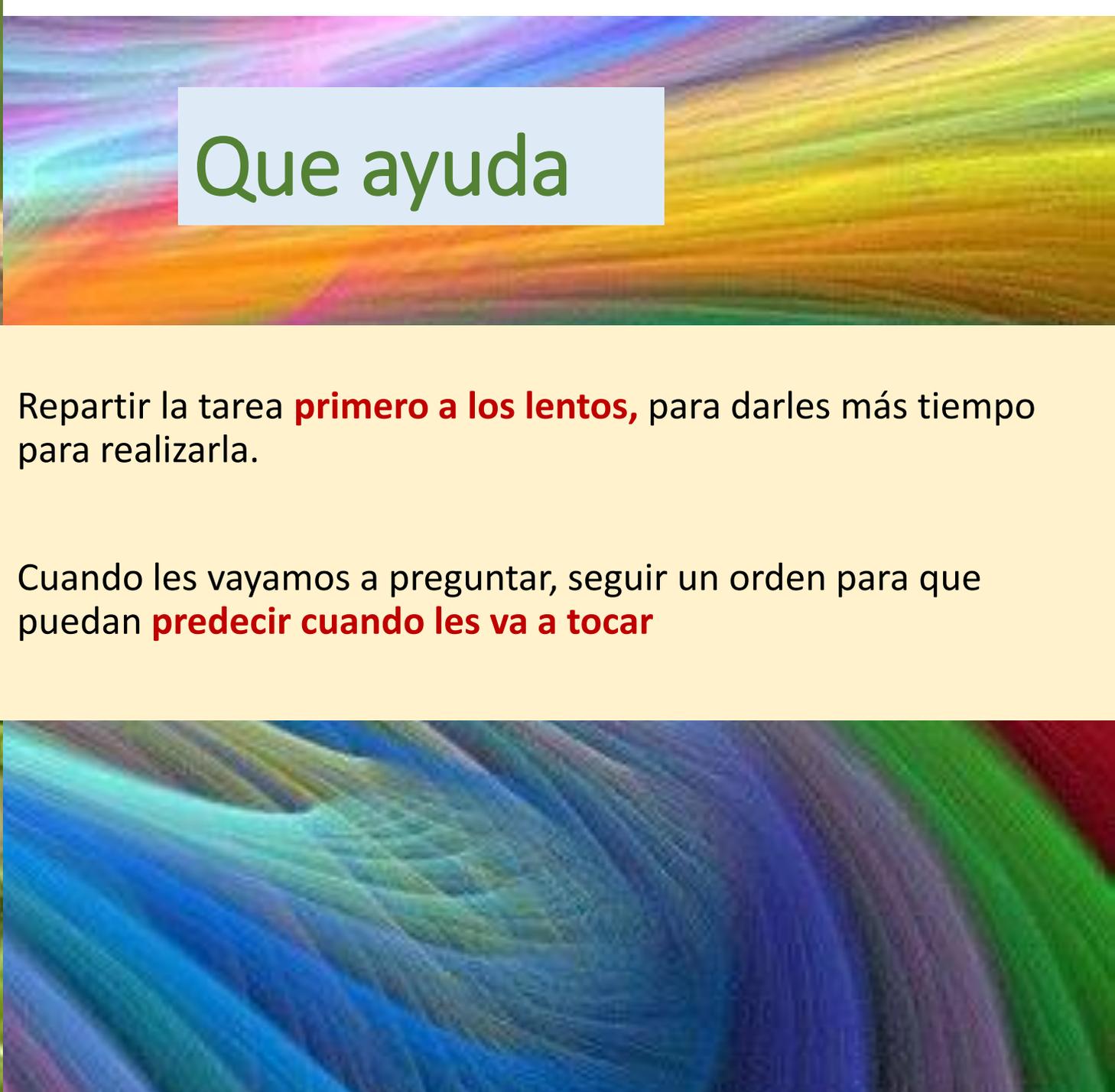
No debemos convertirnos en policías del error.





Que ayuda

- Repartir la tarea **primero a los lentos**, para darles más tiempo para realizarla.
- Cuando les vayamos a preguntar, seguir un orden para que puedan **predecir cuando les va a tocar**



Como ayudarles

Si les preguntamos algo que tienen que saber,

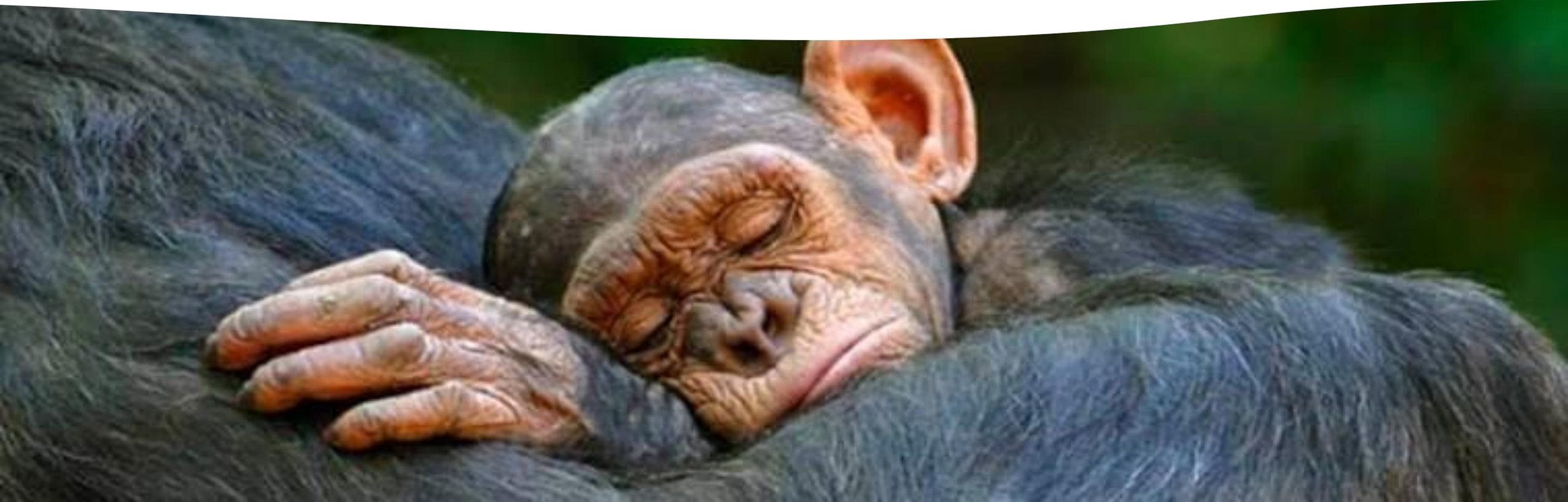
- hacerlo a **ellos primero** para que sus compañeros “nos le quiten las respuestas fáciles”.

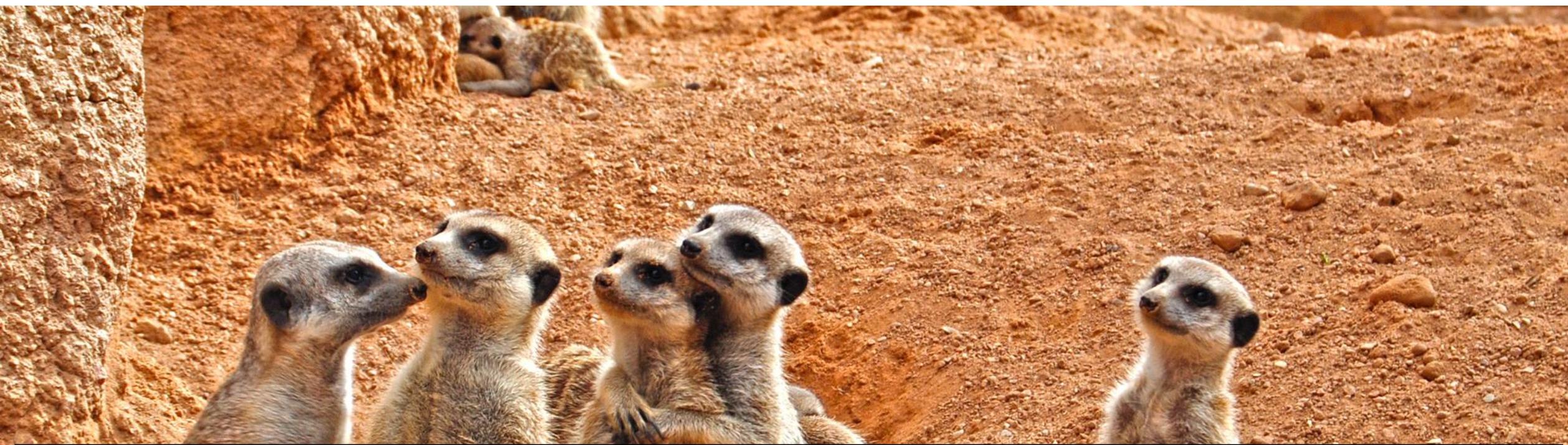
Pero si es una **pregunta machacona,**

- se les pregunta los últimos para facilitarles el aprendizaje por repetición de sus compañeros



- Su **colocación en el aula es vital**
- Un día una alumna que había copiado el verbo “To have” sin “h” y con “b”, cuando se lo hice saber, me respondió **“lo siento, no lo hecho adrede”**.
- **No hacen las cosas mal para fastidiarnos sino porque tiene dificultades.**





- Con los alumnos inmigrantes **aprender algo de su idioma**
- Llamar a los niños con alegría no con ironía (*no caer en: A ver Pedro, ¿a qué no has hecho los deberes? ¿A ver que piltrafa me traes hoy?..*)
- Y por un momento pensemos que podrían ser **nuestros hijos**



Lo único que no
se puede operar

- Ponerte brillo en los ojos

Lola Flores

- Esa operación las dan **las palabras**
- Hay que hacer brillar los ojos a la gente
- Mi obligación como padre como maestro



Las palabras abren cajas emocionales

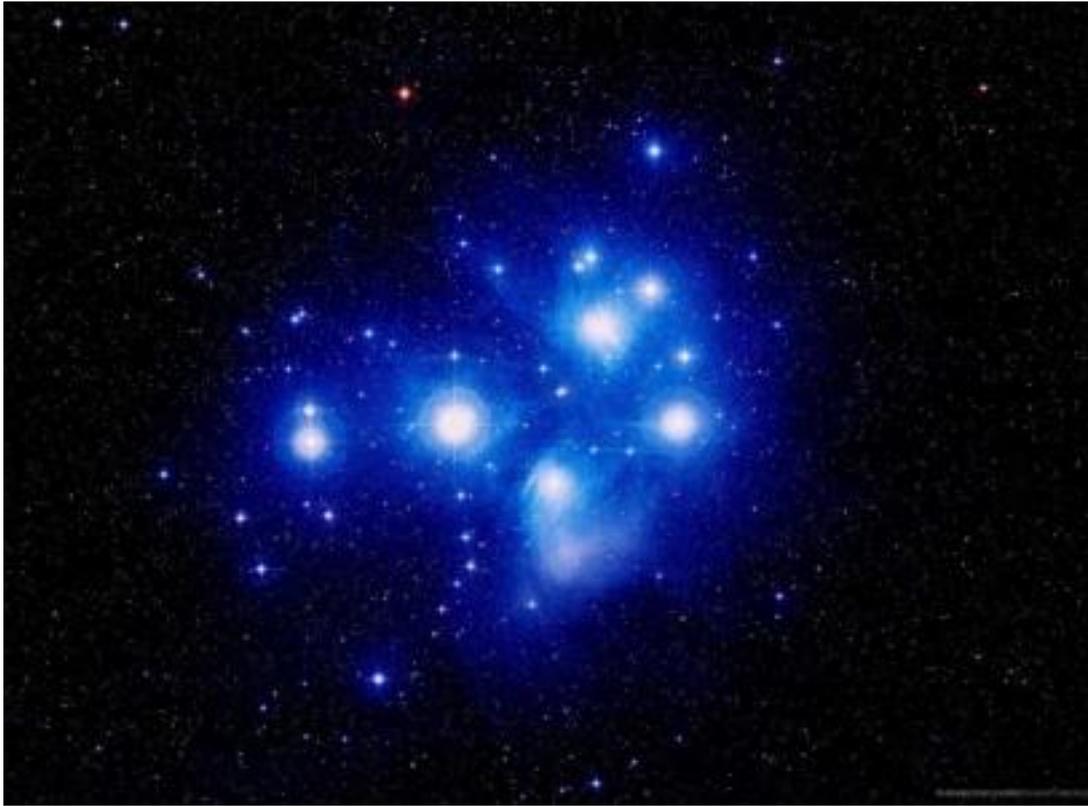




Emociones

- No vale café para todos
- Observa
- Escucha
- Pregunta





No se puede molestar a una flor

Sin importunar a una estrella



No es fácil , tampoco imposible





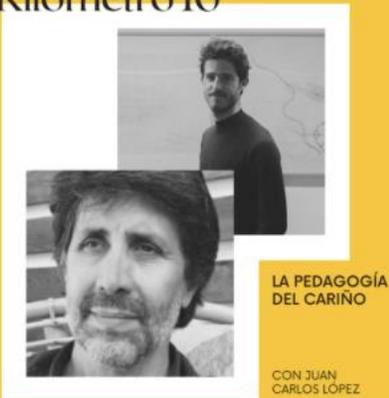
"A ver si para
que a tus
hijos no les
falte de nada
les estás
faltando tú."

Fernando Botella

Gestionando *hijos*
saber *más* para educar *mejor*

<https://acortar.link/arzCe>

Kilómetro 10



EPISODIO DE PODCAST

Kilómetro 10 - La pedagogía del cariño (Juan Carlos López)

Educación con propósito

AUTOMASAJE

- cara





desmotivaciones.es

Las Cuatro cosas importantes

Del amor, Un solo corazon, El cariño, La confianza

Las cuatro cosas más importantes para tí

Comunicar malas noticias

2.- Preguntar si esta sola, invitar a este con familiares

- Le invitas a sentarse
- Usar el nombre y su parentesco
- Su marido, su hermano
- Si es verdad decirle que ha estado sedado y que no ha sufrido
- Con frases previas: desgraciadamente, por desgracia, lo siento mucho
- Repetir la información más veces porque esta en shock





Recordatorio del DUELO

Entender y atender la pérdida de un ser querido

DUELO EN LOS NIÑOS

- **El niño piensa:** soy culpable, miedo a quedarse solo
- **Cuidado con lo que decimos** (llévame contigo)
- Debe ir a los **rituales funerarios**
- Dar la noticia con **cuidado y protección**

- **No descalificar su emoción**
- **NO MENTIR**

- **NO DECIR** no pasa nada
- **Se ha ido al cielo, VIAJE**
- Hacer ver que es **irreversible**



Fases del duelo

- RACIONALIZACION.
 - EMOCIONAL
 - CIERRE
- NEGACION
 - RACIONALIZACIÓN
- RABIA
 - MIEDO
 - TRISTEZA
 - ACEPTACION EMOCIONAL
 - PERDÓN
 - GRATITUD
 - NUEVOS APEGOS



Racionalización

- Los **rituales sociales** (velatorio, entierro) ayudan a conseguir la certeza



RACIONALIZACIÓN

- Necesitamos **entender lo que ha pasado**:
- **Un creyente** que Dios se lo llevó.
- Un **médico**, que el corazón dejó de latir o que las las células se pusieron malas.
- Es necesaria para que sea consciente que la relación se **termino para siempre**



Protesta. Rabia.

- Lo normal es sentir rabia y ganas de protestar contra **todo**
- Rabia **por la muerte**
- Por lo que **nos hizo**
- Por lo que **no nos hizo**





RABIA

- La familia **no debe tomar la ira** como algo personal
- Debemos facilitar **técnicas** para expresar el dolor y rabia
 - para no bloquear el proceso del duelo
- Es necesaria sacarla sin hacer daño a nada, ni a nadie, ni a nada

Fase de tristeza, (Depresión: Kubler Ross):



- La tristeza es la emoción **menos penalizada**.
- Es **contraproducente intentar animar al doliente**
 - y sugerirle ver la lado positivo de la cosas
 - Esto es como que no debe vivir su duelo.
- Si se le **permite aceptar el dolor**, le será más fácil la aceptación final

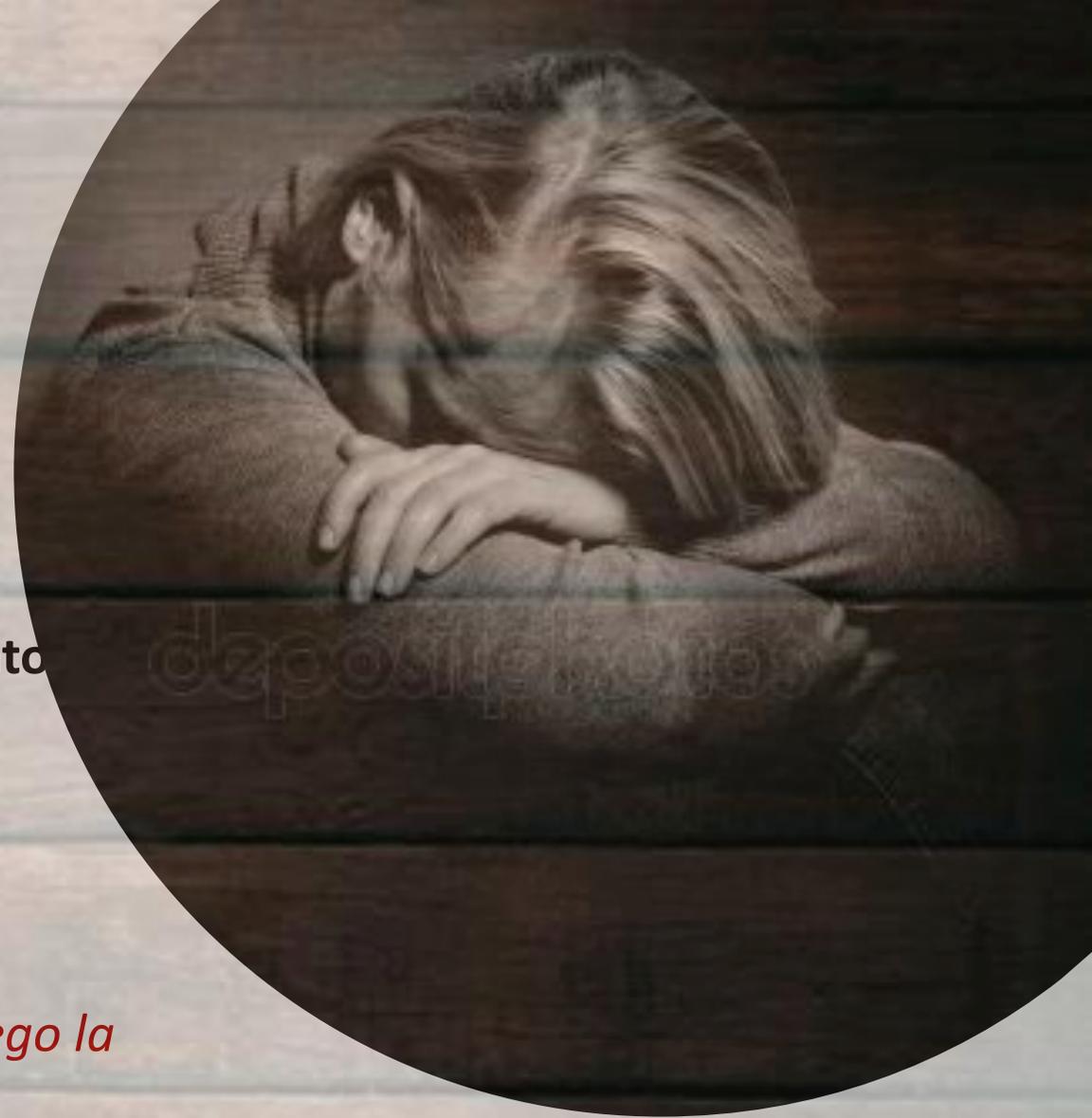
Frases que ayudan

- Puedes llorar
- Eso debe ser muy duro
- Esta bien que lo veas así
- Necesita algo de mi
- El haberlo compartido es un regalo para mi



- Se necesita **comunicación verbal**
 - Ir hablando de cosas que echa de menos
 - Hablar sobre lo que les ha puesto triste les puede ayudar a **calmar el sentimiento**
- **Acariciar la mano**, estar en silencio
- La manera adecuada de expresar al tristeza es el **llanto**
 - **La tristeza se llora para poder sacarla**
- Permiso para **llorar y reconfortar con un abrazo**
 - **Masajear el cuello y los hombros**
- Animar a que **dibujen o escriban** lo que le pone triste
- Muchos niños necesitan primero **sacar el enfado y luego la tristeza**

- **La excesiva intervención dificulta el duelo**





Que no hacer cuando lloran

No comparar

No bloques el llanto

No le preguntes que le pasa

No le quites importancia

No le distraigas

No hagas como si nada

Acompañar la tristeza

- Mantente presente
- Cercanía
- Validación de la emoción
- Mantén la calma



Aceptación emocional

- No confundirla con una etapa feliz
- Esta casi **desprovista de sentimientos**
- Empieza a sentir se **cierta paz.**



Perdón



- Perdonar supone **no dejar nada pendiente**
- Cuando en el duelo se expresa totalmente la rabia
 - **podremos perdonar**
- Con el **perdón renunciamos al rencor**
 - A la venganza
 - A sentirnos víctimas



- Recordar los momentos gratos de la relación



Cómo hablar sobre la muerte con nuestros hijos

Muchos adultos tienen dificultades para tratar este tema con los niños

de Juan Carlos López

Correo electrónico: juanCarlos68V@hotmail.com

La muerte es un tema del que huimos hablar y pensar. Es algo que nos llegará a todos, pero no nos lo creemos, y por ello nos sorprende "sin haber hecho los deberes". El saber que nuestro tiempo es limitado (¡no lo desaproveches!), nos invita a ir quedándonos en paz, con uno mismo y con los demás. Estos son los deberes. Alguna vez he escuchado, "al atardecer de la vida, te examinarán del amor"... por ahí van los tiros.

La muerte es parte de la vida, es una puerta, una puerta que no sabemos (¿o sí?), lo que hay detrás, que los que la atraviesan no vuelven (¿o sí?) y por ello, la despedida o el hasta luego sin fecha, nos causa dolor. Desde que nacemos hasta que morimos estamos de mudanza.

Elizabeth Kübler Ross, en su libro "Carta a un niño con cáncer", explica la muerte en una metáfora de que somos como una oruga que llegado el momento, cuando pasamos la puerta, nos convertimos en mariposa, al morir. Tanto Elizabeth como Pablo Dominguez, en "La última cima", nos tranquilizan, compartiendo muchas experiencias, y nos dicen que se trata de una puerta abierta, donde son muchos seres queridos los que nos esperan al otro lado. Y detrás de

en cualquier momento, viviríamos de forma más intensa y profunda la vida. No dedicáramos el tiempo a muchas disputas banales y nos ocuparíamos de vivir de forma plena lo que se nos presenta en cada momento. Decía John Lennon, "la vida es lo que pasa mientras estamos ocupados haciendo otros planes", dejemos los planes, y vivamos.

Sobre los que atraviesan la puerta antes que nosotros, recorda que "un ser querido no muere.... mientras siga en nuestros pensamientos", y que, aunque "el agujero" que deja el ser querido, siempre existirá, y nunca dejaremos de echarlo de menos, el escozor de su ausencia no nos debe impedir volver a ser feliz, porque el desconsuelo también forma parte de la vida, porque añorar a tus muertos es una manera de llevarlos contigo.

QUÉ HACER CUANDO SE PIERDE A UN SER QUERIDO

En primer lugar hay que estar ahí, recuerdo cómo Don Eladio, me solía decir: "Juan Carlos, hay que estar siempre en todos los nacimientos, y en las defunciones". A veces estaremos en la distancia, para ocupar el hueco del silencio y la soledad, estaremos para dar un pañuelo cuando le falte, el hombro cuando no tenga donde apoyarse; en el funeral sabremos estar, y no estar, y ayudaremos en estos momentos difíciles de aturdimiento.

No nos pedirán ayuda, pues el duelo es mudo, pero debemos estar ahí para dársela. Pues el duelo duele.

No podemos hacer que desaparezca su pena. Debemos saber que necesita calmarse, que acepte su dolor y así lo haremos. No tratar de evitar sus lágrimas. Verle llorar será duro, pero saber que es un modo saludable de expresar su pena.

Comprender sus enojos y sus malos momentos, permitirle hablar, gritar, llorar... Os aseguro que llorar es bueno, por eso simplemente sentaros a su lado para llorar con él. Recordar que hablar de nuestra pena nos ayuda a calmarla.

Recordar que no pasa el tiempo igual para el que sufre que para el que ve sufrir.

No tratar de comparar su pena con otras, sed conscientes que la suya es única.

No decir que imaginas cómo te sientes, pues nadie lo puede sentir.

No decir que olvide y siga su vida, pues hoy, esto es su vida.

Saber que está demasiado herido para pensar más allá de hoy. Aprender a aceptar su duelo sin interferir en él.

Usar el lenguaje del cariño, del contacto, y del silencio.

CÓMO PRESENTAR LA MUERTE A LOS NIÑOS

Muchos padres y madres tienen dificultades para hablar de la muerte con sus hijos y se les intenta ocultar para que no sufran. Esto, en vez de ayudarles, en muchos casos les perjudica.

Necesitamos contarles cuando un ser querido está muy grave, que puede morir, en vez de tratar de ocultárselo, pues aunque lo intentemos, ellos captan que algo está pasando. Conviene hacerles partícipes del proceso de enfermedad y de muerte; hablarles con naturalidad.

Hasta los cinco años los niños aceptan la muerte con bastante naturalidad, sienten la pérdida, pero como viven el presente, continúan su vida normalmente.

A partir de esta edad conviene darles explicaciones y compartir sus sentimientos. Si esto no se hace, pueden presentarse situaciones en las que les asalte el miedo o la angustia. Por ejemplo, si ha fallecido una persona de 40 años y sus padres tienen una edad parecida, pueden vivir con angustia.

En la adolescencia se necesita estar cerca de ellos, no suponer que porque ya son mayores están capacitados para aceptar y superar solos la muerte de alguien. Los adolescentes pueden querer hablar sobre la muerte con un amigo u otra persona que no sean sus padres. Se debe fomentar la comunicación.

QUÉ PODEMOS HACER

Acompañar a un niño en duelo significa ante todo no apartarse de la realidad que se está viviendo, con el pretexto de ahorrarle sufrimiento. Solamente en el caso de muertes repentinas e inesperadas, sería aconsejable apartar al niño durante las primeras horas.

No es aconsejable decir delante del niño cosas como "Yo también me quiero morir" o "¿qué

va ser de nosotros?"

Lo primero es la coordinación y coherencia entre padres.

La sinceridad y evitar el engaño es decisivo.

Dar la noticia lo antes posible. Pasadas las primeras horas de mayor dramatismo y confusión, buscaremos un momento y un lugar adecuado y le explicaremos lo ocurrido con palabras sencillas y sinceras. Por ejemplo, podemos decirles: "Ha ocurrido algo muy triste. Papá ha muerto. Ya no estará más con nosotros porque ha dejado de vivir".

Dar seguridad y tranquilizar que no fue culpa de ellos y que a ellos siempre les cuidará alguien.

Animarles a expresar lo que sienten. Aunque no siempre las expresen, los niños viven emociones intensas tras la pérdida de una persona amada. Si perciben que estos sentimientos (rabia, miedo, tristeza...) son aceptados por su familia, los expresarán más fácilmente, y esto les ayudará a vivir de manera más adecuada la separación.

Frases como: "no llores", "no estés triste", "tienes que ser valiente", "no está bien enfadarse así", "tienes que portarte como un grande"... pueden cortar la libre expresión de emociones.

Expresar nuestra tristeza con naturalidad. Estar triste es normal por la muerte de un ser querido. El niño puede y debe percibir que los adultos están tristes, o que lloran, que lo sienten tanto como él, pero evitaremos que pueda presenciar escenas desgarradoras de dolor y pérdida de control de los adultos.

Los expertos hablan de que los niños deben participar de los rituales funerales a partir de los siete años. Si es posible, es aconsejable explicarle con anticipación qué verá, qué escuchará y el porqué de estos ritos.

Explicar cómo ocurrió la muerte. Procuraremos hacerlo con pocas palabras. Por ejemplo: "Ya sabes que ha estado muy muy muy enfermo durante mucho tiempo. La enfermedad que tenía le ha causado la muerte" El niño puede tener miedo de morir ante cualquier enfermedad banal, por lo que es importante recalcarles que las personas solo se mueren cuando están muy muy enfermas, y tienen una enfermedad que muy poca gen-

te coge. En caso de accidente, podemos decir que quedó muy muy malherido, que los médicos y las enfermeras hicieron lo posible para "arreglar" el cuerpo, pero que, a veces, las medicinas no le pueden curar.

¿Qué podemos decirles si nos preguntan por qué? ¿Por qué ha muerto? ¿Por qué a mí? Son preguntas difíciles de responder. No pasa nada por decirles que nosotros no sabemos la respuesta. Es bueno se sepan que todos los seres tienen que morir algún día y que le ocurre a todo el mundo. Los niños en su fantasía pueden creer que algo que pensaron, dijeron o hicieron causó la muerte. Si un niño dice: "me hubiera gustado ser más bueno con mamá, así ella no habría muerto", debemos decirle con calma pero con firmeza que no ha sido culpa suya.

Si los padres están demasiado afectados para ocuparse de las necesidades del niño, puede ser conveniente que otra persona lo haga en un principio.

PREGUNTAS QUE NOS PUEDEN HACER

¿Qué sucede cuando una persona muere? ¿Adónde van los muertos?... La muerte provoca en el niño preguntas curiosas: "¿Tendrá frío?", "¿Puede comer?", "¿Sufre?"... y otras más profundas: "¿Verdad que cuando nosotros no existíamos, existían los que ahora no existen?", "¿Verdad que cuando se mueran todos los que van por la calle, todos, luego nos moriremos nosotros?"

Hay tres preguntas que, verbalizadas o no, el niño se hace: ¿He provocado yo la muerte? ¿Me pasará también a mí? ¿Quién cuidará de mí, ahora?

Ante la pregunta: ¿Qué queda de los muertos? Una respuesta sería: "quedan las fotos, los recuerdos, todo lo que nosotros y aquellos que le conocieron contamos de él, quedan las imágenes que tenemos de los momentos compartidos junto a él y queda la marca que dejó en nuestras vidas. (Cuidado con respuestas muy abstractas) No olvidemos que hay vida antes de la muerte.

Nos vemos en la carrera de la vida,... mientras dure.

A Carlos y Rosana, con cariño.



Cómo informar a un niño de una enfermedad incurable

- **Contárselo** antes de que saquen sus conclusiones
- Decir la **verdad** de la forma más comprensible
- **Prepararles** para los cambios
- La **forma de explicárselo** es determinante para ver como se lo toman

Llamar a las **cosas por su nombre**: tumor, cáncer, porque lo van a oír

Decirles donde esta localizado,





- Hasta 8 años: no necesitan mucha información
- 8 en adelante necesitan saber mas
- Explicar el tratamiento, efectos que tiene
- Como afectará a la vida cotidiana
- Cuanto van a durar
- Cuanto mas próximo el familiar más pormenorizada la información
- Si es círculo cercano: que afecte lo menos posible su rutina
- Dejar claro: quien le llevará al cole, quien le recogerá
- Las explicaciones harán que se sienta más seguro y lleve mejor la incertidumbre

Dialogar con Los Niños
Sobre El Cáncer

Cancer.Net
Doctor-Approved Patient Information from

- Dejarle claro: **el cáncer no se contagia**
- **Nadie es responsable** de lo que esta pasando
- Y que **no todas las personas fallecen**
- Muchas viven por los **avances médicos**
- **Mensaje realista**: sin falsas expectativas ni fatalismo

- **Dejar expresar sus emociones**: rabia, miedo
- Y responder a **todas sus preguntas** de forma comprensible





- Decir: “yo me sentiría igual que tu en esta situación”
- También puede pasar que parezca que no le afecta (mecanismo de defensa)
- **No hay que dejar** que la tristeza empañe todo, hay que buscar momentos de normalidad

consejos

- Durante el tratamiento intentar que puedan **ayudar y ser útiles**
- No mentir: perdemos la **confianza**
- **Comentarlo con el entorno** cercano: profesores, compañeros, entrenadores, les ayuda a sentirse arropados
- **Justifica los comportamientos** de la persona afectas. Más cansado, sensible, afectada..
- Explícales lo cambios físico que puede sufrir
- **Anímales a que pregunten**



El poder de tu llama no está en lo que ella alumbrá,
sino en lo que alumbran aquellas que tu



video

- <https://youtu.be/4m1FGWYc-VE>



Preguntas de vida





La escuela tiene papel de madre, lugar seguro



Vamos al aula

Cae banda que torturó a una maestra todo el año...



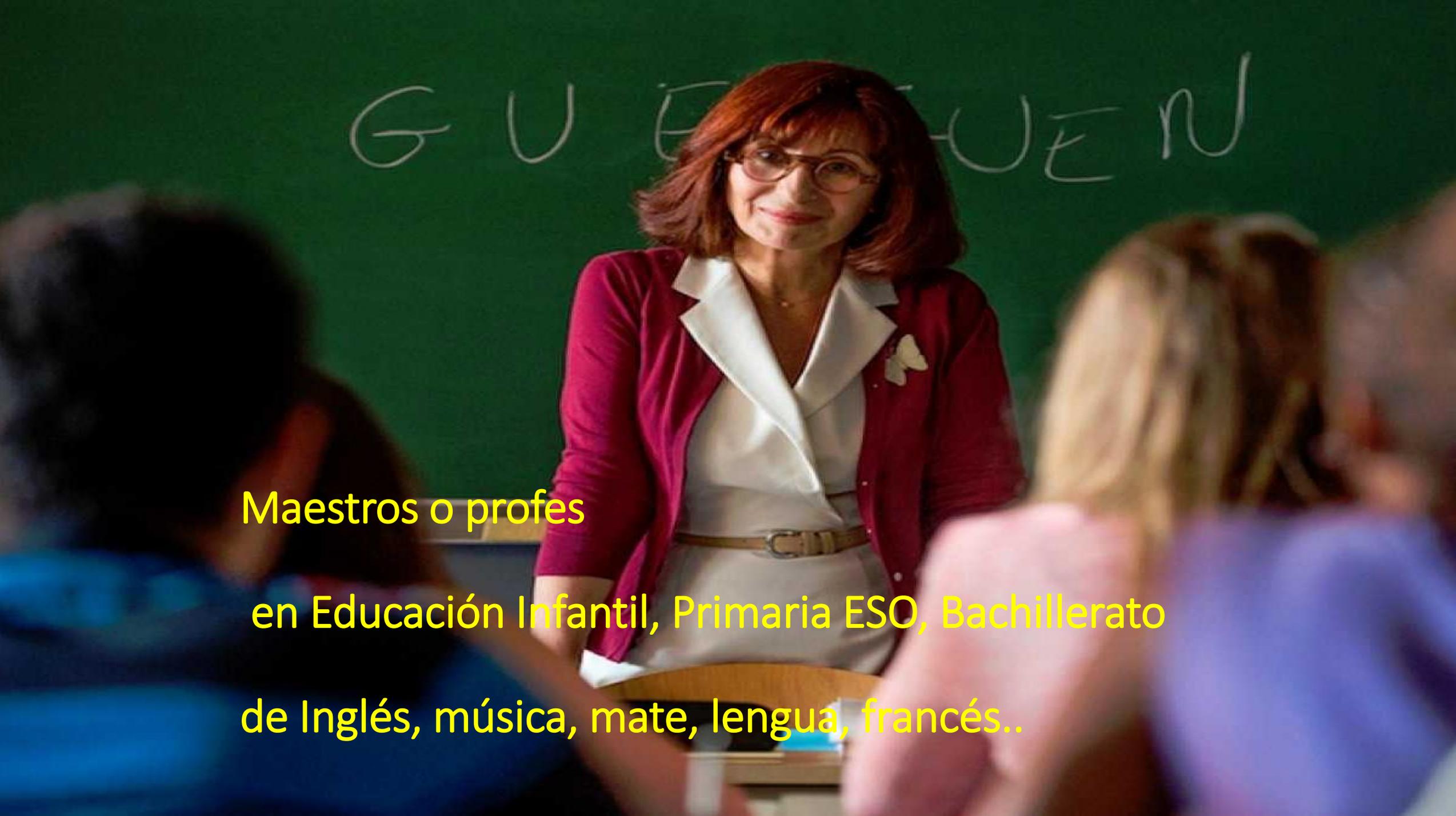
Nuestro mayor miedo

- <https://www.youtube.com/watch?v=sWFfQGuj6uA>





Yo
Educo a través de la
Materia a mis
Alumnos



G U E U E N

Maestros o profes

en Educación Infantil, Primaria ESO, Bachillerato

de Inglés, música, mate, lengua, francés..

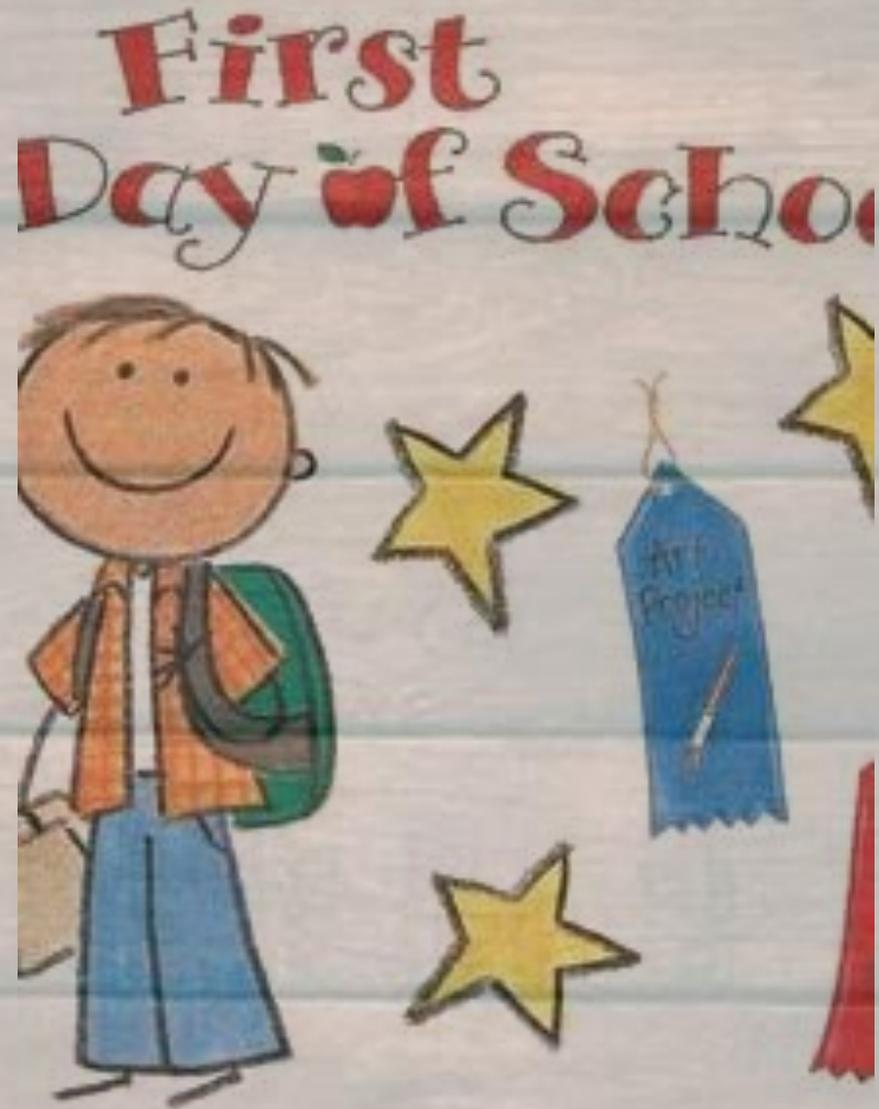
An aerial photograph of a winding asphalt road on a steep, rocky mountain slope. The road is marked with several sections highlighted in yellow, indicating dangerous curve moments. The terrain is rugged with patches of green vegetation and grey rock. In the background, a valley is visible with a river and some buildings, partially obscured by mist or low clouds.

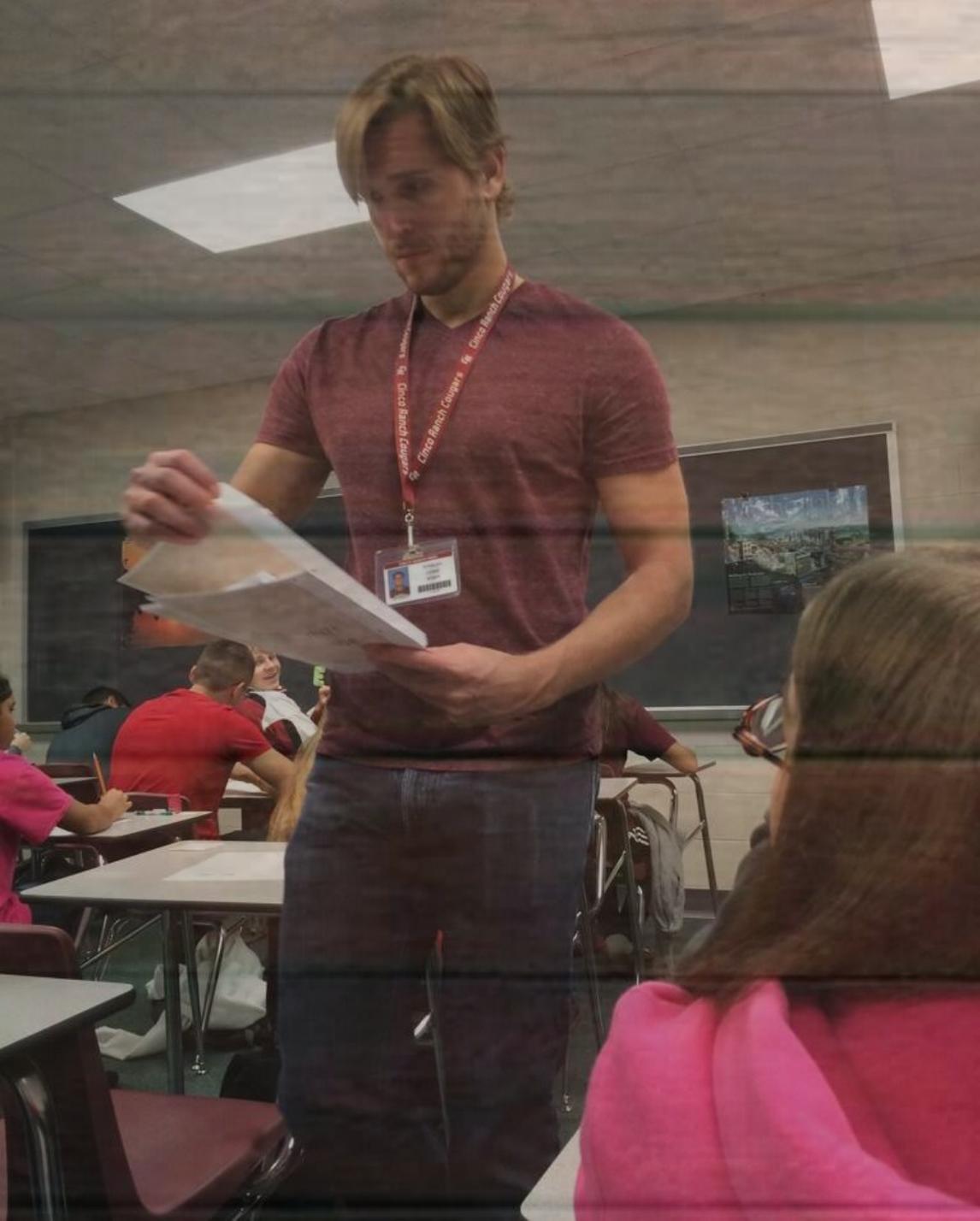
Momentos de curvas peligrosas

- El principio de clase
- Al final
- Meseta
- Transiciones de actividades.

Primer día de clase

- **Míster látigo** no funciona
- Presentaros como alguien **interesante**
- Somos personas con carreras universitarios, **muy preparados**
- Mensaje [lady Gaga](#)





Alguien no es lo suficientemente atractivo para ser arrollador

- Hay que sorprender
- Hay que currárselo

Retrasos

- **Obviar** si son casos aislados, pues la intervención correctora provoca **más distracción**.
- Pedir explicaciones **no** en el momento de **entrar**
- Que **ocurra algo importante** en los primeros minutos
 - Actividades evaluables,
 - Preguntas relevantes
 - Algo divertido..





Advertencias

- Mejor **un gesto** que una frase corta
 - Tener **repertorio de muecas** que permitan sin acudir a recursos verbales
- Mejor **una frase corta** que un discurso
- **Privada** cerca del alumno
- **Relajada**: los gritos y la ira son reforzadores de las conductas conflictivas
- **Única**: una sola vez, no repetir

ADVERTENCIAS

- **Obviar lo leve**
 - si se distrae **no conviene distraer a toda** la clase para atraer a un alumno
 - A veces **les premiamos con nuestra atención**
- **No discutir.**
 - “Yo no he hecho nada”,
ok estaremos atentos en el futuro, demuéstreme que no tengo razón



Desvestir los problemas

- **Vestirlos:**

enfado explosivo,
amenazas,
desafíos,
tensión,
gritos,
ironía



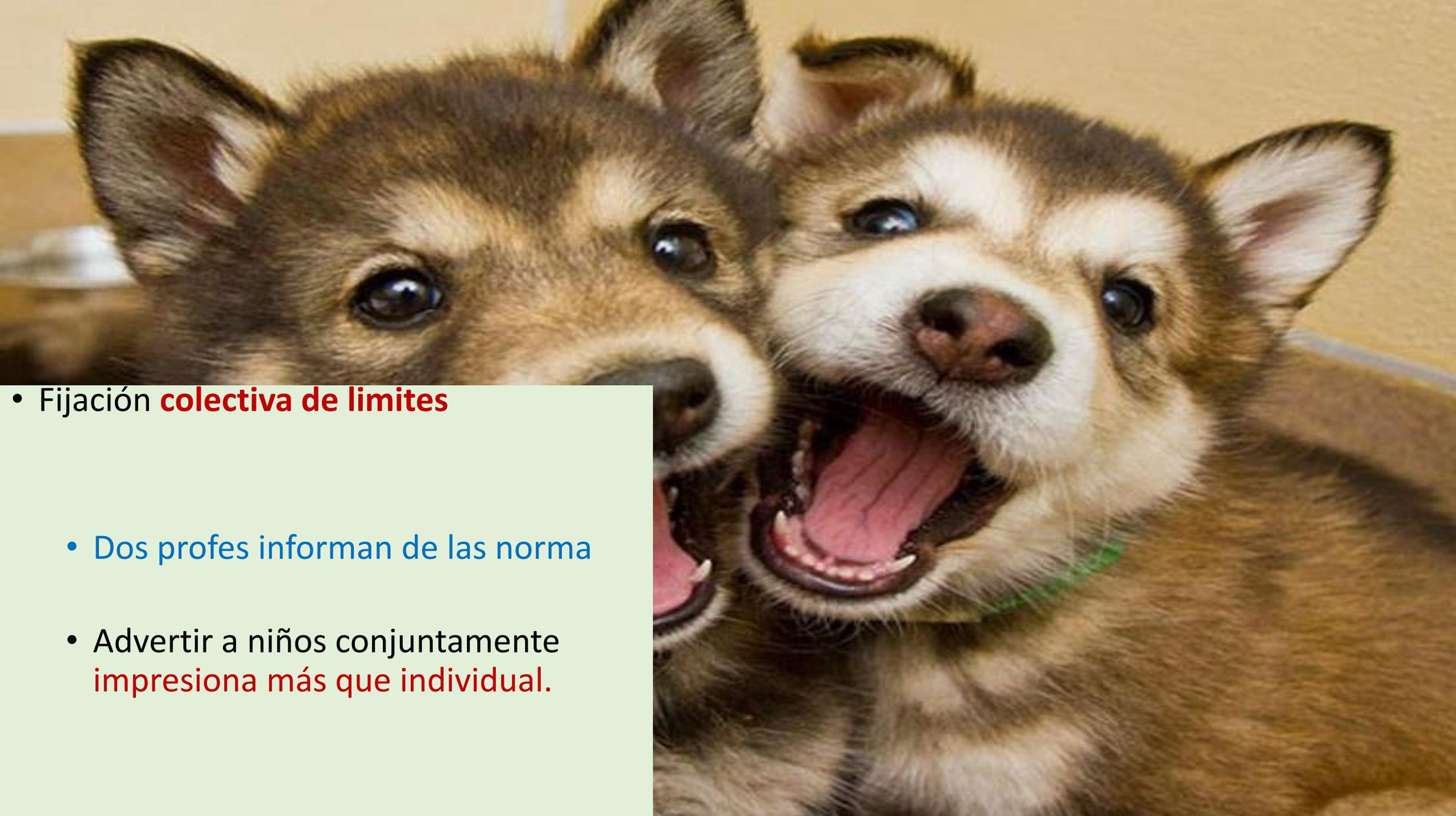


Lo de 1º B que no lo paguen los
de 3º B

**Tomate una tónica entre clase y clase
o un gin-tonic**

<https://www.youtube.com/watch?v=1EHmGF6biGI>

<



- Fijación **colectiva de limites**

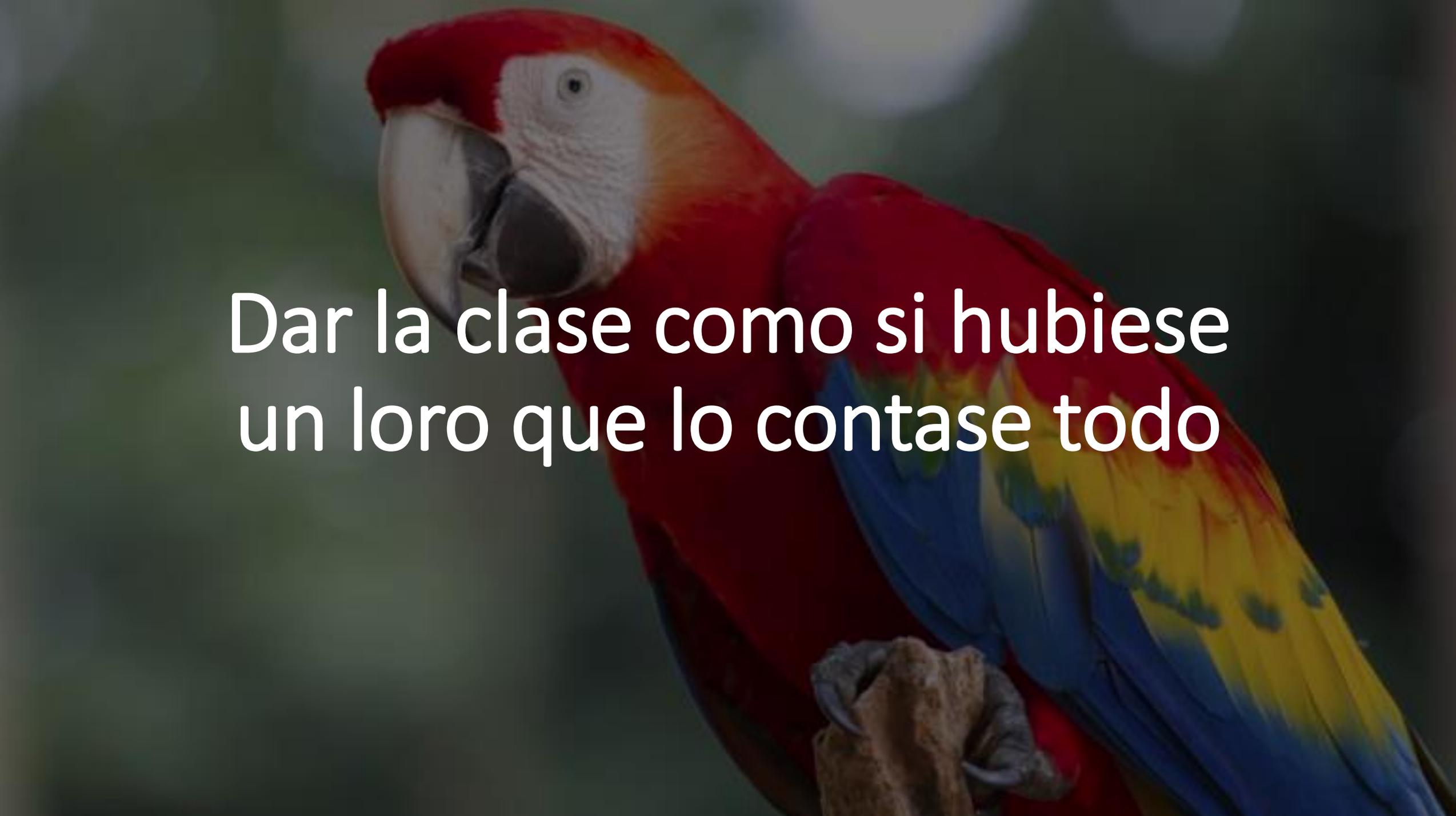
- Dos profes informan de las norma
- Advertir a niños conjuntamente **impresiona más que individual.**

Micro equipo docente

- Reunirse casi semanalmente
 - Son alianzas de profes que tiene los mismos problemas
 - Toman las misma estrategias ante problemas
- Inyectar poder a quien no lo tiene



Niño aburrido
monstruo potencial

A vibrant red and blue macaw is perched on a wooden branch. The bird's body is primarily red, with a white face and neck. Its wings are a mix of blue and yellow, and its tail is also blue. The background is a soft, out-of-focus green and grey. The text is overlaid on the bird's body in a white, sans-serif font.

Dar la clase como si hubiese
un loro que lo contase todo

Regular las mesetas

- Dejarles hablar
- Contarles **anécdotas**
- Levantarnos. **TPR**
- **Ver video..**



**Alternancia de
actividad obligatoria**

con otra agradable

Principio de Premack

Final de la clase

- Resumir
- Procurar **cerrar actividades**
- Dejar para al final actividades de **poca abstracción**
- Acabar de **forma amistosa**





Que clase damos

- Alegre
- Triste
- Tensa
- A gritos
- Relajada
- Con humor

Hazme otra
pregunta



Primero auxilios
pedagógicos





Caja de herramientas

PRIMEROS AUXILIOS PEDAGÓGICOS

- Cómo motivar
- Que atiendan
- Cómo “aprender a un niño”
- Cómo hablar
- Cómo callar
- Cómo calmar una pelea
- Cómo recuperar de un llanto

No atiende

- Pensar en vosotros
- ¿Qué necesitas para atender?
- Que sea interesante
- Que os lo presente interesante
- Estar bien y a gusto



La atención depende

- Momento del día
- Emoción
- Tarea



Preliminares de atención

- Acercarnos
- Llamarle por su nombre
- ¿Por qué no atiende?
- ¿Está en el sitio correcto?
- ¿Al lado del sitio correcto?
- ¿Qué tiene en la mesa?
- ¿Tenemos contacto visual?



Evita zonas de
sombra

Lo que ayuda a atender

- Contar una historia
- Crear curiosidad
- Emplear elementos visuales
- Algo inesperado
- Listas numeradas



Pedir boli, el libro, los cromos,
para captar la atención



LA ATENCIÓN
SE
SECUESTRA



“¡Prestad atención, por favor!”



eso no vale



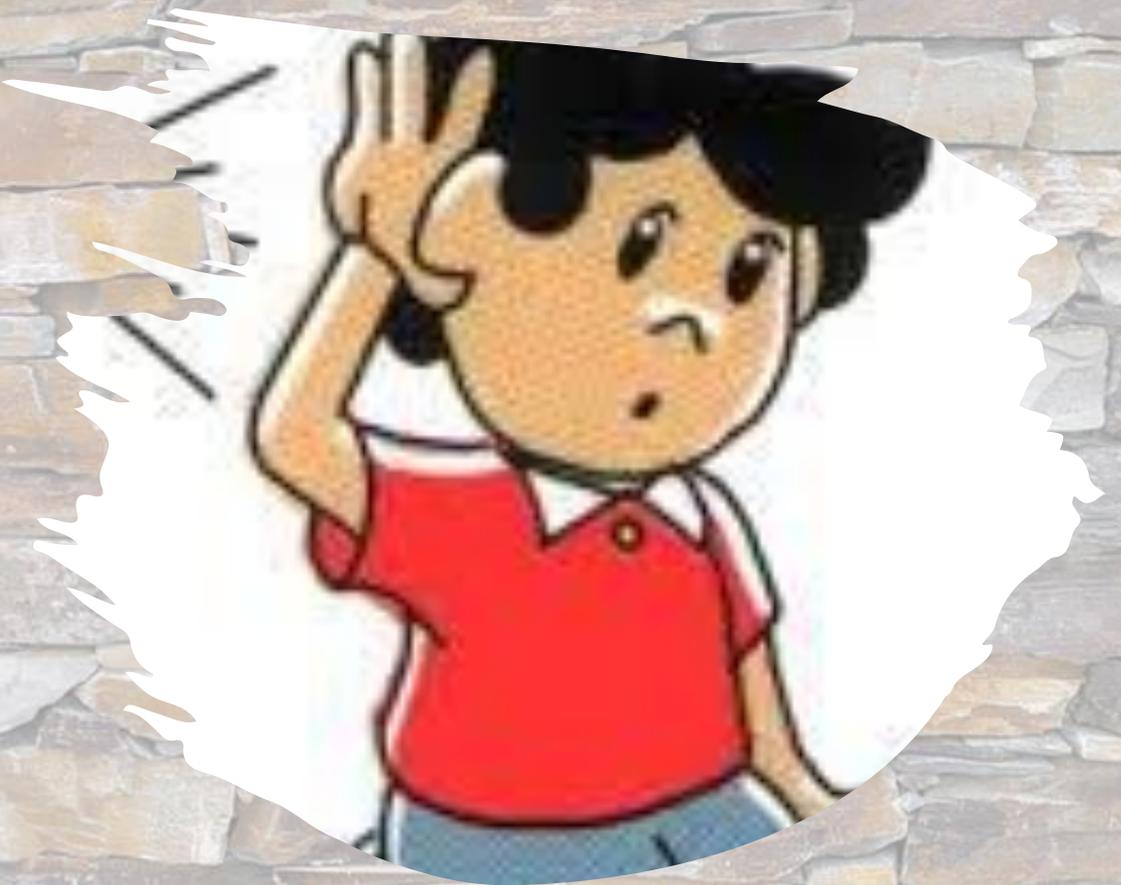
Efectos de primacia y recencia

- Recordamos mejor lo del principio y final
- 10-20 minutos atención sostenida
(Tokuhama, 2011)



El inicio de la clase es clave

- Se **recuerda mejor** lo que ocurre al principio,
- **el comienzo de la clase es un momento crítico**
- A veces los primeros minutos se usan para corregir y deberían usarse para introducir cosas nuevas.



Una clase

- Durante el inicio de la clase debería **despertarse el interés,**
- durante la mitad de la misma se podría facilitar la reflexión a través del **trabajo cooperativo y**
- Utilizar el final para **repasar** lo prioritario.



SORPRENDIZAJE

(Ramón Barreda)

- **APRENDER A SORPRENDER**
- **SORPRESA, ES FUNDAMENTAL PARA
METER APRENDIZAJE**



Utilizar el humor



Replantearnos lo que hacemos

**Aprender de profes
de internet**

EMOS CLASES DIVERTIDAS Y



Humildad es un supravvalor



- **Si llenas el cuaderno de rojo no vale para nada y no apetece volver a escribir**
- **Quien va a querer trabajar con un cuaderno hecho una mierda.**
- **Resetear cuadernos**



ITM Inspección Técnica de Mochilas.



El cuaderno de mi suegra

Juan Carlos López – Maestro

Este verano he tenido la suerte de tener entre mis manos el cuaderno de mi suegra, un cuaderno de 1946, realizado cuando ella tenía 12 años y tengo que reconocer que quedé impresionado. Por su limpieza y buena letra, ¡muy buena letra! –a pesar de estar hechos con pluma–, magníficos dibujos, con margen en todas sus hojas, todos sus capítulos fechados y firmados (Pedraza de Alba, 22 de mayo de 1946); un cuaderno paginado, con un índice al final del mismo, con una estructura fija, en un formato que no permitía arrancar las hojas, lo cual lo hace ecológico, aunque en aquella época probablemente el criterio sería económico, o que, probablemente no habría de otro tipo.

El cuaderno daba una sensación de limpieza y armonía: un cuaderno para guardar. Probablemente dedicaran mucho tiempo a cada hoja, y hoy no todo sería extrapolable a la situación escolar actual, ya que muchas cosas han cambiado, pero sí nos debería hacer reflexionar.

Debemos esforzarnos por mejorar los cuadernos de nuestros alumnos, haciendo cuadernos que sean dignos de ser guardados. Los cuadernos dicen mucho del alumno, pero también dicen del maestro.

Deberíamos considerarlo más como el elemento donde se escribe una parte de nuestra vida, que un conjunto de papeles grapados; tendría una parte práctica, otra creativa, e incluso otra íntima.

Para empezar, debe darse importancia a este recurso educativo, tenemos que tener unas pautas claras ya desde su elección. Qué tipo de cuaderno es el más adecuado para nuestros alumnos, en función de su edad y nuestra manera de trabajar (un cua-

derno de cuadrícula, o de papel milimetrado, o de folio blanco); qué tamaño tendrá (tamaño folio o cuartilla), qué formato, (de espiral, de grapas, etc.).

Esta elección debería compartirse, consensuarse y argumentarse, entre el tutor y los distintos especialistas, e incluso debería existir una progresión a lo largo de los cursos. No puede ser que un niño tenga un cuaderno de cuadrícula en Inglés, y de papel milimetrado en Lengua, que unos alumnos en clase tengan un cuaderno de tamaño folio y que otros tengan de tamaño cuartilla, sin ningún criterio aparente.

«Los cuadernos dicen mucho del alumno, pero también dicen del maestro»

Son los tutores, que tiene un conocimiento más exhaustivo de los niños los que deben asesorar a los maestros especialistas del tipo de cuaderno, ya que estos al pasar por diversos niveles, en ocasiones desconocen las aptitudes gráficas y de orientación de los niños. Este cuidado se hace más necesario cuanto menor son los alumnos, es muy normal que los maestros pongan cuidado en cómo deben ser los cuadernos en el primer ciclo de Primaria, pero en segundo ciclo se empieza a descuidar y lógicamente a medida que el alumno crece y conoce sus gustos y necesidades puede aumentar su libertad de elección.

Por otro lado el cuaderno debe tener unas normas de uso: no arrancar hojas, paginar el cuaderno, se utilizará lapicero, o

bolígrafo, y con qué criterio se hace, (ej: en la asignatura de Inglés se puede escribir con azul cuando se escriba en Inglés, con rojo si es la lengua nativa y lapicero si se reproduce la pronunciación); se determinará si se utilizará el «tipex» para subsanar equivocaciones, o cómo se realizarán las correcciones, qué normas se regirán para dejar márgenes, cómo se harán los títulos. ¿Solo se utiliza para hacer ejercicios o se usa para ampliar la información de los libros?, Y los títulos, ¿cómo se hacen?, ¿se pone la fecha?, cómo y dónde. ¿Se puede decorar la portada o no? Dónde se pone el nombre del cuaderno. ¿Se deja una hoja antes de empezar?, ¿se pone el nombre de la asignatura?, ¿dónde y cómo? Cuando se hacen ejercicios, ¿se copia la pregunta o no, o depende de la edad?

Y los maestros debemos tener y respetar ciertas normas, como por ejemplo, cómo se van a corregir los cuadernos (en presencia del alumno, marcando los errores y subsanándolos con ellos...), porque ¡hay que corregirlos! Con qué color, dónde colocamos la corrección,...

Y es que los cuadernos se deben evaluar y valorar, sino queremos que se devalúe su trabajo y los alumnos dejen de esforzarse en sus presentaciones. Evaluar no solo el contenido sino también la forma, y la buena letra. Y ¿cuál es la buena letra?, ¿tenemos los maestros buena letra para imitar? Aún recuerdo aquel alumno que con su cuaderno en mano se acerca al maestro y le pregunta que si por favor le lee qué le ha puesto al margen en rojo pues no lo entiende, a lo que su profesor le dice: «pues hijo, ahí pone que hagas mejor la letra, ¡que no se te entienda nada!».

En muchos casos más que normas lo que necesitan los alumnos son pautas, orientaciones de cómo realizar su trabajo, es cierto que para algunos niños una hoja en blanco puede ser una oportunidad para ser creativo pero para otros puede asustar.

Por ello no propongo encorsetar la creatividad de los niños (habrá otros momentos del día para desarrollar esta faceta) sino orientar y enseñar. De no hacerlo, nos encontraremos con cuadernos en el mes de mayo sin el nombre puesto, sin respetar los márgenes, con hojas tachadas y emborronadas y muchas de ellas arrancadas; niños que necesitarán tres cuadernos en un año para una asignatura mientras que a otros les sobra con medio, y no precisamente porque uno trabaje más que otro. Niños que pierden un cuaderno y nos les preocupa porque su madre les comprará otro y total, como lo que ponía no era importante y el esfuerzo echado era el mínimo...

Y si perseveramos, llegará el día en que ellos mismos valoren una buena presentación, y les «salga de dentro» estructurar la hoja, hacer buena letra... Se trata de hacer una inversión de futuro; si saben presentar un cuaderno, harán exámenes bien estructurados más adelante, sus trabajos en el instituto reflejarán ese orden...

El cuaderno debe ser algo valioso para el niño, del que se sienta orgulloso, y para ello debemos colaborar nosotros.

Y este curso si aún podemos, deberíamos pedir el cuaderno «con apellido», no vale traer cualquier cuaderno, y, antes de empezarlo, fijar las pautas de cómo trabajar en él. Por favor, hagamos cuadernos como el de mi suegra, que merezcan la pena ser guardados.

NO APRENDE

- **¿Aprende en otro sitio? ¿clases particulares?**
- **Aprender de que nos dicen nuestros hijos**
- **Reflexionar por qué no aprendéis vosotros.**
- **No vale solo el porque no estudia, o es vago**



Repetir sin repetir

Machaca y entretiene



No aprende

- Ver únicos, profe de antes 10. aprender a explicar
- Usar videos en clase. Vale copiar
- Explicar bien
- Crear clima de aprendizaje
- Aprender de compañeros
- Mi profe no me aprende



PAP

- Las cosas difíciles no se pueden comer pasos
- Ni explicar entre clase y clase
- Preguntar al torpe que no entiende, para que nos ayude a enseñar
- Un viernes a última no nos podemos enfadar



PRIMEROS AUXILIOS PEDAGOGICOS

- Escribir bien en la pizarra sobre todo si es difícil
- No hacer un examen y estar dando otra cosa.
- Si los niños se quejan no responder con soberbia.
- Deberíamos hablar de niños metodología y de cómo damos la clase

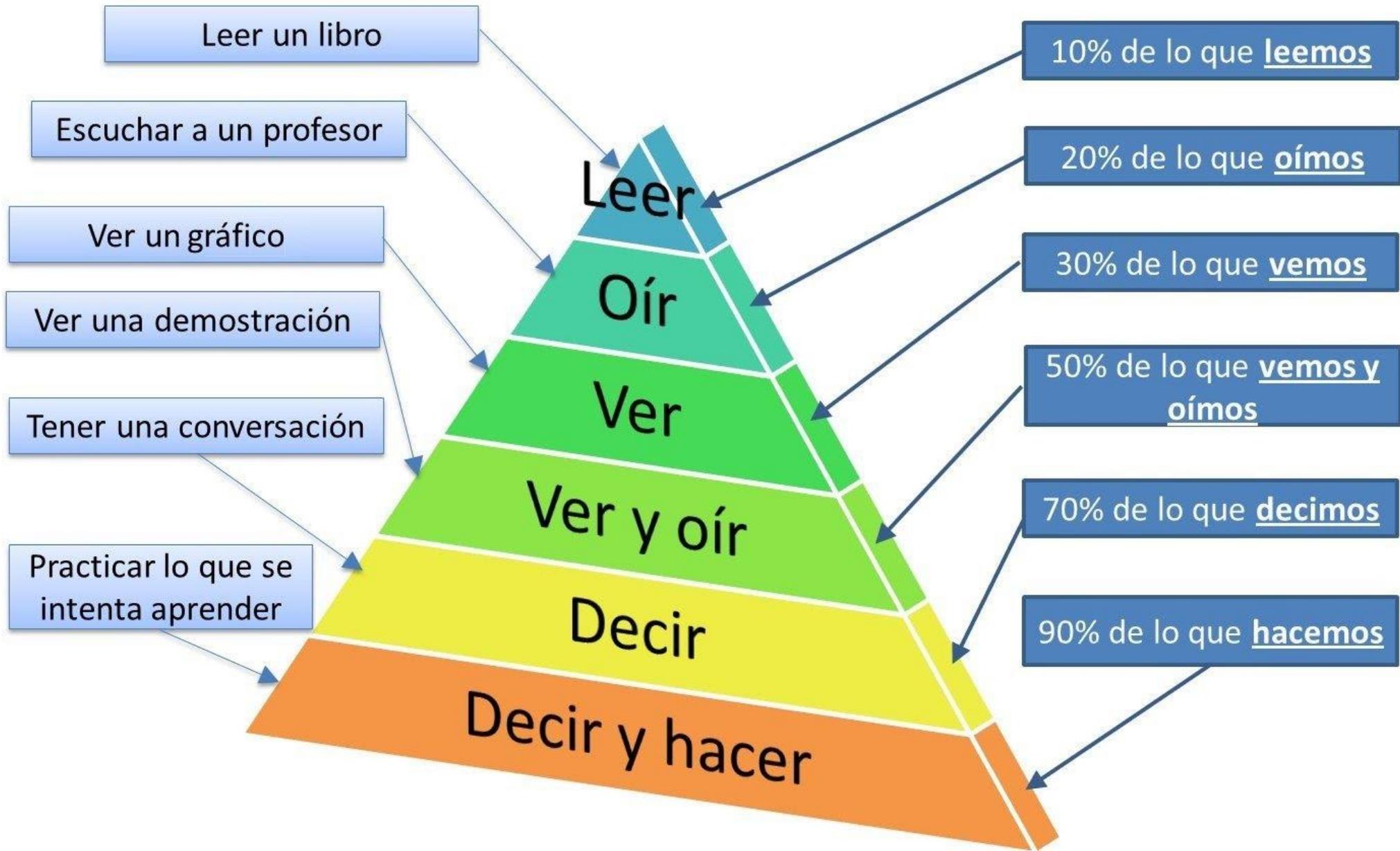


2 de arena y una de cemento:

dos de motivación

y un palo





Confiar en la técnicas



Bisagras

- **Horizontales profes**
- **Verticales: padres, primaria, secundaria**
- **Para que la bisagras funcionen hay que favorecer el dialogo entre las partes**





noluntad

Acto de no querer

A group of four diverse students (two men and two women) are gathered around a table, focused on their studies. They are looking at several open books and a laptop. The woman in the center, wearing a purple top, is pointing at the laptop screen. The other students are looking on with interest. The background is a simple, light-colored wall.

exteligente

Aprender con otros

SEGUNDA OPORTUNIDAD



Escribe una carta a tus alumnos

- Dile que te gusta de ellos
- Que te gustaría que hicieran
- Que te gusta
- Que les agradeces.
- Diles sabes que..
- Cuéntales como eras



Las cosas pasan a la realidad al escribirlo a un papel





Un sueño para la escuela

Relajación



Gracias