



FUNDACIÓN EDUCATIVA
Sofía Barat



PROYECTO DESDE DENTRO

Educación de la interioridad

“Hoy, más que nunca, los alumnos necesitan: hacerse interiores, aprender a ser autores de su propia vida, con un eje personal que los sostenga y los unifique como seres valiosos, únicos, irrepetibles, con unas metas claras y elevadas que los motiven y trasciendan, para llegar a ser lo que están llamados a ser”

(Santa Magdalena Sofía Barat)



Según la bella parábola de un sufí persa, en el mes de nisán las ostras suben de las profundidades del Mar de Omán y se posan con la boca abierta en la superficie. El vapor se eleva del mar y cae como lluvia por mandato de Dios y algunas gotas entran entonces en las conchas abiertas y estas se cierran, **bajan a las profundidades** del mar con su corazón lleno y cada gota de lluvia se convertirá en una perla.

Algo así ocurre con cada uno de nosotros, con cada persona que encontramos. Cada ser encierra en sí un secreto y un precioso centro. Es el lugar del corazón, donde están “las fuentes de la vida”. (Prov 4, 23). Es el lugar donde está todo lo que somos, donde descubrimos lo mejor de nosotros mismos. Quien quiera bajar a las profundidades del corazón tiene que llevar consigo para el viaje lo mejor de sus cinco sentidos para contemplar, escuchar, saborear, tocar y percibir el aroma de la Vida que está ahí llamada a emerger, a darse, a crecer desde dentro, a abrirse, a ser buena noticia para otros.

Cuando hablamos de las cosas que nos dan identidad, de aquello que nos caracteriza, decimos que los que formamos parte de la familia del Sagrado Corazón, nuestras comunidades educativas, queremos vivir, sentir, pensar y actuar desde el corazón. **“Desde dentro”** sería nuestra respuesta a muchas preguntas de cómo queremos vivir determinadas cosas.

Si decimos que el amor es nuestra forma de vida, solo podemos vivir **desde el corazón y desde dentro.**

ÍNDICE

1. FUNDAMENTACIÓN DEL PROYECTO

1.1. Justificación de la necesidad de educar la interioridad.

1.1.1. Necesidad en la sociedad.

1.1.2. Necesidad en la educación.

1.1.3. Necesidad en la persona.

1.1.4. Necesidad en la Iglesia.

1.2. Justificación del proyecto desde nuestro Carisma.

1.2.1. Magdalena Sofía y la educación de la interioridad en su pedagogía.

1.2.2. La Sociedad del Sagrado Corazón hoy.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Evitar la confusión.

2.2 ¿Qué es la interioridad?

2.3 Interioridad y espiritualidad

2.4 Interioridad y competencia espiritual

2.5 Interioridad y pastoral.

3. DIMENSIONES DE LA PERSONA QUE TRABAJAMOS

3.1. La dimensión corporal

3.2. La dimensión psicológica

3.3. La dimensión social

3.4. La dimensión trascendente

4. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

5. METODOLOGÍA

- 5.1. La dimensión corporal
- 5.2. La dimensión psicológica
- 5.3. La dimensión social
- 5.4. La dimensión trascendente
- 5.5. Técnicas y herramientas

6. ESTRUCTURA, ORGANIZACIÓN Y FUNCIONES

- 6.1. Destinatarios del Proyecto Desde Dentro
- 6.2. Ámbitos de acción
 - 1.2.1. Rutinas de interioridad
 - 1.2.2. Sesiones específicas de interioridad
 - 1.2.3. Momentos puntuales
- 6.3. Responsables del proyecto y funciones
 - Equipo de Titularidad de la FESB
 - Equipo Directivo
 - Coordinador del Proyecto D
 - Profesores
 - PAS
- 6.4. Infraestructura y organización
- 6.5. Programación y temporalización

7. EVALUACIÓN

- 7.1. Objetivos
- 7.2. Proceso de evaluación.
 - 7.2.1. Evaluación de Proyecto de Interioridad por parte del alumnado
 - 7.2.2. Evaluación del Proyecto Desde Dentro

8. ANEXOS

- 8.1. Programación de objetivos, contenidos y actividades
- 8.2. Recursos
- 8.3. Plantilla para la planificación del despliegue del proyecto en los colegios.
- 8.4. Plantillas de evaluación
- 8.5. Plan de formación en educación de la interioridad

1. FUNDAMENTACIÓN DEL PROYECTO

Este Proyecto es el resultado de la reflexión en el marco de la pastoral educativa, de nuestro Carácter Propio y nuestro Plan Marco de Pastoral, que tiene entre sus objetivos fomentar experiencias significativas de interioridad que posibiliten a nuestros alumnos y a todos los miembros de la comunidad educativa, descubrir su mundo interior y abrirse a la trascendencia.

Partimos de la certeza de que la educación en la interioridad está en el corazón de nuestro Carisma y, por tanto, de nuestra propuesta educativa y pastoral. Constatamos la necesidad urgente que existe en nuestros contextos de educar el corazón. Es una necesidad a la que queremos dar respuesta. Partimos de la reflexión y del recorrido hecho en algunos de nuestros colegios en la educación de la interioridad, que nos lleva a querer diseñar un camino abierto que pueda ser referencia para los 14 colegios que forman parte de la Fundación Educativa Sofía Barat.

Pretendemos con este proyecto que todos los colegios sigamos avanzando juntos en esta tarea, desde la diversidad de nuestros contextos y caminos recorridos. Quiere ser un proyecto marco que se concretará en cada colegio programando las acciones que posibiliten trabajar los objetivos y los procesos que en él se recogen.

Tiene su fundamento y se enmarca en el Carácter Propio de los colegios de la Fundación y en nuestro estilo educador que sigue las grandes intuiciones educadoras de Santa Magdalena Sofía Barat, mujer de interioridad que quiso educar fundamentalmente esta dimensión en los alumnos, convencida de que una educación transformadora sólo puede surgir de una vida interior honda. Como recoge nuestro Plan Marco de Pastoral, Santa Magdalena Sofía Barat fue una mujer fiel al Espíritu, mujer de interioridad y compromiso, atenta a las necesidades de su tiempo y con el corazón abierto al mundo. Intuyó y dio respuesta a los retos que la sociedad de su tiempo le iba presentando.





La educación de la interioridad es una necesidad y una llamada de nuestro tiempo a la que queremos responder. Nos sentimos llamados a acompañar procesos de humanización y de búsqueda de sentido en todas las personas.

Uno de los objetivos del Plan Marco de Pastoral es: "Fomentar espacios y experiencias significativas de interioridad y oración donde cada alumno descubra su mundo interior, se abra a la trascendencia y al encuentro personal con Dios". PMP pág 30. Entre las líneas de acción que proponemos para trabajar este objetivo está este Proyecto de interioridad en el que se educan las dimensiones corporal, psicológica, social y trascendente de la persona y se crean condiciones para que se dé el encuentro con uno mismo, con los otros y con Dios.

1.1 Justificación de la necesidad de educar la interioridad

1.1.1 Necesidad en la sociedad

Constatamos que la vida que vivimos se ha alejado de la atención al interior, vivimos con demasiados estímulos de todo tipo que reclaman nuestra atención hacia fuera, enormemente volcados hacia lo exterior pero constatamos también una búsqueda y deseos crecientes de interioridad y trascendencia.

El mundo que nos rodea, nuestros ritmos de vida, a veces, nos distraen de lo esencial. Constatamos en nosotros y en muchas personas de nuestros contextos, una falta de atención honda a la realidad, al presente, a las personas, que a veces nos lleva a vivir la acción sin una reflexión adecuada.

Creemos que es necesario fomentar en nuestros alumnos la capacidad de reflexionar sobre la realidad que les rodea, sobre sus vivencias y las de otros. Es necesario que aprendan a discernir y elegir con pensamiento y criterio propio, buscando lo esencial, abiertos a lo universal, a la vida, al compromiso con todos.

El universo juvenil es reflejo de la actual realidad compleja y fragmentada. Por un lado los jóvenes viven inmersos en la sociedad consumista, individualista y con un futuro incierto que les dificulta encontrar el sentido de sus vidas. Por otro lado son motor y sujeto de nuevas búsquedas y modos de vida alternativos: acciones concretas para la transformación del mundo, compromiso por la Justicia, Paz e Integridad de la Creación y la búsqueda de sentido y nuevas formas de vivencia de la trascendencia (sed de espiritualidad, búsqueda de Dios y nuevas maneras de profundización de la fe y vivencia de la comunidad de fe).



1.1.2 Necesidad en la educación

Educación interior es una urgencia en la educación hoy porque es una urgencia social. Nuestros alumnos necesitan aprender a vivir desde el fondo de su ser, desde ellos mismos, vivir, dándose cuenta de lo que pasa y de lo que les pasa, para vivir en la sociedad del siglo XXI, una sociedad compleja y cambiante a la que habrán de responder de forma nueva.

Una educación integral y transformadora necesariamente ha de incluir la educación en la interioridad. Se trata de educar y acompañar los procesos que ayuden a las personas a descubrir los caminos de acceso a su mundo interior para ir viviendo un proceso de unificación y crecimiento personal y apertura a la espiritualidad.

El reto educativo de este nuevo siglo se construye desde la adquisición de diferentes competencias educativas dentro del paradigma de las inteligencias múltiples. El reto es desarrollar plenamente las múltiples capacidades personales adquiridas desde las distintas dimensiones humanas.

Aceptando que la interioridad es una dimensión del ser humano, hablamos del desarrollo de la competencia espiritual como un camino educativo que no debe faltar en nuestro proyecto. Es un camino hacia el centro del ser, hacia la profundidad, hacia lo esencial. Es necesario para nosotros educar personas que estén preparadas para hacerse preguntas hondas, para asombrarse, para abrirse al misterio y comprometerse con el mundo que están viviendo,

En la escuela cristiana, educar la interioridad, es favorecer que la fe sea realmente encuentro personal con Jesús. Necesitamos educar la interioridad si queremos ser creyentes que han experimentado el Misterio y poder dar testimonio con nuestras vidas. Al final lo más importante no es "qué hacemos" sino "desde dónde lo hacemos", tal como afirma Elena Andrés. Todo esto es el camino para llegar a unificar el encuentro con uno mismo, con los demás, con el mundo y con Dios.



1.1.3 Necesidad en la persona

Creemos en una persona que está llamada a desarrollar todas sus potencialidades, que crece, aprende y madura a lo largo de toda su vida desarrollando de manera integral todo su ser: cuerpo, inteligencia, expresión libertad creativa, afectividad, interioridad. Una persona que cultiva una interioridad donde habita lo más auténtico de ella misma para alimentar la reflexión, la capacidad de escucha, la creatividad y la inteligencia emocional.



1.1.4 Necesidad en la Iglesia

Los cambios que se están viviendo en la sociedad actual son, como hemos visto, un reto para la educación y para la Iglesia. La Iglesia necesita ser cada vez más testimonial y transmisora del mensaje de humanización del Evangelio, lugar de sentido, de compromiso, cauce de vivencia de una comunidad creyente que testimonia aquello que ha experimentado:

“Todos estamos llamados a crecer como evangelizadores [...] En cualquier caso todos somos llamados a ofrecer a los demás el testimonio explícito del amor del Señor que le da un sentido a nuestra vida. Tu corazón sabe que no es lo mismo la vida sin Él; entonces eso que has descubierto, eso que te ayuda a vivir y que te da una esperanza, eso es lo que necesitas comunicar a otros”. Cfr. EG 21

La pluralidad religiosa que vivimos y la realidad de la indiferencia respecto a la fe, nos invita a buscar caminos de encuentro. Educar la interioridad es ayudar a que la persona de un sentido pleno a sus experiencias de vida de modo que pueda vivir la relación y el encuentro de manera más profunda: el encuentro consigo mismo, con los otros, con la realidad y con Dios.



La Iglesia necesita volver una y otra vez a recuperar un sentido profundo e interiorizado de la vida. Las palabras de K. Rahner siguen siendo actuales e iluminan la necesidad de la Iglesia de apostar por una educación en la interioridad : “El hombre religioso de mañana será un místico, una persona que ha experimentado algo, o no podrá seguir siendo cristiano... El cristiano de mañana será místico o no será cristiano”.

La encíclica Laudato Si recoge el reto de educar para una ecología integral. Esta necesidad justifica también todos los esfuerzos que podamos emplear para educar y educarnos en la interioridad.

“Muchas cosas tienen que reorientar su rumbo, pero ante todo la humanidad necesita cambiar. Hace falta la conciencia de un origen común, de una pertenencia mutua y de un futuro compartido por todos. Esta conciencia básica permitiría el desarrollo de nuevas convicciones, actitudes y formas de vida. Se destaca así un gran desafío cultural, espiritual y educativo...” LS202

Sólo desde una educación que nos ayude a ir al interior de nosotros mismos podremos abordar los retos que la sociedad nos plantea como comunidad eclesial y solo desde ahí podremos vivir los valores del Evangelio en su radicalidad: la educación en una austeridad responsable, la contemplación agradecida del mundo, el cuidado de la fragilidad de las personas y del ambiente, la atención a la belleza para amarla y que nos ayude a salir de pragmatismo utilitarista, la gratitud y la gratuidad que viene de reconocer lo que nos ha sido regalado, un modo alternativo de entender la calidad de vida, la paz interior (que se reflejará en un estilo de vida equilibrado, unido a una capacidad de admiración que lleva a la profundidad de la vida) que tiene mucho que ver con el bien común y la cultura del cuidado. Cfr. LS 203-231

1.1. Justificación del proyecto desde nuestro Carisma.

1.2.1. Santa Magdalena Sofía y la educación de la interioridad en su pedagogía

La interioridad está presente en la pedagogía de Sta. Magdalena Sofía Barat. Fue su deseo:

“Que cada persona se abra a la verdad, al amor y a la libertad.
Que descubra el sentido de su vida y se entregue a los demás.
Que colabore creativamente en la transformación del mundo.
Que se comprometa en una fe activa.” Const 13

“Hoy, más que nunca, los alumnos necesitan: hacerse interiores, aprender a ser autores de su propia vida, con un eje personal que los sostenga y los unifique como seres valiosos, únicos, irrepetibles, con unas metas claras y elevadas que los motiven y trasciendan, para llegar a ser lo que están llamados a ser”. M.S. 1830

Educación en la interioridad supone una exigencia y un reto; es un valor esencial para llegar a ser persona.

Sta. Magdalena Sofía había hecho el descubrimiento de que dentro de nosotros hay toda una “vida” que nos vive dentro y todo un “mundo” (vida interior, mundo interior...) y que esta vida interior no era solo una cuestión personal.

Fue una mujer muy humana, que lleva la sabiduría en su nombre. Una sabiduría que es, no solo cultivo de la inteligencia, sino finura adentro, delicadeza, desarrollo de las dimensiones más interiores de la personalidad: la intuición, las emociones, los afectos, el espíritu. Ella estaba convencida, y nosotros también lo estamos, de que todo eso nos mueve en cada relación.

Para ella fue muy importante “fundamentar”, posibilitar suelo, ofrecer una tierra en la que poder desplegar sin temor la vida. Los educadores han de haber transitado estos caminos para acompañarlos. Necesitamos posibilitar tiempos y lugares donde aprender el lenguaje del corazón. Creemos que es muy importante que los educadores pongan su empeño en vivir y enseñar a vivir desde el corazón.



Cuando hablamos de la educación de la interioridad hablamos, como ella, de acompañar a nuestros alumnos en el crecimiento de la vida que va emergiendo en ellos en un proceso de desarrollo y aprendizaje en cada una de las dimensiones de la persona: corporal, psicológica, social y trascendente.

Sta. Magdalena Sofía Barat desarrolla estas dimensiones en su pedagogía:

La dimensión corporal, la expresa como la necesidad de un equilibrio armónico de la corporalidad y de la sensibilidad. Ella está convencida de que es imposible llegar al hondón de uno mismo sin que esté bien acondicionada la pista de despegue hacia el interior.

En el plan de estudios de 1806 Magdalena Sofía habla de la gimnasia, de la danza... y rehúye la sobrecarga en los estudios porque “embota la mente y deteriora la salud.



“Cuanto puede esponjar el espíritu, satisfacer curiosidad por las cosas, poner el cuerpo en movimiento y ejercitarlo, en artes convenientes, todo esto debe ser utilizado en la educación de las niñas” 1806

La sensibilidad es la puerta de acceso al ser, la que posibilita el aprendizaje para ser interior. Es esencial enseñar a mirar, saber escuchar, gustar saboreando, sentir en la piel, descubrir y disfrutar la naturaleza, enriquecer y encauzar la memoria, la imaginación, la fantasía.

En la dimensión psicológica de la persona pide a los educadores trabajar los valores intelectuales y el equilibrio afectivo: enseñar a pensar y educar el corazón.

Enseñar a pensar: con pensamiento propio, con capacidad de crítica, con profundidad y solidez. Está convencida de que la profundidad compromete a la persona y la impulsa a buscar la verdad; que la solidez afianza y fortalece para desafiar los restos de la Historia y que la búsqueda de lo esencial abre a lo universal, a la vida y al compromiso con los otros. Desde este punto de vista, toca con profundidad **la dimensión social** de la educación en la interioridad.

Dice Sta. Magdalena Sofía que los valores intelectuales ofrecen raíz y crecimiento y los valores de la vida aportan vigor y universalidad. Y todo ello contribuye al desarrollo de la interioridad.

Educación del corazón: El manantial de la interioridad está en el corazón. Es vida que brota fecunda, unificando a la persona, abriéndola, trascendiéndose a los otros y a Dios. Por eso, está convencida de que nuestra tarea es cuidar el corazón en lo cotidiano para que sea fuerte, libre y profundo.

Nuestra obra será grande si, al finalizar la educación, hemos formado personas auténticas, cuya fortaleza es capaz de afrontar toda suerte de dificultades y cuya libertad sabe elegir una vida entregada, con sencillez, a los demás M. S. 1830

Es desde el hondón de nuestro ser donde nos jugamos la autenticidad de nuestra vida. El corazón no es solo la vida afectiva. Es todo lo interior de la persona: sentimientos, recuerdos, pensamientos, proyectos, decisiones... El corazón de la persona es el centro de lo mejor que hay en ella.

La interioridad es el “hábito del corazón”: constituye su vida más profunda y genuina. Es el núcleo que unifica a la persona y el manantial que la fecunda y la hace crecer. El objetivo primordial del educador es formar el corazón. Magdalena Sofía quiso que la educación que se recibiera en los colegios del Sagrado Corazón, además de ser exigente para asumir el reto de la vida, fuese, toda ella, fruto del amor.



Todos los valores que ha potenciado Magdalena Sofía en su pedagogía, apuntan a la trascendencia. **Educación de la dimensión trascendente** de la persona hace que los alumnos lleguen a ser personas fuertes en la fe, con una personalidad coherente y responsable, que desde su apertura y libertad, experimenten el Amor de Dios y que esta experiencia les ayude a encontrar el sentido de sus vidas.

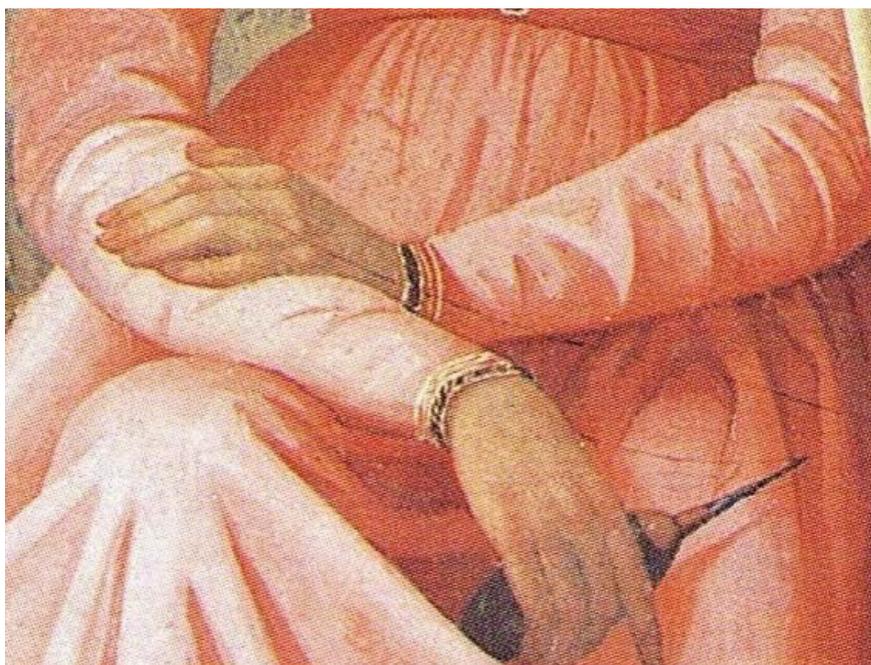
1.2.2 La Sociedad del Sagrado Corazón hoy

Cuando hablamos actualmente de interioridad vamos viendo como se revalorizan factores que ya estaban presentes en nuestra tradición con mucha energía : el sentido de armonizar las múltiples dimensiones de la persona, sin que una se desequilibre ante otras, porque sólo una vida armonizada puede ser una vida con irradiación. Magdalena Sofía quiso formar, como hemos visto, personas íntegras, completas, y el aprendizaje que propone va de dentro hacia fuera.

Los vínculos que tejemos son más importantes que los rendimientos. En la medida en que unos a otros nos acompañamos a habitar esa dimensión profunda de la vida podremos transmitir la calma y la calidez que los niños y jóvenes necesitan .

Nuestra propuesta pastoral busca ofrecer a las personas un itinerario de experiencias diversas que vayan ayudando a unificar desde el interior todas las dimensiones que construyen la personalidad y dan sentido a la vida.

El icono de Mater, imagen de María, sencilla y llena de fuerza, presente en nuestros colegios por todo el mundo, nos adentra y nos enseña a vivir una actitud activa y serena a la vez. Es el icono de la interioridad que nos sentimos llamados a vivir y a fomentar desde nuestra acción pastoral. Nos invita a vivir el equilibrio, a huir del activismo y a salir de nosotros mismos para poner nuestra vida al servicio de los demás. PMP pag



Hoy, en los colegios del Sagrado Corazón seguimos experimentando la riqueza y la necesidad de educar en la interioridad como seña de identidad. Para ello queremos:

Educar y ayudar a crecer en la contemplación:

Aprender a contemplar (que es una de nuestras señas de identidad) y aprender a convivir son desafíos del siglo XXI. Para nosotros es fundamental aprender a contemplar la realidad desde el lado de los pequeños, de la esperanza, del lado del Corazón de Dios. Necesitamos estar atentos a la presencia y al don del otro. En nuestra tradición educativa tenemos que educar a los niños en una sensibilidad contemplativa, empática, capaz de admirarse y conmoverse. Necesitamos educar en el asombro: es educar en el agradecimiento por la vida, por la belleza y el misterio que les rodea. Esto toca la raíz de nuestra identidad.

La contemplación nos descubre la profundidad humana, nos transforma, nos dinamiza y nos impulsa a responder a las llamadas de nuestro mundo, ayuda a que nuestro corazón se vaya haciendo más compasivo y comprensivo y nos unifica para vivir de forma más integrada.

Solo desde una mirada contemplativa podemos abrirnos al mundo sin temerlo, reconocer sus dolores sin evadirlos, y entrenarnos para vencer todo lo que nos impide la empatía y la proximidad. Nos invita a elegir en lugar de la competencia la cooperación, en lugar de la avidez la generosidad, en lugar del individualismo la vida junto a otros. Y nos muestra cómo acrecentar la confianza.

Necesitamos ir viviendo acompasados con la lentitud de los procesos de adentro. La rapidación, que es un término acuñado por sociólogos latinoamericanos, nos habla de que en una sociedad tecnificada todo sucede tan rápido, todo es tan inmediato que se abortan los procesos.

El Corazón abierto acogiendo el mundo, que es signo de nuestra identidad, nos invita a contemplar el Corazón de Cristo a través del corazón herido de la humanidad. Estamos llamados a encontrarnos con otros y “Descubrimos que el verdadero encuentro se da cuando llegamos a la profundidad del corazón de cada ser” (CG 2008 pag 19).

En un mundo en el que nos sentimos desafiados a mantener nuestra esperanza viva en medio de la violencia, la fragmentación y la deshumanización queremos ser capaces de detenernos, de hacer silencio y abrir nuestro ser profundo para sentir y pensar la vida desde el Corazón de Dios. (Cfr. CG 2008)

Aprender a hacer silencio

“Es muy ventajoso no estar siempre bajo la tirantez de la competencia... sino tener intermedios de relativa soledad, en silencio y libertad completa, aunque no se esté enteramente a solas... con la posibilidad por unos minutos de no hacer otra cosa sino vivir y respirar, disfrutando del aire libre y de la luz del sol. Sin estos ratos de descanso, las condiciones de la vida actuales y las constituciones nerviosas producirán temperamentos incapaces de reposo y soledad”. Janet Stuart

Cuando nuestro cuerpo hace silencio, los sentidos se despiertan y somos capaces de escuchar la voz del Espíritu (de la vida) dentro. CG 2008

En nuestra espiritualidad, ir al interior nunca es para quedarse dentro sino para salir fuera y responder de forma más humana, profunda y compasiva. Y el silencio es siempre para la escucha.

Adentrarnos en un camino que nos haga cada vez más humanos.

Una de las llamadas del Capítulo General 2016 es “vivir más humanamente”. La interioridad es un camino de humanización y por eso es un camino en el que cualquier persona estamos llamados a adentrarnos, es un camino para todos.

Sofía Barat y Janet Stuart entienden la educación entera como un camino de humanización y para ello,



“Diseñaron una preparación para el viaje de la ida donde nada de la persona quedara fuera: la inteligencia, su espíritu, su capacidad artística, su corporeidad. Intentaban ver qué era lo que más las conmovía y explorar en ellas lo que estaba más capacitado y sobre todo formar bien su corazón, despertar y encauzar ese centro integrador donde la vida se recoge y se expande; prepararlas para unas relaciones sanas y adentrarlas en esa Relación primera que hace que todas las demás puedan tejerse con honestidad y belleza” Mariola López, rscj

2. MARCO TEÓRICO

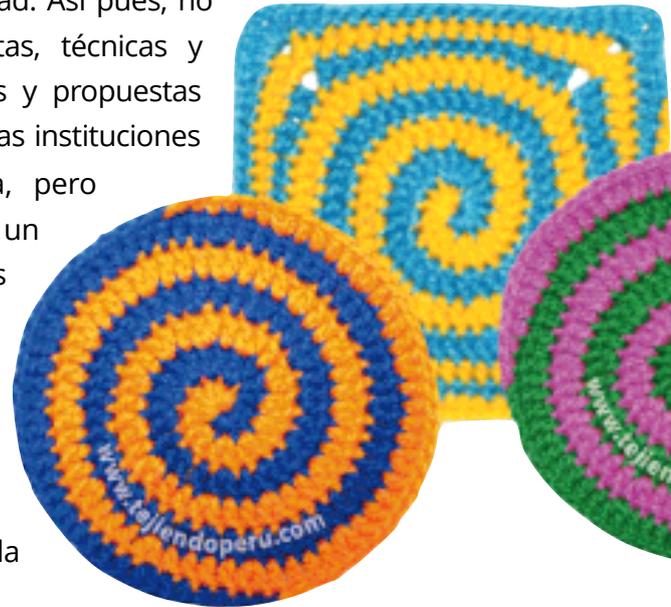
2.1. Evitar la confusión

Como acabamos de ver, está claro que existe la necesidad, justificada desde diferentes ámbitos, de educar la interioridad. Así pues, no es de extrañar la proliferación de herramientas, técnicas y estrategias, y cada vez más también, de planes y propuestas pedagógicas bien estructuradas promovidas por las instituciones educativas. Hay consenso en su importancia, pero diversidad en la forma de tratarla, ya que es un concepto complejo en el que caben diferentes enfoques.

Pero, desde nuestra línea pedagógica y pastoral no nos interesa cualquier tipo de interioridad. Por eso es fundamental aclarar de qué hablamos cuando usamos esta palabra y en qué contexto la situamos.

Para empezar, es muy necesario hacer tres distinciones básicas para evitar confusiones muy habituales. En primer lugar, cuando hablamos de interioridad no lo hacemos de un intimismo cerrado sobre sí mismo que invita a la búsqueda del bienestar personal ni sólo de un método para hallar la paz en medio del ajetreo diario, sino que nos referimos a un espacio en el que al descubrir nuestra identidad más profunda experimentamos también el encuentro y la unión con los demás y con todo lo que existe.

En segundo lugar, al oír la palabra interioridad mucha gente imagina prácticas relacionadas con lo religioso o la búsqueda de Dios; sin embargo, con esta expresión nosotros enfatizamos una dimensión antropológica autónoma que, por supuesto, no excluye la apertura a lo religioso, pero que tiene valor por sí misma sin estar ligada necesariamente a ideologías o creencias. No obstante, desde nuestra identidad como centros del Sagrado Corazón, estamos convencidos de que, cuanto más nos adentramos en lo profundo, más nos asomamos a lo ilimitado e infinito que también forma parte de nuestra realidad. De manera que la interioridad se convierte en el sustrato indispensable para abrirse al Misterio.



La tercera distinción tiene que ver con la creencia frecuente de que lo opuesto a la interioridad es la exterioridad, como si practicar la búsqueda interior fuera un camino de alejamiento del mundo sensible, una carrera hacia la perfección en la que la meta fuera alcanzar un estado de perpetuo ensimismamiento, de espiritualismo narcisista. Sin embargo, la exterioridad no se opone a la interioridad, sino que la complementa, ya que es su reverso indispensable. El cultivo de la interioridad no nos lleva a la huida del mundo, sino a la apertura hacia todo lo real, a la búsqueda de su ser más profundo, de la fuente que nos da la fuerza para ser en el mundo personas más plenas, para que nuestra luz interior llegue a brillar en el exterior en toda su grandeza. Sin embargo, pensamos que lo verdaderamente opuesto a la interioridad son la superficialidad y la dispersión, en cuanto a que el desarrollo interior es incompatible con una vida carente de preguntas y de reflexión, más llena de ruido que de escucha y silencio, más preocupada por la cantidad y la inmediatez que por la calidad y la gratuidad, más apegada al tener que al ser.

2.2. ¿Qué es la interioridad?

Dicho esto, estamos en condiciones de afirmar que la interioridad es una dimensión antropológica fundamental de todo ser humano que, independientemente, de su cultura, sus creencias o su situación personal le ayuda a encontrar el sentido de su vida. Es la dimensión que conduce a reconocerse desde dentro, desde lo más profundo y auténtico para poder integrar todas las dimensiones y realidades de su vida y encontrar el equilibrio personal para relacionarse positivamente consigo mismo, con los demás y con su entorno, posibilitando también el acceso a la trascendencia.



El “espacio interior” tal como lo entendemos debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Es el ámbito que permite la integración y el equilibrio de las diferentes dimensiones de la persona: corporal, psicológica, social y trascendente. Como dice Elena Andrés, “somos una entidad corpóreo-psico-espiritual”.
- Es el lugar en el que resuena lo que recibimos del exterior y donde lo procesamos a través del pensamiento y la reflexión. Es donde sentimos, gustamos, recordamos, imaginamos, etc. Es el lugar de la sensibilidad, la admiración ante la belleza, el pensamiento creativo y la expresión simbólica.
- Es el espacio de la autoconciencia y del silencio, en el que cada uno se sitúa ante sí mismo sin defensas, caretas ni disfraces. Es donde unificamos e integramos todas las realidades y dimensiones de nuestra persona frente a la dispersión y la fragmentación que nos impone el entorno. Es el lugar que nos permite vivir cada momento con atención plena.
- Es el mundo de las sensaciones, los sentimientos y las emociones, donde desarrollamos las inteligencias intra e interpersonal y gestionamos tanto las experiencias dolorosas y las frustraciones como los éxitos y las alegrías de la vida. La experiencia de identificar, expresar y armonizar las emociones se da dentro de este espacio.
- Es el espacio para desarrollar la libertad y la responsabilidad que nos permiten el compromiso con nosotros mismos y con los demás y discernir y tomar decisiones desde criterios éticos. De ahí nacerán el gozo de vivir, la coherencia, la paz, la bondad, el compromiso y, especialmente, la compasión que nos lleva a acompañar al otro, tratarlo con respeto y justicia y a aliviar su sufrimiento.
- Es la dimensión que nos conduce, a través de la búsqueda del sentido y las preguntas últimas, a los umbrales de la trascendencia. Es el lugar en el que nos abrimos, admirados y sobrecogidos, al misterio que encierra todo lo que existe. De esa manera, constituye el sustrato necesario para encontrarse con el Absoluto, sea cual sea el nombre que se le dé desde las diferentes tradiciones religiosas.

Estos aspectos se concretan en la gran diversidad de áreas o temáticas que puede abarcar la educación de la interioridad: autoconocimiento, aceptación del propio cuerpo, expresión corporal, educación de los sentidos, gestión de las emociones, capacidad de silencio, introspección y reflexión, capacidad de verbalización del mundo interior, pensamiento crítico, mirada simbólica y , capacidad de formularse preguntas de sentido, de admirarse, de abrirse al misterio y al encuentro con el Absoluto, de sensibilidad y expresión artística, contemplación, capacidad de escucha, apertura a los demás, empatía, discernimiento y toma de decisiones, construcción de la identidad personal, y muchas otras.

2.3. Interioridad y espiritualidad

Con frecuencia las palabras interioridad y espiritualidad aparecen como sinónimos. Muchos autores los utilizan de manera intercambiable sin ninguna dificultad, mientras que para otros son términos con límites difusos que tienen espacios diferentes y que se enriquecen mutuamente. Por otro lado, hay que tener en cuenta que para algunas personas la palabra espiritualidad está muy identificada con lo específicamente religioso. Por eso, aunque ya hemos dejado claro que la interioridad es una dimensión humana no necesariamente vinculada a la experiencia religiosa de la persona, resulta conveniente distinguirlas.

La interioridad es un ámbito dinámico, un proceso de adentramiento que puede tomar el camino de la espiritualidad cuando al cuidado de la vida interior se añade una experiencia de sentido que unifica el ser y apunta hacia la trascendencia. La espiritualidad es un camino que abarca la totalidad de la experiencia de la persona que se caracteriza por el desplazamiento del yo del lugar central de la vida humana que pasa a estar inspirada por la vinculación a una realidad última que puede adoptar diferentes expresiones (Uno, Misterio, Vida, Fuente Universal, Amor, Divinidad, Totalidad, Ser, Absoluto...). Este camino puede transitarse desde una serie de creencias y rituales compartidos comunitariamente o alejado del contexto religioso convencional. La validez de unas y otras experiencias quedará contrastada por la visión de la realidad y la conducta que generen en las personas.

También podemos hablar de espiritualidad como un desarrollo concreto de la interioridad, una manera específica de vivirla configurada desde un estilo o un carisma determinados. En nuestro caso, vivimos la interioridad a la luz del evangelio de Jesús de Nazaret y de la tradición del Sagrado Corazón.

Esta vivencia, actualizada de manera creativa a lo largo de la historia, nos aporta una visión que, unida a la riqueza de las grandes tradiciones espirituales cristianas, nos marca un camino hacia el que empujar nuestra búsqueda espiritual. Al mismo tiempo, la conciencia de no ser los dueños de esta experiencia nos da la oportunidad de aprovechar la riqueza de los caminos de sabiduría, muchas veces milenarios, de las grandes tradiciones religiosas y nos sitúa en el horizonte de un diálogo humano e interreligioso que nos ofrece una nueva oportunidad para crear igualdad y fraternidad en un contexto escolar cada vez más diverso.



2.4. Interioridad y competencia espiritual

Nuestra convicción de la necesidad de una educación de la interioridad enlaza con el llamamiento de las instituciones educativas mundiales a educar a nuestro alumnado en las competencias clave. En este contexto y desde la perspectiva de una educación integral, consideramos que es necesario contar entre ellas con la Competencia Espiritual.

Esta competencia, en palabras de Francesc Torralba, es la que nos faculta "para preguntar por el sentido de la existencia, para tomar distancia de la realidad, para elaborar proyectos de vida, para trascender la materialidad, para interpretar símbolos y comprender sabidurías de vida". (Inteligencia espiritual, 2010)

La competencia espiritual se caracteriza por diferentes rasgos: apertura hacia el mundo interior, reconocimiento del Misterio, comprensión de lo que es valioso, búsqueda del sentido, construcción de un sistema de creencias y vinculación afectiva.

2.5. Interioridad y pastoral

Lo dicho hasta ahora nos ayuda a responder a una de las cuestiones que con más frecuencia se plantea cuando hablamos de educación de la interioridad en el contexto de la escuela católica: ¿es o no es pastoral? Podemos contestar a esta pregunta volviendo a la propuesta pastoral de nuestros colegios expresada en el Plan Marco de Pastoral de la Fundación Educativa Sofía Barat..



Si entendemos la pastoral exclusivamente desde su dimensión de explicitación de la fe el trabajo de interioridad “no es pastoral”, puesto que no se trata de una práctica estrictamente religiosa o una iniciación a la oración (aunque también estemos generando las condiciones necesarias para que se dé la apertura a la trascendencia y el encuentro con Dios). Sin embargo, “sí es pastoral” cuando ésta la entendemos desde las claves de nuestro Plan Marco:

- Una pastoral de encarnación: “estamos convencidos de que la única manera de acercarnos a Dios consiste en profundizar y en llevar a plenitud nuestra propia humanidad” (PMP, 20).
- Una pastoral centrada en la persona: “busca ofrecer a las personas un itinerario de experiencias diversas que vayan ayudando a unificar desde el interior todas las dimensiones que construyen la personalidad y dan sentido a la vida” (PMP, 21).
- Una pastoral sistémica: “no es un compartimento estanco o una serie de actividades aisladas que se añaden a lo específicamente escolar y que son responsabilidad de un grupo de especialistas” (PMP, 22).
- Una pastoral que desarrolla la competencia espiritual: “esta competencia nos invita a trabajar con todo el alumnado aspectos como la búsqueda del sentido de la vida, la vivencia del misterio que habita en el interior de cada persona y en el mundo que nos rodea” (PMP, 23).
- Una pastoral en clave misionera: “exige respuestas de encuentro y diálogo desde planteamientos interculturales e interreligiosos que sean capaces de percibir esta diversidad como una riqueza y no como una fuente de conflictividad”.

Javier Melloni lo expresa con gran claridad en su prólogo del libro “La interioridad como paradigma educativo”: “¿Puede haber algo más noble y a la vez más necesario que educar en esa interioridad para que cada cual tenga las claves de su propia profundidad? Jesús dio las llaves del Reino a Pedro. ¿No es actuar como Jesús dar las llaves a cada alumno de nuestras escuelas, más allá de si se reconocen creyentes o no, para que ahonden en su propia esencia y encuentren a quien se manifiesta a través de sí mismos? Más allá de los nombres de Dios que nos dividen, estamos llamados a descubrir que él y nosotros somos inseparablemente uno, y que, cuanto más ahondamos en nosotros, no podemos si no encontrarnos más cerca de quien es nuestra posibilidad de ser y de existir. Sin confusión y sin separación” (La interioridad como paradigma educativo, 2017).

3. DIMENSIONES DE LA PERSONA

Tal y como afirma Sta. Magdalena Sofía: “la vida interior es la primera necesidad de nuestro corazón”. Entendemos la interioridad como la dimensión irrenunciable que constituye a todo ser humano y es el ámbito por excelencia que posibilita el crecimiento y desarrollo integral de la persona.

El concepto de interioridad parte de una idea antropológica que se basa en que la persona no es un conglomerado de “compartimentos estancos”, sino una totalidad en la que la dimensión corporal, psicológica, social y trascendente se encuentran perfectamente unificadas.

El proyecto de educación en la interioridad consiste en “sacar fuera” aquello que se encuentra dentro. Los educadores tenemos la labor de facilitar a nuestros alumnos este proceso, no únicamente como meros observadores, sino implicándonos de una forma activa y receptiva en su “crecimiento”, aprendiendo, acompañando y reconociendo la vida que va emergiendo en ellos y también en cada uno de nosotros mismos. Para favorecer que ese crecimiento sea un proceso gradual y constante, proponemos un aprendizaje paulatino que englobe el trabajo de las distintas dimensiones: corporal, psicológica, social y trascendente. Cada una de estas dimensiones se ejercita de una manera práctica que ayude a nuestros alumnos a ir integrando todo su ser, como vasos comunicantes que se necesitan para su crecimiento integral como persona.



3.1. La dimensión corporal

Nuestro cuerpo es la puerta por la que el mundo accede a nuestro interior y a través de la cual nos hacemos presentes a todo lo que nos rodea. A través de diferentes ejercicios potenciamos el conocimiento del cuerpo, la aceptación de las características físicas de uno mismo, el desarrollo de habilidades, la expresión creativa, la ruptura de barreras, el autocontrol y canalización física y emocional de lo que va surgiendo. Consideramos esta dimensión como parte indispensable de una sana autoestima, valoración y percepción de la realidad de uno mismo y también de los demás.

3.2. La dimensión psicológica

En esta dimensión se encuentran nuestra inteligencia, las emociones, los pensamientos, recuerdos, deseos, anhelos ... todo aquello que muchas veces es visible, pero que también es un terreno desconocido porque en esta dimensión hay zonas a las que ni nosotros mismos sabemos cómo acceder. Somos conscientes que las emociones, sentimientos, ideas, pensamientos, que nos mueven y dinamizan, forman parte esencial de nuestro autoconocimiento y de nuestra expresión. Para ello trabajamos estos aspectos de nuestro ser que nos permiten relacionarnos de una manera más consciente, integrando miedos, debilidades, fortalezas, deseos, ... En definitiva, aprender a gestionar nuestras emociones y pensamientos para que sean cauce de una mejor relación con nosotros mismos, con los demás y con el mundo.

3.3 La dimensión social

La dimensión social necesita de la observación personal y de la capacidad de reconocernos desde dentro, aprender a analizar la propia conducta y, por tanto, de la búsqueda de un equilibrio personal que repercuta en una relación e interacción de calidad con los entornos familiar, escolar, social y medioambiental.



En la relación con el entorno familiar, la educación en la interioridad ofrece recursos para reconocer el valor de la familia. Tomar conciencia de los lazos afectivos posibilita generar espacios de comunicación

basados en el cariño, la confianza y el respeto. Y en situaciones de conflicto, disponer del equilibrio para reconocer e identificar los propios sentimientos y ser capaces de reconducir positivamente esos momentos de tensión, generando vías y cauces de reencuentro.

En la relación con el entorno escolar, los alumnos aprenden a respetar y colaborar con los compañeros, siendo conscientes de las diferencias o peculiaridades que cada uno pueda tener. Aprender a acoger y ser acogidos es fundamental para generar un clima de cercanía, colaboración y buena convivencia.

En la relación con el entorno social, la educación en la interioridad es para un compromiso por la Vida y por todas las vidas. Al posibilitar experiencias en las que vivenciamos que cuidamos y nos cuidan, la interioridad nos permite crecer en valores como la confianza, la empatía, la solidaridad, la gratuidad, la comprensión y la generosidad. En la medida en que nos hacemos más conscientes de estos valores desde la experiencia, desde el interior, nos abrimos a un compromiso más auténtico con el exterior. Cuando reconocemos también, desde la vivencia, nuestras propias necesidades, somos capaces de identificar y acoger las necesidades de los demás, especialmente las de los más desfavorecidos. Todo esto conduce a un mayor crecimiento de nuestra sensibilidad y un auténtico compromiso ante las situaciones de injusticia y desigualdad que se dan en nuestro mundo.

En la relación con el entorno medioambiental, el desarrollo de la interioridad nos permite hacernos conscientes de necesidades tan básicas como respirar y alimentarnos. Esto nos hace valorar lo que nos proporciona la Tierra, el medioambiente, y reconocer que no somos sus poseedores. Por ello debemos adquirir y desarrollar unos hábitos que ayuden a preservar y cuidar nuestro mundo.

3.4. La dimensión trascendente

En esta dimensión situamos la relación de todo ser humano con el misterio, con lo que se encuentra más allá, donde nacen las preguntas sobre la existencia humana, sobre el sentido de la vida, la muerte,... con el Dios que se acerca a nosotros a través de las preguntas existenciales de la persona. Esta dimensión se encuentra a caballo entre lo psicológico y espiritual porque algunas experiencias que vivimos nos trascienden, interrogan, confrontan, apaciguan,... son experiencias que nos moldean en lo más profundo de nuestro ser. A través de esta dimensión la educación en la interioridad nos permite adentrarnos respetuosamente en esos interrogantes y vivencias de una manera abierta, pero a la vez indispensable, para el desarrollo integral de nuestra faceta humana y espiritual.

Estas dimensiones se encuentran interrelacionadas continuamente y el trabajar cada una de ellas implica también el aprendizaje y enriquecimiento de las demás. Para desarrollar y profundizar estas dimensiones proponemos diferentes técnicas y ejercicios como trabajar la respiración, relajación, biodanza, masajes, mandalas, teatro, expresión simbólica, poesía, visualizaciones, musicoterapia, expresión corporal, meditación, contemplación, ... que se pueden ir ejercitando y llevando a cabo según las etapas de nuestros alumnos y adecuando los niveles a cada edad.

4. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

Se puede afirmar que la Educación de la Interioridad persigue fundamentalmente crear espacios para la experiencia personal y grupal. Es muy importante constatar que no puede ser cualquier experiencia, sino aquella que está orientada hacia un horizonte que trata de:

- Unificar las diferentes dimensiones de la persona.
- Fomentar la unidad con los demás, con la naturaleza y con el Absoluto.

Todo ello se puede concretar en los siguientes Objetivos Generales y Específicos:

Objetivo 1: Estimular procesos de construcción e integración de la identidad personal.

- Posibilitar el autoconocimiento en todas las dimensiones de la persona
- Facilitar los procesos de introspección
- Motivar la definición de objetivos personales
- Potenciar la autenticidad personal



Objetivo 2: Facilitar el crecimiento y el desarrollo de las dimensiones corporal y psicológica del individuo.

- Expandir la percepción de los sentidos y la memoria sensorial
- Alcanzar la autoconciencia y aceptación corporal
 - Desarrollar estrategias de autogestión emocional
 - Facilitar la elaboración de los procesos de duelo
 - Ayudar en la gestión positiva de las propias carencias y dificultades personales
 - Aumentar la motivación personal
 - Posibilitar una autoestima positiva
 - Mejorar la atención y la concentración
 - Aumentar la capacidad de resiliencia
 - Desarrollar la imaginación y la creatividad
 - Favorecer la serenidad y la tranquilidad
 - Disminuir la tensión física



Objetivo 3: Posibilitar un encuentro interpersonal fecundo que oriente a la persona hacia los demás, hacia la sociedad y la creación.

- Fomentar la interacción y la comunicación interpersonal
- Favorecer el desarrollo de un mundo de relaciones sano
- Relacionarse desde la libertad, el respeto y la confianza
- Generar vínculos afectivos con otras personas
- Mejorar la capacidad de escuchar al otro
- Desarrollar la conducta asertiva
- Desarrollar la comunicación empática
- Aumentar la confianza en uno mismo y en los demás
- Facilitar la convivencia grupal y social

Objetivo 4: Generar condiciones de posibilidad para el encuentro personal, transformador e integrador con Dios.

- Estimular la sensibilidad en todas las dimensiones de la persona
- Constatar la dimensión trascendente de muchas experiencias humanas
- Integrar la dimensión trascendente con las otras dimensiones de la persona
- Posibilitar el situar a la persona en el umbral de la experiencia de Dios.

5. METODOLOGÍA

El proyecto de Interioridad está estructurado del mismo modo que una asignatura dentro del currículo educativo, de modo que en las diferentes sesiones se trabaje la dimensión corporal, psicológica, social y trascendente.

5.1 La dimensión corporal

Tomar conciencia de lo más íntimo de nosotros mismos, para vivir con más serenidad, mejor comunicación y, sobre todo, para el encuentro con el yo profundo. Se toma como referencia el cuerpo, que es el termómetro de nuestro estado interior. Trabajar y educar la conciencia corporal es acceder a la primera capa de la experiencia interior del ser humano. Conocer los mensajes que el cuerpo nos da e identificar lo que se plasma en él nos permite abrir nuestra experiencia interior a un lenguaje más cercano y conocido. Tomar conciencia de lo que se percibe en el cuerpo y de la información que aporta, es un ejercicio fundamental para el enriquecimiento interior. Trabajaremos esta dimensión por medio de técnicas de relajación, masajes, conciencia corporal, ejercicios de estiramiento y ritmos respiratorios para potenciar el equilibrio físico y unificar el cuerpo con la dimensión interior de la persona.

5.2 La dimensión psicológica

Autoconocimiento, descubrimiento de la individualidad del otro y expresión de sentimientos. Identificar nuestras emociones y pensamientos y los de los demás, expresar los sentimientos y ser capaces de tomar distancia de cada uno de ellos enriquece la experiencia interior. La vivencia emocional muchas veces puede determinar la experiencia interior de la persona. Por tanto, armonizarla de forma que se viva en equilibrio es un proceso esencial y una parte fundamental de la educación de la interioridad. Esta dimensión la trabajaremos a través de dinámicas de grupo, reflexión personal, visualizaciones, actividades de comunicación y diálogo, acompañamiento individualizado. Se pretende aportar herramientas que permitan el autoconocimiento, pero, también, el descubrimiento de la individualidad del otro.

5.3 La dimensión social.

Es la habilidad de relacionarse con otras personas. Descubrimos los recursos interiores y la potencialidad de cada persona, conectando consigo misma, creciendo en el conocimiento y en la profundidad personal. Desde esa profundidad personal, es necesario conectar con lo que los otros son y con lo que la realidad es, para así generar una consciencia relacional, que consiste en sentirse parte de una unidad con los demás, con todos los seres y formas de vida. De esta consciencia relacional, de sentirse parte de un Todo, nace un compromiso social y ecológico que hace posible el desarrollo integral del ser humano. Esta dimensión la trabajaremos por medio de técnicas de escucha activa, la puesta en práctica de la asertividad, la empatía y la compasión hacia los demás, la contemplación e interacción con la naturaleza, y otras técnicas con las que trabajamos el resto de las dimensiones.

5.4 La dimensión trascendente

Suscitar preguntas de fondo y de sentido, acompañar experiencias humanas que se escapan a la comprensión más inmanente. Se trabaja sabiendo que la educación de la interioridad quedaría en una fase exterior si no accedemos o hacemos acceder a cada uno de los alumnos a un aprendizaje que les coloca en el umbral del misterio. Es en el desarrollo espiritual donde permitimos diferentes formas de silencio interior para descubrir el sentido profundo de lo que somos y vivimos. En esta dimensión partiremos de la experiencia interior generada a través de ejercicios sencillos de iniciación a la meditación. Se intenta conducir hacia el planteamiento de las cuestiones fundamentales de la condición humana. Suscitar preguntas de fondo y de sentido; trabajar el silencio, la contemplación, la toma de conciencia, etc.

La educación de la interioridad supone una metodología:

- Activa, en la que los alumnos sean los protagonistas y sientan que su interior emerge.
- Experiencial, (que les pasen cosas) que perciban los procesos que viven, y que lo hagan de manera consciente.
- Variada, utilizando diversas técnicas.

En todas las sesiones propuestas la metodología es experimentar (sentir), descubrir (aprender) y expresar (plasmarse).

5.5 Técnicas - Herramientas

Para desarrollar esta metodología contamos con la ayuda de diferentes técnicas que facilitan el proceso. Muchas de las herramientas que utilizaremos en este proceso necesitan de una rutina específica para su desarrollo, materiales y recursos concretos. A continuación se enumeran algunas de ellas:

- Respiración
- Relajación
- Biodanza
- Consciencia corporal
- Expresión corporal
- Trabajo de los sentidos
- Focusing
- Yoga, masajes,
- Visualizaciones
- Dinámicas de grupo
- Juegos cooperativos
- Expresión artística
- Música
- Juegos de rol
- Cine
- Poesía
- Mandalas
- Expresión con música espiritual
- Ejercicios de contemplación
- Meditaciones guiadas
- Expresión simbólica
- Etc.



6. ESTRUCTURA, ORGANIZACIÓN Y FUNCIONES

Para la implantación, desarrollo y consolidación del PI es necesario que éste llegue a todos los espacios y proyectos del Colegio teniendo en cuenta la situación concreta de cada centro y buscando los momentos más adecuados para llevarlo a cabo.

Será conveniente tener en cuenta los siguientes aspectos:

6.1 Destinatarios del Proyecto Desde Dentro

A toda la comunidad educativa: alumnos, profesores, PAS, familias y otros grupos.

Son espacios para vivir la interioridad los espacios en los que trabajamos juntos: E. Directivos, Departamentos, Etapas, Claustros, Grupos Barat, Catequistas, Consejo de pastoral, etc.

6.2 Ámbitos de acción

6.2.1 Rutinas de interioridad:

- Reflexión y oración de la mañana
- Asambleas, círculos...
- Pausa (unos minutos de silencio)
- A la vuelta del recreo
- Al finalizar las sesiones.
- Al inicio de reuniones²

6.2.2 Sesiones específicas de interioridad en:

- Tutorías
- Áreas curriculares
- Talleres de interioridad y convivencia.

6.2.3 Momentos puntuales en:

- Celebraciones
- Fiestas
- Campañas
- Actividades pastorales
- Acontecimientos importantes (duelo, enfermedad, acontecimientos de actualidad...)
- Otro tipo de reuniones y encuentros (con familias, con antiguos alumnos, etc).

6.3 Responsables del proyecto y funciones

En el Proyecto de Interioridad está implicada toda la comunidad educativa que asume diferentes funciones según el grupo al que se pertenezca o las responsabilidades que se asuman.

El Equipo de Titularidad de la FESB

- Vela por el proyecto a nivel de Fundación.
- Motiva e impulsa a los Equipos Directivos, a los coordinadores de Pastoral y a los coordinadores del Proyecto D.
- Hace seguimiento y evalúa la implementación y el desarrollo del proyecto en cada colegio y a nivel de Fundación.
- Posibilita los espacios de formación de coordinadores de interioridad, de formadores u otros dinamizadores del Proyecto D dentro del Plan de formación de la Fundación.
- Impulsa y hace seguimiento de la formación para los claustros.

Equipo Directivo

- Hace seguimiento y evalúa la implementación y el desarrollo del Proyecto Desde Dentro.
- Asigna los recursos económicos, materiales y humanos para garantizar el desarrollo del Proyecto.
- Vela por la formación del profesorado y otros agentes implicados.



Coordinador de interioridad

El coordinador del Proyecto Desde Dentro preferiblemente formará parte del Equipo de Pastoral, pero en ningún caso será el coordinador de Pastoral.

Las funciones del coordinador del Proyecto D son:

- Vela por la concreción del proyecto, por la realización de las actividades y por la formación del profesorado.
- Coordina la programación y temporalización anual de las actividades.
 - Promueve la evaluación del proyecto con carácter anual.
 - Trabaja en coordinación con los directores o coordinadores de etapa, el equipo de pastoral, los equipos de tutores y los responsables de otros grupos.
 - En colaboración con el Equipo Directivo organiza y pone a disposición del profesorado los espacios y materiales necesarios para la realización de las actividades.



Estas son las funciones del coordinador del Proyecto D. Cada colegio, según sus necesidades, establecerá el equipo o los cauces de coordinación

con las diferentes etapas necesarios para programar y/o llevar a cabo las actividades.

Profesores

- Asumen que es un proyecto del colegio, que la educación de la interioridad forma parte del día a día y que los docentes deben formarse y participar en él.
- Proponen y/o seleccionan actividades para la programación anual de Interioridad de su etapa en colaboración con el coordinador del Proyecto.
- Llevan a cabo las actividades que les corresponda según la programación realizada.
- Participan como responsables o acompañantes en los talleres de interioridad y convivencias.
- Evalúan las actividades realizadas.

PAS

- Asumen que es un proyecto del colegio, en que la educación de la interioridad forma parte del día a día y que deben formarse y participar según sus posibilidades.
- Colaboran con el personal docente en la realización de actividades.

6.4 Infraestructura y organización

Para que el proyecto de educación de la interioridad pueda llevarse a cabo es imprescindible que cuente con una infraestructura tanto de personas como de espacios y materiales. Esta estructura puede variar según el tamaño y las características propias de cada colegio.

Espacios: Sería muy conveniente disponer de una sala acondicionada para realizar determinadas actividades de interioridad.

Recursos económicos: Para que el proyecto sea viable es necesario que se contemplen en los presupuestos anuales tanto la formación permanente del profesorado como la compra y mantenimiento de materiales.

6.5 Programación y temporalización

Tras un proceso de reflexión con las personas que corresponda, cada Equipo Directivo decide en qué ámbitos de acción se va a trabajar la interioridad en el colegio.

El Equipo de Titularidad convocará a los coordinadores del Proyecto D de los colegios para trabajar sobre la programación general que luego se habrá de concretar en cada colegio. Es fundamental garantizar que se desarrollen las cuatro dimensiones de la interioridad: corporal, psicológica, social y trascendente.



7. EVALUACIÓN

7.1 Objetivos

Los objetivos del proceso de evaluación son establecer la distancia entre los objetivos planteados y los objetivos logrados, generar los ajustes pertinentes y hacer seguimiento del proceso.

Este proceso de evaluación nos proporcionará una información importante para garantizar el desarrollo exitoso del proyecto de interioridad. Nos ayudará a:

- Tener idea de las posibilidades para desarrollar el proyecto
- Nos da información acerca de los recursos para poder realizarlo
- Realizar ajustes en las actividades y la programación.
- Reforzar las cuestiones positivas.
- Nos ayudará para no postergar decisiones
- Medir los logros y el desempeño final
- Comparar los resultados finales con los objetivos planteados al inicio



7.2 Proceso de evaluación

El proceso evaluativo tendrá en cuenta a los alumnos/as como receptores del proyecto y a cada uno de los equipos que aparecen en la estructura.

Evaluación del proyecto de interioridad por parte del alumnado

Evaluar la calidad de las acciones desarrolladas y evaluar el impacto de las mismas a través de un cuestionario que se pasará a los alumnos que participen (modelo en anexo). Cada etapa determinará la temporalidad y la forma de este cuestionario (es necesario que se realice al menos una vez al año).

Evaluación del Proyecto Desde Dentro

El coordinador del Proyecto D valorará, junto con los profesores, tutores, etc., el desarrollo de las acciones realizadas. Se tratará de evaluar las acciones que han sido positivas y las posibles incidencias así como de establecer propuestas de mejora. En esta evaluación se podrán recoger los siguientes indicadores:

- N° alumnos/as y/o familias participantes.
- N° actividades desarrolladas por coordinadores, profesores, tutores, etc.
- N° actividades programadas no desarrolladas
- N° profesores y tutores participantes
- N° formaciones realizadas a profesores y tutores
- Media de evaluaciones de los cuestionarios de la calidad de las acciones desarrolladas

Esta evaluación se enviará al Equipo Directivo al finalizar el curso, junto con una memoria anual, donde se identificarán los puntos fuertes y los puntos más críticos, estableciendo propuestas de mejora.

A partir de la información recibida el Equipo Directivo informará al Equipo de Titularidad sobre el desarrollo del Proyecto en el colegio.

8. ANEXOS

- 8.1 Programación de objetivos, contenidos y actividades
- 8.2 Recursos
- 8.3 Plantilla para la planificación del despliegue del proyecto en los colegios.
- 8.4 Plantillas de evaluación
- 8.5 Plan de formación en educación de la interioridad



www.fesofiabarar.es



[@fesofiabarar.es](https://twitter.com/fesofiabarar)



Fundación Educativa Sofía Barat



www.facebook.com/fesofiabarar