

(...) y la esperanza escribe en nuestros labios:
“Cuando esto pase, nunca nos volverá a pasar”

Estimados estudiantes, buenas tardes:

Os escribo reeditando un artículo leído estos días cuyo autor es Aitor Mensuro, responsable de Educación Escolar de AulaPlaneta. En él éste señalaba un gran titular: **Ahora tú eres el verdadero protagonista del aprendizaje**. Sabes que en los últimos años el colegio ha impulsado proyectos de aprendizaje digital y que trabajamos a diario con herramientas y recursos digitales en las clases presenciales (horario lectivo), combinado con el horario no lectivo. El desarrollo de la competencia digital es hoy clave.

Estos días, a raíz del cierre del colegio (y hoy mismo hemos conocido que podría alargarse más allá de lo previsto inicialmente), hemos experimentado de forma inesperada, de un día para otro, con descoloque de todos, que ya no mantenemos el contacto presencial en las aulas, pasillos, patio, comedor... y que toca adaptarse a un nuevo momento histórico.

Sabed que no solo vosotros o vuestras familias. También los educadores, e incluso los que tienen mucha experiencia en “lo digital”, tenemos que afrontar el reto del **aprendizaje a distancia**. Ojalá esta ocasión os sirva (y nos sirva) para entender cómo la tecnología nos resulta útil para continuar con el aprendizaje. Por delante, un reto para todos... ¡y una gran oportunidad para seguir aprendiendo! Mañana lunes, toca continuar la tarea.

Lo primero que debéis entender es que ahora sois realmente los principales protagonistas de vuestro aprendizaje y esto quiere decir que debéis **asumir la situación como un ejercicio de responsabilidad y madurez**. Ahora más que nunca nadie puede aprender por vosotros más que vosotros mismos, acompañados en la distancia por los educadores, los recursos y las herramientas digitales que ponemos a vuestra disposición. Es una cuestión de actitud, dejar de lado una cierta “pasividad” que puede haber a veces en las aulas y lo presencial para **tomar las riendas, motivarse y definir un plan de estudio personal que contemple rutinas y hábitos de trabajo y estudio**.

Sé que los ritmos de aprendizaje varían de unas personas a otras. Tomaos vuestro tiempo (a unos les hará falta menos, a otros más... ¡como en todo!). Pero hay algunas pautas que favorecen el buen aprovechamiento del tiempo invertido en las actividades de estudio:

1. planifica bien el día. Las rutinas son importantes (un rato *para esto*, un rato *para aquello*... y busca también tu rato personal: **¡cuidate!**);
2. comparte el trabajo realizado con educadores y compañeros;
3. participa en las sesiones online y otras actividades que se vayan proponiendo, también desde el área tutorial, *no te pierdas*, mantén contacto con los demás (**¡déjate cuidar!**);
4. si tienes hermanos pequeños, échales una mano en el trabajo, colabora en las tareas de casa, aprende que la principal comunidad ahora es la de nuestro hogar (**¡cuida!**);
5. dispón de variedad de actividades y contenidos que te ayuden a comprender y practicar tus conocimientos;

6. no pierdas de vista un buen libro al que acudir y disfrutar de su lectura;
7. aprovecha la ocasión para otras muchas cosas: busca qué hacer, no te aísles, no te abandones, limita “tiempos de pantalla”, cae en la cuenta de que no vives solo sino con otros, aprovecha el momento, vívelo como algo histórico, que recordarás, que no puedes cambiar, pero sí puedes convertir en una experiencia nueva y de la cual aprender. Y cuando salgas y salgamos de ella, goza de todo lo sencillo que hoy nos parece imposible: pasear, un abrazo o estrechar la mano, disfrutar del campo de hierba artificial cualquier recreo al sol, de los compañeros de clase, de un entrenamiento, de las actividades y compañeros de Arrupe o la V Tropa scout...

Por nuestra parte, da por hecho que seguiremos con la tarea de dar continuidad a las “clases diarias”, aunque ello no suponga dar una clase “en vivo y en directo”, codo con codo, sino por otros medios. Da por hecho también que no cejamos en el empeño de elaborar planes de aprendizaje con variedad y diversidad de actividades, pequeñas píldoras de contenido teórico que faciliten la comprensión, la adquisición de los conocimientos y el desarrollo de habilidades y competencias. Disculpa si en algún momento te sientes agobiado por la cantidad de cosas (¡recuerda que no se trata de hacer todo y en un tiempo determinado!). Distribuye tiempos, marca horarios, disfruta aprendiendo. Cuenta conmigo y con todos nosotros si hay algo que te preocupe, que necesites compartir, preguntar... Y, por último, una palabra de **ánimo**. Todo volverá a la normalidad si somos capaces de seguir las normas, poner nuestro grano de arena en esta situación de crisis, confiar y no dejarnos llevar por miedos, desesperanzas, enfados... Recuerda que **juntos** es la única manera de afrontar una crisis así. Hay muchos que están haciendo mucho porque esto pase, ¡y pasará! ¡Eh! Y no dejes de colaborar en casa con los tuyos, **cuídalos y cuídate**. Un saludo y ánimo con todo,

Carlos Moraza
director@jesuitaspamplona.org
 (22 de marzo de 2020)

Psicología en los tiempos del COVID-19. Algunos consejos o pasos



(Fuente: Clemente Casado Alarcón, psicólogo general sanitario)