

Pienso luego actuó. Pax Dettoni. 27 septiembre 2021

<https://piensoluegoactuo.com/historias/puede-el-teatro-ayudar-a-combatir-el-acoso-escolar/>



27 de septiembre de 2021

Un espacio de empatía activa para la prevención de las violencias.

MANERAS DE ACTUAR EN ESTA HISTORIA.

 Compra un producto o servicio

 Difunde

Actúa

#PiensoluegoActuó

Compartir ya es una forma de actuar.

Teatralizar los problemas es un buen modo de tomar distancia para intentar resolverlos. 'En Sus Zapatos: Un Espacio de Empatía Activa' es un programa de alfabetización emocional que utiliza el teatro para aprender a ponerse en la piel de otros, entender sus emociones y motivaciones y abordar posibles soluciones que mejoren la convivencia en los centros escolares.

Pepo Jiménez.

Cuenta Pax Dettoni (Viella, 1978) que el bullying no es un problema solo entre alumnos: "Si queremos que en un aula no haya acoso, que no haya acoso tampoco en el claustro, porque en los claustros también lo hay. Y que no lo haya entre las madres, ni entre las madres con las maestras, ni entre el conserje con la directora, ni la directora con el profesor".

El problema del acoso es transversal y se enquistaba cuanto más nos empeñamos en señalar a los culpables de siempre: "Tampoco hay víctimas ni acosadores", prosigue esta antropóloga, experta en educación emocional y fundadora del Teatro de Conciencia: "Los niños que han cometido una agresión a la vez son víctimas. Porque **alguien que agrede nos está hablando de que es alguien que tiene mucho dolor emocional**".



Después de estar charlando una hora con Pax uno tiene la sensación de que al hablar de bullying nos centramos en las consecuencias violentas de algunos y olvidamos el abordaje del dolor emocional que las provoca, mucho antes de esa patada o ese insulto llamativo que acaba en portada de un telediario. Esta es la clave de 'En sus Zapatos: Un Espacio de Empatía Activa', un programa de Teatro de Conciencia que nos permite generar una empatía activa con todos los actores escolares para interpretar las emociones, anticiparse al conflicto y mejorar la convivencia a todos los niveles: alumnos, familias, profesores y alumnos.



Conocerse a uno mismo para empatizar con los demás.

Pax necesitó de un largo viaje personal para entender el mensaje que le estaban mandando sus emociones. Para poder ser empáticos —dice siempre ella— primero tenemos que conocernos a nosotros mismos, aprender a sentir y entender cómo nos controlan nuestras emociones para luego poder dirigir las nuestras a ellas. Eso es la alfabetización emocional: “Te enseñan a pensar con las matemáticas. Te enseñan a actuar para lavarte las manos, pero no te enseñan a sentir”, dice convencida Pax.

"Aquí he aprendido a perdonar. Antes sentía mucho odio hacia las personas que me hicieron bullying"

Madre del Centro Rural Agrupado Riscos de Villavieja en Extremadura, En sus Zapatos

Algunos datos

"Más de **10.000** personas alcanzadas"

"Más de **57** centros escolares han implementado el método que ha sido integrado por la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid como seminario institucional en sus colegios públicos"

