

Educación ante el dolor

Los estudiantes reciben una nueva formación para superar las dificultades de la vida

Contenido facilitado por el Servicio de Atención Domiciliaria

El departamento de Educación del gobierno, desde su Servicio de Atención Domiciliaria del CREENA, ubicado en el Complejo Hospitalario de Navarra, ha puesto en marcha un programa formativo para ayudar a niños y jóvenes a reflexionar y afrontar la adversidad.

Decía el psiquiatra y neurólogo Viktor E. Frankl que "si no está en tus manos cambiar una situación que te produce dolor, siempre podrás escoger la actitud con la que afrontes ese sufrimiento". Somos conscientes de la importancia de reflexionar con los más jóvenes sobre la necesidad de adoptar una actitud positiva ante las adversidades de la vida. Todas las personas tenemos problemas o padecemos por diversas circunstancias. Algunas creen que en ellas no hay nada valioso, e incluso pueden sentir hostilidad hacia quien quiere mostrarles

todas sus capacidades. Están aferradas a una manera de pensar, sentir y actuar que les limita y que ni les deja ver lo que realmente podrían llegar a hacer, ni les deja ser conscientes de quienes son realmente. Por ello, el departamento de Educación ha impulsado una nueva línea de formación llamada *Sensibilización ante el dolor*, para que los estudiantes profundicen en la fortaleza de la resiliencia, la capacidad para afrontar las adversidades y salir de ellas fortalecidos.

En este programa de formación se plantean dos tipos de intervenciones. Por un lado, se proponen charlas en las aulas educativas bajo el título *Actitud positiva ante las adversidades de la vida*. Son dos sesiones de una hora en las que la ponente entabla un diálogo con los alumnos a través de experiencias de vida. Los menores pueden acudir a las jornadas de reflexión *El despertar de la conciencia social* en el salón de actos del Complejo Hospitalario de Navarra. Allí asisten a charlas sobre *Resiliencia y sentido de la vida* y *Cómo ayudar a personas que atraviesan situaciones de dificultad*.

A. Artázcoz es orientadora y coordinadora del Servicio de Atención Educativa Domiciliaria del CREENA.

Aprender a afrontar la adversidad



La iniciativa se dirige a alumnos de primaria. Foto: Jara Calvo

Contenido del programa

Es un proyecto educativo que ofrece claves sobre cómo formar en la resiliencia, que es la capacidad de una persona o de un grupo para afrontar las adversidades y resurgir fortalecido o transformado. Ante los sufrimientos, los traumas y el dolor padecido presenta futuros posibles sobre la esperanza humana y la consecución de la felicidad.

Beneficiarios

Este programa de formación está dirigido al alumnado de 6º de educación primaria, 4º de ESO, bachillerato y FP de centros públicos y concertados que deseen ahondar en esta fortaleza que todas las personas poseemos, pero que, en ocasiones, tenemos poco desarrollada.

Centros interesados

Los centros interesados en esta iniciativa pueden contactar con sus responsables en el departamento de Educación en el Complejo Hospitalario de Navarra. También pueden llamar al 848 42 91 89 o escribir a creedom@educacion.navarra.es



Ana Artázcoz habla de su experiencia en centros educativos como el colegio Larraona. Foto: Jara Calvo