



Animación de la vida de las y los educadores en tiempos de Cuarentena

Guía para la animación del encuentro

Propósito

Ofrecer a las personas un espacio de “oasis” psico- espiritual y encuentro, que les permita nutrirse interiormente para seguir transitando este tiempo delicado del Aislamiento Social.

La simbología de las cuatro ruedas

Tiene una doble perspectiva:

- Por un lado, son “ruedas simbólicas” (rondas) de mate....
- Por otra parte, son como las cuatro ruedas de un auto; en la medida que las movilizamos juntas nos permiten avanzar.... En este caso, se trata de vivir conscientemente:
 - El sentido del humor
 - Las emociones
 - El registro de aprendizajes
 - Las “miradas de sentido” que puedan surgir

Se trata de 4 factores de resiliencia importantes para estos tiempos.

Sugerencias previas

- Cada grupo, institución, cultura...tiene su peculiaridad. Sin embargo, sugiero que este encuentro se realice entre no más de 15 ó 20 personas (idealmente doce) y en un tiempo no mayor a 90 minutos.
- Por lo tanto, si bien se invita a reflexionar y compartir, es importante que el animador/a le de cierta dinámica de agilidad al proceso... No se trata de detenerse a profundizar los temas (en este encuadre) sino más bien de facilitar el fluir de la consciencia, de un modo dinámico. La idea es más bien “abrir espacios de consciencia” y facilitar el encuentro, sin detenerse demasiado.
- **En ningún momento** se tratará de analizar, ni mucho menos juzgar o plantear lo que está bien o mal...Partimos de la base de que cada persona está viviendo este tiempo de aislamiento social con las herramientas y posibilidades que tiene. Y nuestra misión es ayudarla a vivirlo más conscientemente. Sólo eso. En el interior de cada uno/a de los participantes se irán dando los procesos que puedan darse; pero no es nuestra intención apurar, juzgar, evaluar ni forzar nada.

En la previa

- Se trata de una INVITACIÓN a un encuentro relacional... Donde no nos encontraremos desde "los roles" ni tareas, sino desde nuestro ser humanos atravesando este tiempo....
- Pedir que cada persona traiga pensado, para el encuentro, o bien un chiste o bien una anécdota graciosa de estos días de cuarentena.
- Se cursa la invitación por Zoom o por otra plataforma.

Pasos del encuentro

Momento	Actividad	Duración aproximada
Primera rueda: la rueda del humor	<p>El animador/a hace una sencilla bienvenida y explica muy brevemente el sentido de las "cuatro ruedas" (a partir de lo que se menciona en las sugerencias previas)</p> <p>Cada persona compartirá con el grupo o bien un chiste (cualquiera) o una anécdota graciosa de estos días de cuarentena. Se hace a modo de integración e inicio del encuentro... Se busca distensión e informalidad</p>	<i>10 a 15 minutos</i>
Segunda rueda: la rueda de las emociones	<p>El animador invita a que cada persona dibuje un corazón en una hoja</p> <p>Les propone hacer un sencillo ejercicio muy breve de respiración (por ejemplo, cerrar un momento los ojos y contar 10 respiraciones suaves completas)</p> <p>Invita a escribir, durante tres o cuatro minutos, todas las EMOCIONES que fuimos sintiendo durante este tiempo de cuarentena... Sin dar detalles, simplemente escribiendo las palabras en el corazón (miedo, dolor, rabia, alegría, etc.) Insistir en que las emociones no son "buenas o malas" y que simplemente se trata de reconocerlas</p>	<i>25 minutos</i>

Luego propone hacer una “rueda de emociones”: que quienes lo deseen (no se fuerza) puedan sencillamente decir en voz alta las palabras que escribieron.

**Tercera
rueda:**

**la rueda de
los
aprendizajes**

Se invita a dar vuelta la hoja y, de un modo muy espontáneo, escribir todas las cosas que voy aprendiendo durante esta cuarentena. Desde las simples y básicas (como por ejemplo cocinar tal o cual cosa) hasta aquellas quizá más complejas, profundas o existenciales... Simplemente hacer una lista a medida que vienen a la mente.

15
minutos

Al igual que en la rueda anterior, se invita a compartir en voz alta, a quienes deseen, esos aprendizajes. Mencionarlos, sin entrar en demasiados detalles...

**Cuarta
rueda:**

**la rueda de
los sentidos**

Explicar brevemente a modo de introducción a este momento: una característica propia del ser humano es que puede “dar sentido” o encontrar sentido a lo que vive. Esos sentidos pueden ser muy diversos: filosóficos, religiosos, políticos... Los sentidos son como “relatos” que nos permiten sentirnos contenidos.

Por ejemplo: algunas personas afirman que esta experiencia les está ayudando a valorar la vida y la familia... Otros afirman que esta experiencia nos permitirá respetar el planeta y no violentarlo tanto. Para otros esta experiencia nos invita a repensar el rol del Estado. Otros encuentran que Dios no nos abandona y nos fortalece en estos tiempos oscuros....

¿Qué tienen en común todas esas expresiones? Que de algún modo “integran” lo que se está viviendo en un sentido que parece darle coherencia, o al menos nos permite transitarlo sin de-subjetivarnos tanto... Esa dimensión humana que llamamos ESPIRITUALIDAD es muy importante; nos permite filosofar, nos permite creer, nos permite crear... Aún en los momentos más duros nos hace bien empoderarnos de ella. Lo necesitamos porque nos humaniza...

25
minutos

Invitar a preguntarse: *En estos tiempos... ¿Se despierta en mí alguna "mirada de sentido" respecto de esta experiencia que como humanidad vamos viviendo? ¿Qué me sostiene, me inspira...? Mi perspectiva creyente... ¿Me permite transitar este tiempo? ¿Cómo? Son todas preguntas que nos hacemos con mucha humildad y sin forzar nada, simplemente abriéndonos a lo que pueda ocurrir (o no) en nuestro interior...*

Se invita a que, quien lo desee, pueda compartir alguna de esas "miradas de sentido", de manera sencilla y fraternal. Simplemente escuchamos; no debatimos al respecto.

Luego, **como cierre** de las cuatro ruedas, el animador/a propone encontrarnos en un "relato de sentido colectivo" que se ha ofrecido en este tiempo a la humanidad: el mensaje del Papa. *Estamos todos en la misma barca....* Se proyecta una imagen de los discípulos en la barca con tres o cuatro frases de ese mensaje, mientras escuchamos la canción "Contra viento y Marea" (de E. Blázquez y M. Ross)

Sugerencia de invitación:

Querido/a Educador/a....

¡Hola! Porque nos importás vos, como persona.... ¡queremos hacer una invitación muy especial!

Un espacio de reunión virtual diferente... en el cual compartir "desde otro lugar". Un espacio para encontrarnos, para reírnos, para conectar con nuestro interior y nutrir nuestra espiritualidad.

Lo hemos llamado LAS CUATRO RUEDAS:

- *La rueda del humor*
- *La rueda de las emociones*
- *La rueda de los aprendizajes*
- *La rueda de los sentidos*

Es un espacio de encuentro de unos 90 minutos, que, esperamos, sea un "oasis" en este desafío intenso de educar en la Cuarentena. Ojalá puedas y quieras aprovecharlo.

¡¡¡Te esperamos!!!