

LOS DUENDES QUE LLEVAMOS DENTRO

Miguel Calvo Soto

Los estados emocionales y los sentimientos forman parte activa de la vida de las aulas. No podemos negarlos, ni obviarlos y mucho menos reprimirlos o controlarlos. Afrontemos con eficacia esta parte de la realidad y hagamos que forme parte del currículum escolar.

Una porción de esa educación emocional consiste en que el alumnado caiga en cuenta de sus emociones y sepa reconocerlas. Los cuentos tradicionales han jugado un importante papel en esa formación. Podemos utilizar esos cuentos, sólo aquellos con los que nos sintamos identificados o nos resulte gratificante contar (hay muchos cuentos tradicionales a los que les reconozco algún valor educativo y, a pesar de eso, no me encuentro cómodo contándolos). Tal vez por eso, insisto en buscar cuentos frescos, nuevas historias, modernos mitos y referentes inéditos que ayuden a nuestro propósito didáctico en el terreno emocional. Aquí os propongo otra estrategia que me ha dado buenos resultados en clase.

Les digo que en nuestro interior llevamos muchos duendes pequeños que a veces se nos escapan. Enseguida lo identifican con elementos del cuerpo humano y me hablan de glóbulos rojos, blancos, plaquetas, espermatozoides, virus,... o la conversación deriva por lo escatológico. Ese camino no

me interesa y lo reconduzco: Esos duendes pueden gobernarnos, conducirnos como si fuéramos un robot, nos hacen hacer y decir cosas que no queremos. Les pongo algún ejemplo, recordando hechos que han ocurrido en clase. Me parece que lo entienden. Les propongo el juego de cazar los duendes interiores. Cuando los hayamos cazado, los estudiaremos, nos haremos amigos de ellos y les pediremos que no hagan nada sin contar con nosotros. Para cazarlos hace falta seguir unos pasos:

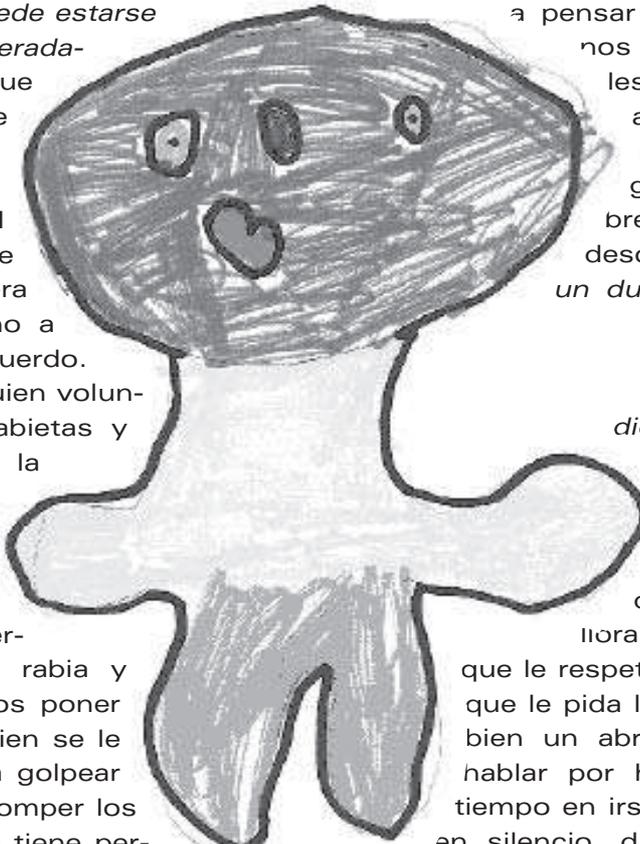
- Encontrar un duende.
- Ponerle nombre
- Describirlo
- Buscar lo que necesita.
- Trabajar en equipo.

Al primero les ayudaré a cazarlo yo y el resto les tocará a ellos y a ellas:



Veo que Marta empuja a Alejandro a la vez que se queja amargamente de un pellizco que le ha dado al mover la mesa. Marta está fuera de sí, grita y quiere pegar a su compañero. -¡Ya he visto a un duende!- Les digo. -Yo también- Dice Pablo. -

¿Cómo se puede llamar ese duende que se le ha escapado a Marta?- Tras un pequeño diálogo concluimos que es Rabietas. -¿Qué hace y que pintas tiene?- Van aportando distintos rasgos hasta que el retrato queda como sigue: *Tiene las cejas de punta y la frente arrugada, busca con mucha fuerza algo que ha perdido, grita, insulta, amenaza y habla, con muy malos modales, de injusticia y derechos. No puede estarse quieto y se mueve exageradamente.* -¿Qué creéis que necesita para irse y que nos deje en paz?- Nuevo debate que acaba cuando Ángel dice que se mueva y que grite todo lo que quiera pero que no haga daño a nada ni a nadie. Hay acuerdo. Ahora necesitamos alguien voluntario para dibujar a Rabietas y que lo conozcamos a la primera que lo veamos. El rincón de las emociones nos ayudará para llevar a nuestro duende Rabietas, ponerse el sombrero de la rabia y como no se lo podemos poner se lo pondremos a quien se le ha escapado, allí podrá golpear los cojines, retorcer y romper los papeles viejos, también tiene permiso para llorar, sin que nadie se ría o se burle, sin que nadie le rechace. En este caso, Marta puede ir al rincón y dejar a Rabietas que se mueva sin riesgo. La clase le permite que exprese su rabia con sonido y movimiento, dentro de los límites establecidos que protegen al grupo y a cada uno de los individuos. El duende acaba por desaparecer. Ahora podemos hablar. Marta y Alejandro conversan a solas de su problema, si no encuentran solución reclamarán la intervención de un mediador: un compañero o el maestro. Poco a poco van conociendo al Rabietas que llevamos cada uno de nosotros en nuestro interior y también van identificando al de los demás y seguimos un procedimiento que entendemos adecuado sin rechazos ni amenazas que puedan originar o contribuir a estados emocionales más complejos: depresión, ansiedad, angustia, resentimiento, culpa, frustración, violencia,... Que iremos conociendo



paulatinamente y bautizándolos con nombres más familiares.

Un suceso trágico, ha muerto con 16 años la prima de varios alumnos de clase, nos permite conocer a otro de los duendes.

Tristón. Cada uno de nuestros particulares tristones se confabularon juntos para ocupar la clase durante varios días. Les ayudo a pensar en el duende que se nos estaba escapando y les recuerdo el proceso anterior. Nos reconocemos tristes y enseguida tenemos nombre: Tristón. Luego lo describimos. *Se trata de un duende encogido, como un globo desinflado. Está muy triste y lloroso porque ha perdido algo importante que ya no puede tener. Descubre el valor de la vida. Para que Tristón se vaya y nos deje en paz, necesita llorar en un hombro amigo que le respeta y le dice de corazón que le pida lo que necesita. Le va bien un abrazo en silencio y no hablar por hablar. Tarda mucho tiempo en irse. La clase, se quedó en silencio, dio permiso a algunas lágrimas, nos abrazamos juntos y nos pusimos a disposición de los demás. Varios Tristones iban y venían aquellos días por el aula callada. La frase que más se oía: *Se me ha escapado Tristón.* Los más cercanos al familiar desaparecido recibieron toda clase de atenciones y Tristón recibió una importante variedad de formas y colores, al final elegimos a uno, seguramente por atención a quien lo había dibujado.*

Así fueron apareciendo los otros duendes:

Felices. *Abre los brazos y se estira. Se estira tanto que se le abre la boca en una sonrisa. Está muy contento porque ha ganado algo muy importante y necesita celebrarlo con sus amigos. Compartir su triunfo. A unos pocos, se les escapa Felices siempre, aunque no ganen nada.*

Caguetas. Se tapa, se esconde, se queda paralizado, sin poder moverse. Tiembla y llora. Tiene miedo, se siente amenazado. Necesita que le protejan.

Mimosín. Se le escapa el cariño por todas las partes. Siente deseos de abrazar y que lo abracen. Necesita querer y que lo quieran. te dejará en paz si puede compartir su cariño.

Más tarde empezaron a salir otros personajes, que entendí que convenía diferenciar de los anteriores porque correspondían a otra categoría de sentimientos y por eso les propuse llamarlos de otra manera. Debatimos entre varios hasta acordar que los llamaríamos gnomos. Entre los gnomos salieron los siguientes:

Pelusa. Lleno de celos y envidia. Solo quiere lo que tiene otro. Necesita un rato de cariño y atención para el sólo.

Espejitos. Muy presumido, le importa mucho lo que los demás piensan de él. Necesita quererse un poco más.

Payasete. Hace tonterías para que los demás se rían. Pide atención. Necesita que le hagan caso y puede esperar el momento oportuno. Se puede pactar y llegar a acuerdos con él.

Chinche. Travieso y enredador. Muy amigo de Payasete. Necesita lo mismo.

Marimandón. Manda demasiado, quiere que los demás le hagan caso. Puede amenazar y pegar si no se le hace caso. Tiene un amigo íntimo que se llama **Chuleta-Malaspulgas** Los dos necesitan que les hagan caso pero con límites y aprender a solucionar los

problemas de forma pacífica.

Fueron describiendo otros gnomos con nombres como los siguientes: **Vagoneta, Comodón, Guarrete, Pulcro, Raudo, Chispita, Curiosón, Cangurín, Trolas, Chitón, Laborioso, S o s e r a s , Compromiso,...**



No recuerdo qué niño, afirmó que más escondidos habría otros personajes. No sabía explicarlo muy bien, sostenía que estaban pero que no se veían, que a los duendes y a los gnomos se les conocía rápido, pero que a estos otros apenas se les veía porque estaban escondidos en lo más profundo, como los elfos. Y nos puso

un ejemplo: Como a mí mamá que le habían dicho en médico que tiene "**ansias**" (a su madre le habían diagnosticado ansiedad y estaba en tratamiento). La conversación se alargó porque una niña conocía a un niño de otro pueblo que le habían dicho que era muy movido (le habían catalogado de hiperactivo). Así añadimos los elfos **Ansias** y **Vólido** a nuestro listado.



Seguimos incluyendo nuevos personajes y los nombramos en clase, los convertimos en personajes de nuestras creaciones literarias y artísticas y nos vamos haciendo amigos de nuestros duendes, gnomos y elfos, descubriendo nuevos paisajes interiores. Seguramente también estaremos llenos de sirenas, hadas y brujas que poco a poco iremos destapando. Intentamos explicarnos la vida y disfrutar de ella, dejando aparte los sufrimientos. Muchas veces no lo conseguimos y, en ese camino, disfrutamos de nuevos protagonistas, de nuevos escenarios y nuestra existencia se convierte en una aventura digna de ser vivida y escrita y contada y compartida.