

	Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar	 Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
---	---	--

ESCUCHA TU ENFADO



CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

Habilidades fortalecidas	APOYO
Adecuado para	Profesores, estudiantes
Nivel de dificultad	Medio
Ajuste	Grupo
Número de participantes	De 2 a muchos
Duración media	90 minutos
Equipos/materiales especiales	No
Versión online	Sí

 PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO			 MCMXXII VYTAUTAS MAGNUS UNIVERSITY	
---	---	---	---	---

	Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar	 Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
---	---	--

1. Descripción

Esta actividad se basa en la idea "ausente pero implícita" del Enfoque Narrativo (Carey et al., 2009).

En pocas palabras, en el contexto de este ejercicio significa que si algo nos enoja es porque hiere algunos valores personales, principios y/o creencias que son importantes para nosotros.

Esto significa que cuando hablamos de nuestra ira estamos hablando implícitamente de valores, principios y creencias importantes.

La actividad se divide en dos partes.

En la Parte 1, se le pide a cada participante que responda algunas preguntas, ayudándoles a explorar su sistema de valores personales al contar la historia de un episodio en el que sintieron ira en clase.

En la Parte 2, los participantes trabajan en parejas y llevan a cabo una conversación simulada cuando una persona asume el papel del profesor, la otra el papel del estudiante, haciéndose pasar por un estudiante que ha mostrado enojo en clase.

2. Objetivos / Beneficios

Este ejercicio ayuda a los profesores a reflexionar sobre su idea y experiencia de la ira, ya sea su ira personal o la ira de los estudiantes con los que a veces tratan, explorando el sistema de valores personales que están implícitos en la manifestación de la ira. Esto ayuda a enriquecer la narrativa de lo que es la ira, también deconstruyendo la idea común y simplificada de que la ira es sólo una actitud negativa.

Más específicamente, esta actividad:

- Permite a los profesores reflexionar sobre los episodios de ira que sienten trabajando con la clase e ir más allá de las prácticas de juicio personal y culpa personal hacia los estudiantes (y hacia ellos mismos).
- Ayude a los maestros a pensar en cómo lidiar con la ira en el aula (p. ej., en caso de una pelea entre estudiantes) y empodere a los estudiantes que exploran valores que están heridos y frustrados bajo la manifestación de enojo.

3. Relacionados CLÚSTERES DE HABILIDADES

No. 4 - APOYO, que en este caso se refiere a la idea de que explorar los valores implícitos en la manifestación de la ira ayuda a los maestros a sentirse apoyados y menos juzgados y/o culpados por sus reacciones. También les ayuda a reducir sus calificaciones de autojuicio y autoculpa.

 PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO			 MCMXXII VYTAUTAS MAGNUS UNIVERSITY	
---	---	---	---	---

	Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar	 Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
---	---	--

A nivel de sus relaciones con la clase, el clúster SUPPORT se despierta en el sentido de que los profesores tienen la oportunidad de enriquecer las narrativas que tienen de los estudiantes, deconstruyendo la excesiva simplificación personal que los estudiantes pueden tener tanto por su enojo hacia ellos como por la ira de los estudiantes con los que están tratando.

- Las habilidades entrenadas en este grupo son **Evitar la culpa**, **Suspender el juicio** y **Trivia**.
 - **Evitar la culpa** está entrenado porque la exploración de los valores implícitos en la manifestación de la ira lleva a los maestros en la dirección opuesta de la culpa. De hecho, mientras que culpar se caracteriza por una simplificación excesiva de las personas (McGee et al., 2001), esta actividad ofrece a los maestros la oportunidad de enriquecer la narrativa que tienen de las personas que muestran enojo (es decir, ellos mismos o los estudiantes) y, en consecuencia, los ven como individuos más complejos, con sus propias motivaciones e historias.
 - **Suspender el juicio** está entrenado porque explorar los valores implícitos en los comportamientos de ira le da al maestro la oportunidad de verse a sí mismos y / o a los estudiantes como seres humanos complejos, con un desorden siempre cambiante de ideas, pensamientos, valores e historias, mientras que el juicio personal puede subestimarse como una forma de objetivar a las personas. generalizar sus características y fijarlas en el tiempo (Winslade, 2013).
 - El tipo de curiosidad **despertada** en esta actividad se puede definir como "curiosidad narrativa" (White, 2000), es decir, la práctica de hacer preguntas dirigidas a desarrollar descripciones gruesas relacionadas con los comportamientos de ira, con el fin de ayudarse a uno mismo y a los demás a explicar los significados y propósitos subyacentes a estas manifestaciones.

4. Cómo hacer el ejercicio

Paso 1 / Preparación

Explique a los maestros que la actividad tiene como objetivo ayudarlos a ver los comportamientos de enojo que pueden tener en su trabajo en la escuela y los comportamientos de enojo que los estudiantes pueden tener de una manera nueva.

En la práctica, el ejercicio se dividirá en dos partes.

- En la parte 1, se les invitará a responder individualmente algunas preguntas que les harás, sobre un episodio de su vida profesional en el que se sintieron enojados y luego se sintieron culpables por su embarazo.
- En la parte 2 se les invita a trabajar en parejas, practicando preguntas similares a las respondidas en la parte 1.

 PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO			 MCMXXII VYTAUTAS MAGNUS UNIVERSITY	
---	---	---	---	---

	Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar	 Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
---	---	--

Paso 2 / Una historia de ira personal

Entregue a cada maestro una hoja de papel con las siguientes preguntas:

1. ***Piensa en un episodio en el que algo en la escuela realmente te hizo enojar, y mirando hacia atrás, parece que no deberías haber reaccionado de esa manera. Descríbelo brevemente:***
 - a. *¿Qué pasó??*
 - b. *¿Estuviste allí?*
 - c. *¿Quién estaba contigo?*
2. ***¿Qué te hizo enojar?***
3. ***Cuando estamos enojados, significa que algunos valores / principios / ideas importantes han sido heridos, traicionados o frustrados (de lo contrario, ¿por qué deberíamos enojarnos, verdad?)... Entonces, ¿podemos decir que algo importante para ti ha sido herido? ¿Qué valores personales crees que fueron heridos, traicionados o frustrados en esa situación, de modo que te enojaste tanto?***
4. ***¿Por qué estos valores son tan importantes para usted? ¿Cómo te ayuda actuar de acuerdo con estos valores en tu vida cotidiana profesional (y personal, si quieres)?***
5. ***¿Podríamos decir que su enojo es una forma de expresar que no está de acuerdo con los comportamientos / acciones / actitudes que sucedieron en ese episodio, ya que están en contra de algunos de sus valores o principios importantes?***
 - a. *Si es así, ¿hay otras maneras de expresar su desprecio? ¿Hay algo que ya hayas hecho, además de mostrar enojo de la manera en que lo hiciste? ¿Hay algo que hipotéticamente podrías hacer, además de mostrar enojo de la manera en que lo hiciste?*
6. ***Podríamos decir que algunas de las acciones que has realizado en el pasado (o que has hecho hasta ahora, o que podrías hacer en el futuro) para expresar tu desacuerdo con los comportamientos/acciones/actitudes que te han hecho enojar, también son una forma de evitar que otras personas se sientan heridas o traicionadas o frustradas en sus valores importantes, ¿Cómo te sentiste con suerte?***
 - a. *Si es así, ¿qué dice sobre ti como persona y como profesional?*

Invite a los maestros a tomarse un momento para cada pregunta y realmente trate de responderlas todas.

 PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO			 MCMXXII VYTAUTAS MAGNUS UNIVERSITY	
--	---	---	--	---

	Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar	 Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
---	---	--

Tenga en cuenta que su respuesta seguirá siendo privada: no estarán obligados a compartirla con otros participantes, ya que están contando su propia experiencia e historia única.

Paso 3 / Reflexiona sobre esta experiencia

Solo pida a los maestros que compartan, si lo desean, sus ideas y pensamientos sobre esta parte de la actividad.

Algunas preguntas que podría hacer para ayudar en la discusión son las siguientes:

- *¿Cómo fue para ti responder a estas preguntas?*
- *¿Qué descubriste sobre tu enojo que aún no sabías?*
- *¿Cómo fue para ti descubrir algunos de tus valores importantes?*

Paso 4 / Preparación para la Parte 2

Díales a los maestros que la Parte 2 de la actividad ya comienza.

Consiste en una conversación simulada, en la que cada miembro de la pareja, a su vez, asume el rol del profesor, el otro asume el rol del estudiante.

En el papel del estudiante, los maestros interpretan a uno de sus estudiantes que ha tenido una manifestación de ira, ya sea hacia ellos o hacia otros compañeros de clase.

Por otro lado, el Facilitador hace preguntas similares a las propuestas en la Parte 1 de esta actividad.

Deje claro a los maestros que el propósito de esta simulación no es hacerles adivinar los pensamientos y emociones que los estudiantes tuvieron durante esos episodios de ira, sino ayudarlos a enriquecer sus narrativas y ampliar las perspectivas que tienen sobre esos estudiantes.

Como resultado, en el papel de los estudiantes, se invita a los maestros a pensar en cómo creen que sus estudiantes pueden responder preguntas, en lugar de luchar por encontrar las respuestas "verdaderas" que los estudiantes darían.

Después de unos 20 minutos de conversación, los maestros cambian de roles y comienzan una nueva conversación durante otros 20 minutos.

Paso 5 / Una historia de la ira de un estudiante

Las preguntas que el Facilitador debe hacer son las siguientes:

 PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO			 MCMXXII VYTAUTAS MAGNUS UNIVERSITY	
---	---	---	---	---

	<p>Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar</p>	 <p>Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union</p>
---	--	---

1. *Piensa en un episodio en el que algo en la escuela realmente te hizo enojar, y cuando lo piensas, sientes que no deberías haber reaccionado de esa manera. Descríbelo brevemente:*
 - a. *¿Qué pasó??*
 - b. *¿Dónde estabas?*
 - c. *¿Quién estaba contigo?*
2. *¿Qué te hizo enojar?*
3. *Cuando nos enojamos, significa que mis valores / principios / ideas importantes han sido heridos, traicionados o frustrados (de lo contrario, ¿por qué deberíamos enojarnos, verdad?)... Entonces, ¿podemos decir que algo importante para ti ha sido herido? ¿Cuáles de tus valores crees que fueron heridos, traicionados o frustrados en esa situación, por lo que te enojaste tanto?*
4. *¿Por qué estos valores son tan importantes para usted? ¿Cómo te ayuda actuar de acuerdo con estos valores en tu vida personal cotidiana?*
5. *¿Podríamos decir que su enojo es una forma de expresar que no está de acuerdo con los comportamientos / acciones / actitudes que ocurrieron en ese episodio, ya que están en contra de algunos de sus valores o principios importantes?*
 - a. *Si es así, ¿hay otras maneras de expresar su decepción? ¿Hay algo que ya hayas hecho, además de mostrar enojo de la manera en que lo hiciste? ¿Hay algo que hipotéticamente podrías hacer, además de mostrar enojo de la manera en que lo hiciste?*
6. *Si decidieras expresar tus valores de manera diferente a mostrar enojo, ¿cómo los expresarías?*
 - a. *Si decidieras expresar tus valores de esta manera, ¿cómo crees que cambiaría la relación con tu compañero de clase?*
 - b. *Si decidieras expresar tus valores de esta manera diferente, ¿cómo crees que cambiaría la relación con tus maestros?*
7. *Podríamos decir que algunas de las acciones que has realizado en el pasado (o que has hecho hasta ahora, o que podrías hacer en el futuro) para expresar tu desacuerdo con los comportamientos/acciones/actitudes que te han hecho enojar, también son una forma de evitar que otras personas se sientan heridas o traicionadas o frustradas en sus valores importantes, ¿Cómo te sentiste desafortunadamente?*
 - a. *Si es así, ¿qué dice esto sobre ti como persona?*

 <p>PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO</p>			 <p>Vytautas Magnus UNIVERSITY</p>	
---	---	---	---	---

	Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar	 Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
---	---	--

Dejar claro a los maestros en el papel de facilitadores que no existe un orden correcto en cómo se pueden hacer estas preguntas. Pueden saltar de una pregunta a otra de la manera que quieran y de cualquier manera que encuentren útil para la conversación.

Preste atención a cómo cada pareja está lidiando con este ejercicio.
Ayúdalos si se sienten atrapados y no saben cómo avanzar con la conversación.

Paso 6 / Reflexiona sobre las conversaciones

Al final del período estipulado, cada pareja toma 10 minutos para discutir el ejercicio. Algunas preguntas que podría proporcionar en esta etapa para ayudar a los participantes a reflexionar sobre la experiencia podrían ser:

- *¿Cómo fue para usted, en el papel del estudiante, desarrollar una visión alternativa de la ira de su estudiante?*
- *¿Cómo ha cambiado la imagen que tienes de este estudiante después de esta simulación?*
- *¿Cómo fue para usted, en el papel de facilitador, hacer estas preguntas?*
- *¿Qué beneficios ha encontrado al hacer estas preguntas?*

5. Reflexión final

Esta etapa es una discusión grupal sobre la actividad.

El objetivo es ayudar a los maestros del grupo a reflexionar sobre cómo podrían aplicar esta metodología mientras trabajan con estudiantes individuales o una clase para manejar su enojo y el de sus estudiantes por el bien del clima del aula.

Para dirigir la conversación, aquí hay algunos ejemplos de preguntas que puede hacer:

- *Imagina que esta experiencia cambió la forma en que ves el concepto de ira: ¿cómo podrían estos cambios ayudarte a ayudar a los estudiantes a mejorar el clima del baño?*
- *Si decides acercarte a la clase con una actitud que exprese más claramente tus valores, ¿qué es lo primero que puedes hacer?*
- *Ya que hablamos sobre los valores de los estudiantes en la Parte 2, ¿cómo podría ayudar a sus estudiantes a expresar sus valores de manera clara y más respetuosa, hacia usted y sus compañeros de clase?*

6. Materiales especiales

- Una copia de las preguntas descritas en el paso 5 para cada par.

 PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO			 MCMXXII VYTAUTAS MAGNUS UNIVERSITY	
---	---	---	---	---

	Maestros y alumnos mejoran juntos el clima escolar	 Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
---	---	--

- Bolígrafos y hojas de papel.

7. Consejos y trucos

Si los participantes no entendieron las reglas del ejercicio en la Parte 2, puede proponer una breve sesión de calentamiento, solo para mostrarles cómo funciona el ejercicio.

Siéntase libre de dedicar más tiempo a esta actividad. Si lo desea, puede estirarlo todo el tiempo que desee.

Puedes dividirlo en dos sesiones, una dedicada a la Parte 1 y otra dedicada a la Parte 2.

8. Versión online

La actividad también se puede realizar fácilmente online, utilizando plataformas como Skype, Zoom, Google Meet, etc.

Para la Parte 2, una plataforma como "MIRO" (www.miro.com), por ejemplo, le permite crear salas de conversación donde los participantes pueden trabajar en parejas y puede acceder a ellos para monitorear cómo lo están haciendo.

9. Bibliografía - Sitografía

- Carey M., Russell S. y Walther S. (2009). "The Absent but Implicit- Un amplificador para apoyar la investigación terapéutica. *Proceso familiar*, **48**(3): 319-331.
- McGee R., Wolfe D. y Olson J. (2001). Abuso múltiple, atribución de ajuste de culpa entre adolescentes. *Desarrollo y Atología Psicopática*, **13**(4): 827-846.
- White, M. (2000). *Reflexiones sobre la práctica narrativa: ensayos y entrevistas*. Adelaida: Publicaciones del Centro Dulwich
- Winslade, J. M. (2013). De no juzgar a deconstruir el juicio normalizador. *British Journal of Guidance & Counselling*, **41**(5): 518-529.

 PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO			 MCMXXII VYTAUTAS MAGNUS UNIVERSITY	
---	---	---	---	---