

Título

Título : Escuela y Educación de la interioridad:¿Un desafío necesario?

Juan José Leanizbeaskoa Aguirre. BAM-Begoñako Andra Mari-
Escuela de Magisterio(adscrita a la Universidad de Deusto)
jleanizbeaskoa@gmail.com

Resumen: La educación para la interioridad debe de ser una apuesta escolar independientemente del tipo de escuela del que hablemos. Porque todas las personas necesitamos un espacio para descubrir lo más hondo de nosotros mismos que nos facilite abrirnos a los demás. Y además esta educación para la interioridad aparte de inherente a la persona lo es al propio marco metodológico actual.

Palabras clave: escuela, interioridad, metodología, persona, inteligencia espiritual.

1. Objetivos o propósitos:

El objetivo de la presente comunicación es la reflexión sobre el "sentido", el "contenido" y la "conveniencia" de abordar la educación de la interioridad en la escuela, ya sea pública o privada o concertada confesional o no, desde la clave de que todas las personas tenemos experiencia de transcendencia y que el reto de "educar para ser" pasa por integrar varias de las inteligencias múltiples.

2. Marco teórico:

Parece que ya nadie duda de que un cambio en el paradigma educativo de niños y adolescentes es necesario. Y también parece que nadie duda de que la persona está dotada de una pluralidad de inteligencias todas ellas constitutivas del "ser". Si esto es así la escuela debe flexibilizar el ser una transmisora de conocimientos para centrarse más en la persona .

Llevamos muchos años de educación en valores y en ocasiones parece que hemos perdido el rumbo y que no siempre acertamos cuáles son esos valores. La educación de la interioridad nos posibilita unificar todas las dimensiones de la persona , *"la capacidad para percibir la dimensión más profunda de la persona y encontrar la esencia de lo que somos, viviendo una vida con sentido y abierta a aquello que lo trasciende"*.

Organizado por:



En definitiva abordar la interioridad consistiría en aportar unas herramientas para conseguir ese objetivo que la persona ha perseguido a lo largo de las diferentes generaciones, la consecución de la felicidad a través del autoconocimiento y el desarrollo personal posibilitando su autorrealización como persona y como persona en sociedad.

En relación al docente decir algo que es clave en todo éste proceso: cuestionarse siempre la significatividad de su ejercicio docente, está trabajando con personas, que son únicas e irrepetibles, facilitando el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado, como mediador de éste proceso y no como únicamente transmisor de conocimientos o de órdenes, con corazón y desde el corazón.

Y respecto a los centros educativos, para intentar ser ecuánime y valorar tantas cosas que se hacen y se hacen bien, identificar todos los espacios en los que ya se trabaja la interioridad, para hacerlo de una forma consciente y confluyente.

Y dentro de este marco teórico, parece necesario clarificar algunos términos en relación al tema que nos ocupa, entre otras cosas, porque somos muchos los que hemos detectado en los ámbitos educativos cierto rechazo a asumir realidades como la interioridad, la inteligencia espiritual, las virtudes, ..., como rechazo a una herencia religiosa que intentan obviar.

Como he dicho anteriormente la educación de la interioridad es una necesidad y una oportunidad para cualquier persona, sin necesidad de que tenga que llegar a la trascendencia. Podemos hablar perfectamente de una "espiritualidad laica".

Comenzamos con la "la inteligencia espiritual". Esta es la raíz de la vida espiritual, pero la espiritualidad no es la religiosidad. La vida espiritual es fundamentalmente búsqueda de sentido, respuesta a las preguntas que como personas nos inquietan, y esto se lleva a cabo mediante la competencia espiritual que consiste en la toma de conciencia del propio mundo interior y de la necesidad de cultivarlo. Una persona "espiritualmente competente" es aquella persona capaz de situarse ante la vida desde un fundamento y con un horizonte.

Interioridad es el descubrimiento del yo más profundo siendo capaz de reflexionar, optar por lo que creemos más conveniente, actuar en coherencia y sobre todo la capacidad de amar.

Espiritualidad es una dimensión profunda de la persona que "transciende" de la realidad. Podemos tomarlo como sinónimo de "trascendencia", pero hemos dicho que podemos hablar de una espiritualidad laica, en éste caso ¿de qué estaríamos hablando? estaríamos hablando de una espiritualidad que trasciende el bienestar personal, mis intereses, mi comodidad, .., para poner los ojos en el "otro", en la sociedad, en las situaciones de injusticia, en el futuro de la humanidad.

Religiosidad. La espiritualidad puede desembocar en religiosidad, pero no necesariamente. La religiosidad expresa la capacidad que tiene el ser humano, de

"religarse" a un Ser que reconoce como distinto de sí y con el que establece alguna forma de comunicación, de vivir en "clave de sentido".

Y decir, por último que, la religiosidad no es necesariamente confesionalidad, porque ésta consiste en la libre identificación con un credo religioso e incluye el sentido de pertenencia a una comunidad .

Dicho lo anterior plantearé la pregunta clave ¿cuál es el objetivo de la educación para la interioridad? Ayudar a nuestro alumnado a conocerse a sí mismo para que descubra toda la potencialidad que como persona tiene y valorarla para que éste autoconocimiento le permita conectar con otras realidades humanas y comprometerse en la construcción de un mundo más solidario en todos sus aspectos.

Para ello será necesario la toma de conciencia de las diferentes dimensiones personales, corporal, psíquica, social, espiritual, conciencia de "sí mismo". para que sea capaz de poner nombre a las emociones , integrarlas y descubrir su propio camino; con las otras personas , para que sea capaz de vivir con ellas desde el servicio, la gratuidad; con la realidad, para que sea capaz de vivir una solidaridad comprometida; y en su caso, con Dios a través de experiencias de apertura al Trascendente .

Algunas pautas para la intervención educativa.

Para educar la interioridad "hay que hacer un camino, porque el viaje hacia la profundidad no se improvisa" (Javier Melloni).

El paradigma educativo que nos propone las inteligencias múltiples un el marco adecuado para una intervención educativa en éste sentido y para persuadir a las familias y a esa parte del profesorado reacio a integrar elementos que vayan más allá del currículo de la materia, que existen competencias interpersonales e intrapersonales, que son imprescindibles para entender una educación integral y que ésta tiene una relación directa en la vida personal y en el futuro profesional de nuestro alumnado.

El punto de partida será cuestionarse la razón de toda intervención educativa, preguntarse por el porqué y para qué.

A partir de aquí, señalaré algunos de los aspectos a tener en cuenta a la hora de plantear actividades de interioridad, dejando claro que, en muchas ocasiones, no serán necesarias tales actividades, sino una adecuada intervención del docente. Es decir, existen muchos programas para trabajar la interioridad en el aula, que son una aportación fabulosa, pero desde mi experiencia, lo que plantearé son puntos de interés, actitudes y dinámicas que sería deseable que todo educador pusiese en práctica, independientemente de que el centro optase por dotar un espacio en el horario para este fin.

3. Metodología:

El estudio realizado tiene dos partes; la primera trata de una investigación bibliográfica para asentar las bases del tema, y una segunda que ha consistido en la implementación en el curso 2016-2017 de una serie de actividades en torno a la educación de la interioridad, dentro del contexto de una sesión habitual, en ocasiones se trataba de una actividad inicial o final de unos pocos minutos y en otras, los menos, una sesión.

Han participado en la experiencia 100 alumnos/as de entre 12 y 14 años, que cursaban 1º, 2º y 3º de ESO.

4. Discusión de los datos, evidencias, objetos o materiales:

De la investigación bibliográfica y trabajo de campo realizado, para conocer diferentes experiencias se puede concluir, a nivel general, lo siguiente

4.1. Los elementos que cualquier centro y/o profesor puede poner en práctica son los siguientes:

- Vivir el silencio, no como imposición sino experiencia vital.
- Ser consciente de lo que expresamos con nuestro propio cuerpo, y el del alumnado.
- Control y variación del tono de voz.
- Hacer pausas e inferencias.
- Conocimiento del grupo a nivel general y a nivel particular, grado de motivación, intereses, inteligencias dominantes,...
- Transmitir con los diferentes sentidos.
- *Feed-back* continuo con los alumnos.
- Marcar los diferentes momentos de la clase, con especial atención al comienzo y al final.
- Utilizar palabras y/o gestos de aprobación, agradecimiento, estímulo positivo.
- Cuidar el clima del aula, disposición de ésta, iconos significativos, ...

4.2. Aspectos a trabajar:

- Conocimiento y aceptación de uno mismo.
- Escuchar el silencio.
- Preguntarse sobre el sentido de la vida e intentar dar respuestas.
- Contemplación, admiración ante la belleza, la naturaleza, ...
- Reconocer y poner en práctica "acciones virtuosas".
- Aprender a expresar sentimientos y emociones.
- Descubrir la soledad como opción y necesidad.

Organizado por:



- Abrirse al amor
- Plantear su "proyecto de vida"

4.3. Opciones metodológicas

Como he dicho anteriormente, mi experiencia se limita a plantear intervenciones educativas que puedan llevarse a cabo en cualquier aula, por cualquier profesor, en su intervención diaria, más allá de los programas de interioridad, sin menospreciar su valor y su interés.

Y como también he mencionado las propuestas metodológicas que se sitúan en torno a las inteligencias múltiples son un aliados excelentes para la práctica del aula.

En primer lugar el Aprendizaje por Proyectos, que requiere comunicación, interacción, pensamiento crítico, creatividad, logros individuales y sobre todo colectivos, intercambio de inteligencias y valoración de todas ellas.

Diseñar y llevar a cabo un proyecto trabajando las inteligencias múltiples supone unificar todas las dimensiones de la persona y ponerlas al servicio de un proyecto común, en el que todos somos "importantes".

A ello podemos unir el Aprendizaje Servicio que es una experiencia pedagógica de primer orden en la que se pueden trabajar contenidos curriculares con sus respectivos indicadores de logros mediante experiencias significativas de servicio a la comunidad, que nos permite el desarrollo de competencias integrando capacidades, habilidades, conocimientos y valores que se movilizan para resolver situaciones reales de manera eficaz.

Anteriormente me refería a cuidar el clima de la clase y hacía referencia a la iconografía. En éste sentido podemos trabajar el "visual thinking" o "pensamiento visual", que es una herramienta por la que a través de dibujos *simples y fácilmente reconocibles*, trabajamos diferentes ideas creando conexiones entre si por medio de *mapas mentales*, con el objetivo de entenderlas mejor, definir objetivos, identificar problemas, descubrir soluciones, simular procesos y generar nuevas ideas.

Estamos pasando del "saber" al "saber hacer", "saber ser", "saber convivir", y al "pensamiento crítico". En definitiva instrumentos que nos facilitan la introspección y la respuesta a preguntas que como persona nos inquietan y nos llaman a tomar postura.

4.4. Actividades de interioridad.

A continuación me limitaré a nombrar algunas de las actividades de interioridad que se pueden plantear en el aula, sin un planteamiento exhaustivo, sino en la línea de lo que me he referido, actividades que pueden encajar en diferentes momentos y en diferentes áreas o a demanda del clima del aula.

Y para evidenciar que estas actividades pueden ser parte del quehacer diario, me parecen significativas las palabras de Melloni que a continuación cito:

"Existe un (...) tipo de cultivo de la interioridad (...) que lo hallamos en la atracción por la naturaleza, en ciertas prácticas deportivas pausadas y no competitivas, en el gusto por la música, por la lectura u otras formas de ocio que no vacíen sino que nutran. [...] El mero hecho de caminar, de servir una taza de té, de cuidar un jardín, etc., pueden convertirse en vehículos de interioridad por la cualidad de conciencia con que lo hagamos".

Algunas de estas prácticas que he podido realizar y que tienen una respuesta positiva por parte del alumnado son:

- Ejercicios de relajación.
- Ejercicios de meditación.
- Ejercicios de visualización.
- Respiración profunda, consciente.
- Hacer *focusing*: ¿Cómo estás? ¿Qué cosas hay entre «yo» y estar del todo bien?
- Dibujos centrados.(Mandalas)
- Experiencias de silencio.
- Cerrar los ojos, respirar...
- Consciencia corporal
- Practicar la atención.(Atención plena)

5. Resultados y/o conclusiones:

Para evaluar la experiencia hemos utilizado un diario anecdótico, con el fin reflejar todos los elementos que nos han parecido significativos, por supuesto, la observación directa. Hemos creado también espacios dialógicos donde la escucha activa adquiere un papel relevante, así como, la expresión de sentimientos y emociones.

Por último hemos realizado una encuesta de satisfacción en la que el 98% de los participantes se han mostrado partidarios de continuar con estas prácticas.

En una pregunta abierta de sugerencias, han manifestado, " que se han sentido bien", "que les encanta estar en silencio", "que , en ocasiones, de forma individual,

Organizado por:



hacen un espacio de "silencio-meditación" , " que han descubierto que el interior les habla " , "que los ejercicios de relajación y visualizaciones, les gusta"

Por todo ello podemos concluir que es necesario hacer una apuesta para que la educación para la interioridad esté presente en la escuela.

6. Contribuciones y significación científica de este trabajo:

La presente investigación pretende, partiendo de la revisión bibliográfica, de las conclusiones que de esta se desprenden y de la implementación de actividades en torno a la interioridad con una muestra de 100 alumnos/as, de un centro público de la CAPV de edades comprendidas entre 12-14 años y realizada en el curso escolar 2016-17, valorar la importancia y necesidad de introducir la educación para la interioridad en la escuela y de una manera especial en la escuela pública, en la que se detecta una cierta prevención.

7. Bibliografía:

ALBURQUERQUE, E. (2005) "Espiritualidad de lo cotidiano", Misión Joven 340.

ANDRÉS, E. (2009) "La educación de la interioridad" CCS.

AA.VV. (2004) "La interioridad, un paradigma emergente" PPC.

ESCUELAS CATÓLICAS. (2008) "Reflexiones en torno a la competencia espiritual", Madrid.

GÓMEZ I. (2013) *La inteligencia espiritual. Una oportunidad para la Enseñanza Religiosa Escolar*. Delegación Episcopal de Enseñanza, Zaragoza.

GÓMEZ I. (2014) *Educación de la inteligencia espiritual. Recursos para la clase de Religión*. Khaf. Madrid.

JALÓN, C. Asociación Horeb. <http://descubretuinterioridad.com/interioridad.html>

MELLONI, X.: "Búsqueda de interioridad", artículo en Misión Joven Digital.

MANZANOS, J. (2014) Proyecto "EN TI", Edelvives, Madrid.

PIERA GOMAR, M. (2012) "Educar en el silencio y en la interioridad". CCS.

TORRALBA, F. (2012) "Inteligencia espiritual", Plataforma Editorial.