

Trabajo Práctico Obligatorio N°1

*6° Jornada de Comunicación
"Eligiendo el Cristal. Escuchar con los
oídos del corazón"*

CARRERA: FORMACIÓN DE PSICOPEDAGOGOS/AS

UNIDAD CURRICULAR: TEOLOGÍA III

PROFESORA: CLAUDIA MEZA

ALUMNAS: SERVIAN FLORENCIA, SOSA NAYLA,

SOTO GABRIELA

AÑO LECTIVO: 2022

El presente escrito, toma como eje central la actividad grupal de entrevista, la cual será detallada más adelante, como también el Mensaje del Santo Padre Francisco para la “56° Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales” y el Conversatorio (6° Jornada de comunicación: “Elegiendo el Cristal”).

De esta manera, nuestra propuesta final consistirá en presentar un “Post” como forma de comunicar la importancia de “Escuchar con los oídos del corazón” utilizando como medio la red social “Instagram”.

56° JORNADA MUNDIAL DE LAS COMUNICACIONES SOCIALES

El Papa Francisco en su Mensaje para la 56 Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales nos propone “centrar la atención” sobre el verbo “escuchar”, que dice que es “decisivo en la gramática de la comunicación y condición para un diálogo auténtico”. Asimismo, el Papa nos recuerda en el mensaje que “lo que hace la comunicación buena y plenamente humana es precisamente la escucha de quien tenemos delante, cara a cara, la escucha del otro a quien nos acercamos con apertura leal, confiada y honesta, porque así ya no tendremos ante nosotros “números o invasores peligrosos, sino rostros e historias de personas concretas, miradas, esperanzas, sufrimientos de hombres y mujeres que hay que escuchar”.

Escuchando damos al otro la posibilidad de compartirnos sus sentimientos, deseos o preocupaciones, proporcionando apoyo emocional. Escuchar supone observar al otro, y compaginando la escucha con la mirada, psicopedagógica en nuestro caso, podemos transmitir acogida, inspirar confianza, proporcionar atención y habilitar a la persona manifestar lo que realmente le preocupa.

Aprender a escuchar es una de las habilidades más valiosas para nuestro día a día. Escuchar correctamente nos sirve no solo para entender la postura de la otra persona, sino también para relacionarnos adecuadamente con ella, tanto en las relaciones personales como en las profesionales.

 **“LA ESCUCHA COMO HERRAMIENTA Y MUESTRA DE AMOR”****ACTIVIDAD INICIAL: ENTREVISTA**

¿Nos podrías contar alguna experiencia significativa escuchando o siendo escuchada?

“Si, tuve experiencia más que nada al escuchar a otras personas, que estaban viviendo una situación difícil en su vida, que no podían contar con nadie, no lograban hablar con un familiar y que en momentos así, fui ese oído para poder escuchar con el corazón, como así también poder orientarlos; situaciones difíciles de abuso, de pensamientos suicidas, más que nada con los jóvenes, pero también con mayores, y siento que Dios me uso en ese momento para poder oírlos a través de mí, porque somos herramientas también, por eso es importante no solamente prestar el oído sino que justamente abrimos, en el entendimiento y el corazón, siendo muy importante estar predispuestos para los demás.

También, que siempre cuesta hablar, más que nada con nuestro entorno, con nuestros padres, con las personas que están al lado, nos cuesta abrimos. También del por otro lado, me cuesta también hablar, contar mis sentimientos, mostrarme vulnerable más que nada hacia otras personas, entonces son muy pocas las ocasiones donde me puedo abrir y sentirme realmente escuchada.

Muchas veces tiene que ver con lo que uno pasa en la vida y el carácter o la forma que tenemos de expresarnos y las fortalezas que vamos creando desde chicos, entonces nos cuesta mostrar nuestro lado vulnerable, que eso ocurre justamente cuando abrimos nuestro corazón y ahí podemos soltar lo que tenemos, podemos hablar, podemos contarle a la otra persona. Pero sí, las veces que necesité ser escuchada, lo fui.”

Teniendo en cuenta el mensaje del Papa Francisco, se relacionan los siguientes párrafos:

“Estamos perdiendo la capacidad de escuchar a quien tenemos delante, sea en la trama normal de las relaciones cotidianas, sea en los debates sobre los temas más importantes de la vida civil.

El deseo ilimitado de ser escuchados. Es un deseo que a menudo permanece escondido, pero que interpela a todos los que están llamados a ser educadores o formadores, o que desempeñen un papel de comunicador: los padres y los profesores, los pastores y los agentes de pastoral, los trabajadores de la información y cuantos prestan un servicio social o político.

Cada uno debe estar pronto a escuchar, pero ser lento para hablar» (1,19)

¿Qué importancia o qué lugar ocupa la escucha en su vida?

“Es muy importante porque, dice la Palabra de Dios -mientras callé, envejecieron los huesos- y todo lo que nosotros callamos siempre se exterioriza a través de enfermedades, a través de nuestro cuerpo, lo que nosotros reprimimos lo va hablando, tarde o temprano, lo que vamos callando. Y también, que estamos en un tiempo en donde los chicos, y me encanta esto, de que los chicos no se callan, y que hablan y cuentan. Se rompió muchísimo con lo que era antes, porque en los tiempos anteriores era “de esto no se habla”, había muchas cosas, muchos temas tabú, entonces tenías que ser cerrado, no podías contar tus sentimientos o las cosas que pasaban... abusos, violencia física, sexual, necesidades, todo lo tenían que reprimir, entonces era una sociedad reprimida totalmente. Tanto como esposa, como hija, como mamá, todas calladas, las mujeres, y los hombres también. Pero ahora en estos tiempos, gracias a Dios, somos más comunicativos, y no tenemos miedo de expresar lo que llevamos dentro, sino que, en cierto punto, siempre buscamos alguien con quien hablar, y eso está buenísimo, es lo que fomentamos nosotros, como mamás también, que nuestros hijos tengan la confianza plena de poder contarnos y de que se puede hablar sin miedo. No hay un tema del que no se puede hablar, tenemos que hablar de todo y tomarnos ese tiempito para escuchar sin juzgar... poder escuchar, aunque a veces nos cuesta, sin juzgar y sin retar, sino simplemente escuchar, escuchar con el corazón”

Teniendo en cuenta el mensaje del Papa Francisco, se relacionan los siguientes párrafos:

“La escucha, en el fondo, es una dimensión del amor.

Sólo prestando atención a quién escuchamos, qué escuchamos y cómo escuchamos podemos crecer en el arte de comunicar, cuyo centro no es una teoría o una técnica, sino la «capacidad del corazón que hace posible la proximidad»

Dar gratuitamente un poco del propio tiempo para escuchar a las personas es el primer gesto de caridad.”

¿Cómo podríamos escuchar mejor en los tiempos de hoy?

“Escuchar mejor es, primeramente, disponer del tiempo, porque estamos también a un ritmo acelerado, donde todos tenemos nuestras cosas, el tiempo no alcanza, tenemos trabajo, estudio, actividades, etc., entonces estamos muy enfocados en nosotros mismos. Entonces hacer cambios que son necesarios para comunicarnos con nuestras familias, con seres queridos, para poder escucharlos, y vuelvo a repetir, lo que no se dice, lo que reprimimos, va absorbiendo al cuerpo. También hay muchos casos de estrés, de picos de estrés, de depresión, ataques de pánico, porque justamente no expresamos, no contamos lo que pasa en nuestro interior, y todo lo que queda dentro, es usado en nuestra contra, entonces, tenemos que tener a una persona de confianza con quien hablar y hay mucha gente que no tiene con quien, entonces tenemos que aprender a ser esa persona, que sepa escuchar, sin juzgar y a veces sin aconsejar porque no nos piden consejos, solamente escuchar”

Teniendo en cuenta el mensaje del Papa Francisco, se relacionan los siguientes párrafos:

“No tengan el corazón en los oídos, sino los oídos en el corazón»

La primera escucha que hay que redescubrir cuando se busca una comunicación verdadera es la escucha de sí mismo, de las propias exigencias más verdaderas, aquellas que están inscritas en lo íntimo de toda persona. Y no podemos sino escuchar lo que nos hace únicos en la creación: el deseo de estar en relación con los otros y con el otro. No estamos hechos para vivir como átomos, sino juntos.

EXPERIENCIA: Con respecto a la entrevista, nos resultó una muy enriquecedora, interesante y productiva, ya que nos permitió entender un poco más sobre la manera o estilo en que cada persona escucha al otro y lo importante y significativo que puede llegar a ser en una determinada situación.

🌈 LA ESCUCHA PSICOPEDAGÓGICA:

¿Qué es Escuchar? escuchar no es oír, se trata de tener una disposición, estar disponible, desde lo mental, lo emocional y lo corporal. Implica una posición

activa en este proceso. ¿Cuántas dimensiones entran en juego? ¿Qué factores intervienen en esta habilidad?

Escuchar... como puente de unión entre dos personas, la escucha como un lugar de encuentro elegido. Ese encuentro que solo se da en un clima de respeto y confianza. Escuchar como un elemento clave dentro de la retroalimentación y movimiento que se sucede durante el proceso de un tratamiento psicopedagógico. Una buena escucha ofrece la posibilidad a la persona que nos está hablando de comunicar y expresar sus pensamientos, sus emociones y sus sentimientos. Adoptar una actitud de escucha es apartar nuestros pensamientos y concentrarnos en las expresiones del otro. Toda la energía la ponemos en las necesidades de la otra persona, lo que la hace sentirse reconocida y estimada. Es lo que se denomina una caricia emocional.

La escucha es una habilidad que exige apertura, transparencia y ganas de comprender. El justo equilibrio entre saber escuchar y saber hablar produce el diálogo.

¡Ejercitemos la habilidad de saber escuchar!

Es un ejercicio saludable, enriquecedor y solidario, sobre todo en una sociedad en la que hay muchas personas que necesitan ser escuchadas. Equipo de Psicopedagogía

"Se necesita coraje para pararse y hablar pero mucho más para sentarse y escuchar" Wilson Churchill

Mientras escuchamos estamos creando un espacio de interrelación, un puente emocional de conexión.

CONCLUSION GRUPAL: Haciendo hincapié en la frase destacada en el post: "Ser sabios al escuchar no implica solo responder, sino más bien comprender al otro, dedicar un tiempo o simplemente un silencio". Entendemos que saber escuchar es una virtud, la cual se irá fortaleciendo si desde nuestro propio lugar practicamos por un lado, el ESCUCHAR sin juzgar y, por otro lado, el RESPETAR sin ofender. Para que de alguna manera se logre liberar las angustias, malestares o pensamientos que muchas veces como personas solemos atravesar. Ahora bien, así como es importante escuchar, también es muy importante hablar y comunicarse con el otro, ya sea con familia, amigos, pareja, etc. Es necesaria que esa información sea compartida para una

descontracturación del alma y para saber que no se está solo en la vida, que acompañados a través de solo la escucha toda la situación puede ser más llevadera.

✚ **POST: “LA ESCUCHA COMO HERRAMIENTA Y MUESTRA DE AMOR”**

