



Cuando al niño se le mira como niño



El programa "En Sus Zapatos: un Espacio de Empatía Activa", de la Asociación Teatro de Conciencia, llegó con la firme intención de beneficiar al mayor número posible de alumnos, maestros y familias en su objetivo de crear espacios de convivencia armónica en la escuela y la familia mediante la Educación Emocional y su novedoso Teatro de Conciencia. Forma a docentes para que puedan formar a otros maestros y profesores de Infantil y Primaria de los centros de la Comunidad de Madrid que lo soliciten. Los datos de su implementación muestran, entre otros, la mejora de autoestima y la comunicación de las emociones, la empatía y la mayor predisposición al perdón.

Gema Eizaguirre Tovar
periodista y filóloga

www.programaensuszapatos.org

Cuando miramos al niño como lo que es: un niño. Un ser que se está haciendo, un proyecto de hombre o mujer que necesita de cuidados y protección, de acompañamiento, de modelos, de mucho cariño.

Cuando vemos en las aulas a tantos menores que acarrean sobre sus pequeñas espaldas pesadas cargas familiares o sociales, o simplemente los miedos o incertidumbres propios de su edad: ser aceptados por sus amigos, queridos por sus padres, que jueguen con ellos en el recreo...

Cuando ante un acto violento de un niño se ve todo ese dolor que lleva a cuestras (miedo, ira, tristeza...), que no sabe cómo gestionar, y que por eso lo materializa dañando; entonces y solo entonces se puede afrontar la convivencia escolar desde su origen y caminar hacia una solución perdurable.

Solo entonces la relación con el alumno cambia, se ve con una mirada nueva, más comprensiva y sobre todo compasiva.

Vídeo testimonio docentes CEIP Dulcinea. Alcalá de Henares (Madrid):



Una nueva forma de mirar

Esta nueva forma de mirar, más compasiva, y de actuar que transforma y cambia el entorno la han descubierto y experimentando ya más de 2.000 personas entre docentes, niños y familias que se han beneficiado en el programa de convivencia escolar “**En sus Zapatos: Un Espacio de Empatía Activa**” (ESZ) en el curso escolar 2017-18. (Enlace <http://teatrodeconciencia.org/en-las-aulas/en-sus-zapatos/>).

Se trata de una proyecto apoyado en la Educación Emocional y en el Teatro, que ofrece herramientas muy prácticas y sencillas de gestión emocional para ir introduciéndolas en el día a día, y así poder adoptar una actitud más calmada en la relación con uno mismo y con los demás. Una alfabetización emocional que llega a toda la comunidad escolar: alumnos (de 10-13 años), sus maestros, personal no docente y familias. Sus ejes: Gestión Emocional, la Empatía Activa y la Resolución Positiva del Conflicto; con una novedosa metodología teatral, Teatro de Conciencia, que personifica las emociones para así ayudar al aprendizaje y a la experimentación.

ESZ, de la Asociación Teatro de Conciencia (www.teatrodeconciencia.org), ha sido reconocido con el premio “10 iniciativas sociales más innovadoras de 2017” (1), concedido por CAF-Banco de Desarrollo de América Latina y la revista Compromiso Empresarial, parte de la base de que el motor de la violencia es en gran parte alimentado por la incapacidad de gestionar las emociones, así como por el dolor emocional no sanado; también por la incapacidad de empatizar -ponerse en los zapatos de la otra persona para actuar en consecuencia, y por la falta de competencias para resolver el conflicto de forma positiva.

Por ello, “En Sus Zapatos” promueve el aprendizaje de estas habilidades personales y sociales propias de la educación emocional con la experiencia: a través del Teatro de Conciencia, el juego y la reflexión participativa.

Meterse en la piel del otro, con Teatro de Conciencia

ESZ cuenta con una metodología teatral propia, denominada Teatro de Conciencia, concebida por la creadora del programa y directora de la asociación, Pax Dettoni Serrano (www.paxdettoniserrano.com), que personifica las emociones- tomando vida en escena a través de personajes con máscaras- para que así se reconozcan y aprendan a gestionarse con mayor facilidad.

Este teatro permite que todos lo que se forman en este programa de convivencia escolar (los niños, sus maestros y padres y madres y personal no docente) se puedan poner en la piel de otro personaje, a lo mejor del que sufre una violencia. Por ejemplo en el caso de un niño, nos permitirá ver en escena cómo transformar una emoción de ira (porque no le dejan jugar al balón), primero yendo a la calma –mediante la respiración-, y luego pudiendo dialogar, empatizar y llegar entre todos a una posible solución, y así llegar a la alegría al ver que también cuentan con él.



Niños con máscaras. En-sus-zapatos.CEIPDulcinea.Teatro-de-Conciencia. Firma foto: Imágenes cedidas por la Asociación Teatro de Conciencia

“El teatro lo que nos permite es experimentar; ponerme en los zapatos del otro porque dejamos de ser nosotros mismos. Eso también hace que pueda hablar de lo que a veces uno no hablaría. Además, como trabajamos la Educación Emocional sirve para ver en escena lo que ocurre dentro de los personajes”, explica Pax Dettoni Serrano (www.paxdettoniserrano.com), la creadora del programa y directora de la Asociación Teatro de Conciencia.

Esta metodología teatral ya supone a los niños una mejora en la relación del alumnado, con un aumento de su autoestima y de mayor comunicación con compañeros y maestros, según señalan datos del informe de [Evaluación e Impacto del Programa](http://teatrodeconciencia.org/wp-content/uploads/2018/12/Informe-de-Resultados-e-Impacto-En-Sus-Zapatos-2017-18.-Asoc.-Teatro-de-Conciencia-y-Fundaci%C3%B3n-Tomillo.pdf) (<http://teatrodeconciencia.org/wp-content/uploads/2018/12/Informe-de-Resultados-e-Impacto-En-Sus-Zapatos-2017-18.-Asoc.-Teatro-de-Conciencia-y-Fundaci%C3%B3n-Tomillo.pdf>), y que se detallan en este artículo y se indica cómo: “La inhibición, la vergüenza y la expresión de los sentimientos han sido los tres ítems en los que se ha constatado un mayor avance entre el alumnado. Esto posee relación directa con la metodología teatral del Programa ya que ayuda a la mejora en los ámbitos relacionados con la sociabilidad y apertura al otro, como se muestra más abajo” (2).

Integrador y realista

“En Sus Zapatos” no es un programa al uso, ni un programa que surge de un *brainstorming* (lluvia de ideas) empresarial, sino que nace del alma y de la experiencia y vivencia personal de la Asociación –cuyo fin es crear espacio de paz difundiendo la Educación Emocional con el Teatro de Conciencia- y de su directora Pax Dettoni. Esta antropóloga, politóloga, experta en Educación Emocional y dramaturga, tras años de formación a jóvenes y docenes vio cómo se incrementaba el clima de violencia social y por ende entre escolares. Algo que ya corroboran decenas de informes como el de Save the Children de 2016 (3) que señala que 1 de cada 10 niños ha sufrido acoso escolar, y miles de informes más.

Así, tras llevar la formación en Educación Emocional a otras realidades sociales y culturales, como a los jóvenes pertenecientes a maras (bandas criminales organizadas) en Guatemala, pensó cómo llevarlo a las aulas españolas para fomentar un mejor clima de convivencia.



Firma foto: Imágenes cedidas por la Asociación Teatro de Conciencia

En Sus Zapatos es un programa de convivencia inclusivo, que cuenta con todos los niños: el que comente agresión, el que la padece y los que testimonian.

Así, en 2017 surgió y comenzó en las valientes aulas del CEIP Vicente Aleixandre de Madrid, sin contar con ningún apoyo oficial. Enseguida el Ministerio de Educación y posteriormente la Comunidad de Madrid se dieron cuenta de que ESZ era algo distinto y único, con fuertes soportes teóricos en Educación Emocional y Pedagogía y fundamentado en el ser humano. Con peculiaridades tales como su carácter integrador –de no denuncia sino de ayuda- y que destacaba por llevar acuñadas dos palabras en desuso pero imprescindibles para llegar a una convivencia armónica y duradera: la compasión y el perdón.

II Fase ESZ. Formación de Formadores. ESZ en tu centro.

La relevancia de sus resultados, junto a su rigurosidad formativa y su espíritu de expansión y de beneficiar al mayor número posible de niños y niñas, hizo que en este curso 2018-19 se iniciara la formación de 35 docentes, junto a la Comunidad de Madrid y los CTIFS Sur y Este. Ellos serán los encargados, a partir del Curso Escolar 2019-20, enseñar las herramientas de “En Sus Zapatos” a los docentes de los centros escolares de Infantil y Primaria que lo soliciten a la Comunidad de Madrid. Pronto también iniciará la formación online (más info: info@teatrodeconciencia.org).

Durante todo este curso escolar estos 35 docentes reciben una formación de 70 horas, a cargo de la creadora del programa Pax Dettoni y con la colaboración de otros profesores expertos como la escritora y experta en Educación Emocional [Anna Carpena](#) (enlace a <http://teatrodeconciencia.org/teatro-conciencia/equipo/>). Entre ellos se encuentran directores de colegios e institutos, jefes de estudios, maestros de centros de difícil desempeño o de centros en entornos desfavorecidos procedentes de todas las áreas de Madrid.

El programa, realizado junto a la Comunidad de Madrid y con la colaboración de los CTIFs Sur y Este, busca como indica el nombre una “Alfabetización Emocional”. Es decir, ir a lo básico de gestión emocional, empatía, asertividad, resolución positiva del conflicto... Una labor que requiere de un trabajo personal no sólo de aprendizaje del método sino de vivencia e incorporación en el día a día de las herramientas que se les ofrecen. Como comentan algunos de sus protagonistas:

Experiencia de los docentes que se forman en ESZ:



Se estima que cada uno de los 35 formadores preparados alcanzará a formar en el segundo año a 20 maestros; llegando entre los dos años a unos beneficiados estimados de 3.000 alumnos, 1.000 profesores y 1.200 familias

Lo que dicen sus protagonistas:

"A nivel personal me está cambiando, yo era una persona muy temperamental que actuaba antes de pensar y hoy por ejemplo vengo muy contenta porque teníamos un claustro muy complicado en el centro y he sido capaz de mantener la calma y hablar sin enfrentarme a nadie. En el programa se le está dando una visión sería con base teórica y luego lo ponemos a la práctica con el teatro". (Ana M^a Vila. CEIP Giner de los Ríos. Estudia el doctorado en Competencia emocional en futuros docentes).

"Estamos aprendiendo a mirarnos de otra forma, vemos cosas que podíamos cambiar y empezamos a hacerlo inmediatamente. "Dejar que el otro se manifieste y exprese sus emociones hace que la personas se sienta mucho mejor y todo funcione mecho mejor" manera" (Eduardo Calderón. Director IES Pedro Duque. Leganés. Madrid)

"Nos cambia la mirada hacia uno y hacia los niños. Intento fijarme más en mis emociones porque el trabajo interno es muy importante" (Atenea Alonso. CEIP Juan Zaragüeta. Madrid)

"El curso pasado se hizo el programa ESZ en mi centro, yo participé del taller; ahora quiero formarme mejor. Y por ejemplo en mi clase el grito lo he eliminado por completo" (Roberto García. CEIP Aula III. Fuenlabrada. Madrid)

[Beneficios para todos: alumnos, maestros y familias](#)

Fundación Tomillo ha realizado un [Informe de Evaluación e Impacto](http://teatrodeconciencia.org/wp-content/uploads/2018/12/Informe-de-Resultados-e-Impacto-En-Sus-Zapatos-2017-18.-Asoc.-Teatro-de-Conciencia-y-Fundaci%C3%B3n-Tomillo.pdf) (<http://teatrodeconciencia.org/wp-content/uploads/2018/12/Informe-de-Resultados-e-Impacto-En-Sus-Zapatos-2017-18.-Asoc.-Teatro-de-Conciencia-y-Fundaci%C3%B3n-Tomillo.pdf>) con los datos del programa piloto de ESZ recabado por la Asociación Teatro de Conciencia mediante un análisis cuantitativos y cualitativos de todos los participantes y que muestran la efectividad del programa, logrando la mejora del 100% de los alumnos participantes en algunas de los tres ejes del programa: Gestión de las emociones, Empatía y Resolución positiva del Conflicto.



Resultados programa-En-sus-zapatos. Teatro-de-conciencia. Firma: Realizado por la Asociación Teatro de Conciencia

1-Gestión Emocional

Los niños y niñas han mejorado en inhibición, vergüenza y han disminuido sus niveles de preocupación y ansiedad, lo que les ha permitido sentirse más confiados y abiertos para expresar sus emociones y para la comunicación y relación con sus compañeros y maestros. Esto se ha debido, en gran medida, según apuntan los propios niños y los maestros, a la metodología teatral de Teatro de Conciencia que forma parte del programa En Sus Zapatos.

2-Empatía Activa

Los alumnos han mostrado avances muy destacados en su capacidad para sentir, poner en práctica la empatía activa y en su inclinación al perdón. Manifiestan que el conocimiento de las emociones le ha ayudado a mostrarse más comprensivos con los demás, lo que les ha facilitado perdonarse de una manera sincera, distinguiendo con claridad entre el perdón "de verdad" y el "de mentira".

3-Resolución Positiva del Conflicto

Han disminuido los comportamientos perturbadores y ha aumentado la capacidad para resolver los conflictos de manera positiva y creativa. Esto ha derivado en un mejor ambiente en el aula y en el centro, con una disminución de peleas entre compañeros y de actitudes desafiantes e impulsivas. Los tutores han destacado la efectividad de las herramientas aprendidas expresando cómo los niños, en la mayoría de los casos, son capaces de solucionar los problemas de convivencia.

Otros aspectos de mejora:

-Seguimiento de las normas: El alumnado ha progresado significativamente en la interiorización de la importancia de la existencia de normas y de su seguimiento, y en consecuencia ha aumentado su capacidad de responsabilidad.

-Rendimiento académico: Aunque el objetivo del programa no influía la mejora académica, fruto del bienestar, calma y tranquilidad interior de los menores, generado por la gestión de las emociones, ha llevado a la mejora en el rendimiento académico. En algunos casos y en alumnos con mayor dificultad de convivencia de forma muy significativa.

Impacto en el personal del centro:

1-Incorporación de técnicas de relajación. Los maestros se sienten muy satisfechos por haber aumentado en el conocimiento de la Educación Emocional y Gestión Emocional, incorporando técnicas.

2- Una mirada compasiva hacia el menor. Destacan los docentes que ve al niño con otra mirada, más compasiva, al ser conscientes de que detrás de un comportamiento violento se esconde una emoción (de rabia, miedo...), motivada por circunstancias personales o familiares, que no saben cómo gestionar. Esto ha hecho que la relación entre maestros y alumnos sea más cordial.

3- Sustitución del castigo tradicional por prácticas restaurativas. Este conocimiento de la realidad emocional ha llevado a muchos docentes a poner en práctica las prácticas restaurativas, dejando a un lado los castigos tradicionales, que ellos mismos han señalado "no sirven para nada" y aumentan el mal estar del menor.

4- Beneficios personales. Hay un mejor ambiente entre el personal docente, al mejorar el conocimiento emocional y la empatía en la comprensión del otro (menores y adultos), esto ha proporcionado una mayor sensación de felicidad personal y profesional.

Impacto en padres y madres:

El programa les ha llevado a lograr un mejor ambiente en el hogar y a la disminución de los enfrentamientos. Las familias destacan que el programa les ha ayudado a comprender mejor a sus hijos, al contar con herramienta para realizar una escucha más activa de sus hijos (algunos han eliminado los gritos) y a preguntarles sobre sus necesidades y emociones.

Algunos han incorporado la respiración consciente o meditación, por ejemplo antes de ponerse a hacer los deberes, para así lograr la concentración y la calma.

En conclusión, cuando escuchas: "Vengo más contenta a trabajar", "Les miro con otros ojos, hasta les comprendo más", "Me cuesta menos perdonar", "Somos más amigos unos de otros", es la constatación- en formato testimonio de docentes, niños y padres- de que el programa ESZ tiene un poder efectivo y expansivo.

Bibliografía:

(1) Premio "10 iniciativas sociales más innovadoras de 2017" (1), concedido por CAF-Banco de Desarrollo de América Latina y la Revista Compromiso Empresarial.

(2) Informe de Resultados e Impacto programa "En Sus Zapatos: un Espacio de Empatía Activa".

(3) Informe Save The Children "Yo a eso no juego".

www.programaensuszapatos.org

Gema Eizaguirre Tovar