

Sesión 6ª

18 DE MARZO DE 2021

## Claves metodológicas en la catequesis infantil. De la inteligencia emocional a la experiencia espiritual

*Marcos 10, 13-16*

*En aquel tiempo presentaron a Jesús unos niños para que los tocara; pero los discípulos les reñían. Pero Jesús, al ver esto, se enfadó y les dijo: «Dejad que los niños vengan a mí, no se lo impidáis, porque de los que son como éstos es el Reino de Dios. Yo os aseguro: el que no reciba el Reino de Dios como niño, no entrará en él» Y abrazaba a los niños, y los bendecía poniendo las manos sobre ellos.*

*Lucas 9, 47-48*

*Entonces Jesús, sabiendo lo que pensaban en sus corazones, tomó a un niño y lo puso a su lado, y les dijo: El que reciben a este niño en mi nombre, a mí me recibe; y el que me recibe a mí, recibe a aquel que me envió; porque el que es más pequeño entre todos vosotros, éste es grande.*

**En el Directorio encontramos una dedicación específica a este ámbito y campo. En el Capítulo 2, puntos 236 y siguientes:**



### 2. CATEQUESIS CON NIÑOS Y JÓVENES

**236.** «Esta etapa de la vida, en la que tradicionalmente se distingue la primera infancia o edad escolar y la niñez, se caracteriza, a los ojos de la fe y de la razón misma, por tener la gracia de una vida que comienza»<sup>16</sup> marcada por la sencillez y la gratuidad de la acogida. **San Agustín señaló ya la niñez y la infancia como una época en la que se aprende el dialogo con el Maestro que habla en la intimidad. Es desde una edad temprana que el niño debe ser ayudado a percibir y desarrollar el sentido de Dios y la intuición natural de su existencia (Cf. GE 3).** La antropología y la pedagogía confirman, de hecho, que el niño es capaz de Dios y que sus preguntas sobre el sentido de la vida también nacen donde los padres están poco atentos a la educación religiosa.

**Los niños tienen la capacidad de hacer preguntas significativas sobre la creación, la identidad de Dios, el porqué del bien y del mal, y son capaces de alegrarse frente al misterio de la vida y del amor.**

**240.** La niñez (6 -10 años), según una tradición establecida en muchos países, este es el periodo en el cual se completa en la parroquia la iniciación cristiana comenzada con el Bautismo. El itinerario global de iniciación cristiana tiene como objetivo dar a conocer los principales acontecimientos de la historia de la salvación que serán objeto de una reflexión más profunda en edades posteriores y a sensibilizar gradualmente sobre la propia identidad como bautizado. Con la catequesis de iniciación cristiana se apunta al primer conocimiento de la fe (primer anuncio) y con el proceso de iniciación se introduce al niño en la vida de la Iglesia y en la celebración de los sacramentos.

**La catequesis, no fragmentada, sino articulada a lo largo de un itinerario que propone de manera esencial todos los misterios de la vida cristiana y su impacto en la conciencia moral, también está atenta a las condiciones existenciales de los niños y a sus preguntas propias de la edad. (...)**

**241.** La niñez es también la etapa de la entrada en el mundo de la escuela primaria. El niño, luego un joven, entra en una comunidad más grande de la familia, donde tiene la oportunidad de desarrollar sus habilidades intelectuales, afectivas, relacionales. De hecho, en muchos países del mundo, se imparte una enseñanza religiosa específica en la escuela, y en algunos casos, también se da la posibilidad de llevar a cabo en la escuela la catequesis de iniciación a la vida cristiana y a los sacramentos, de acuerdo con las instrucciones y disposiciones del Obispo local. **En esos contextos, la colaboración entre catequistas y profesores se convierte en un recurso educativo importante y es una oportunidad favorable para dar visibilidad a una comunidad de adultos testigos de la fe.**



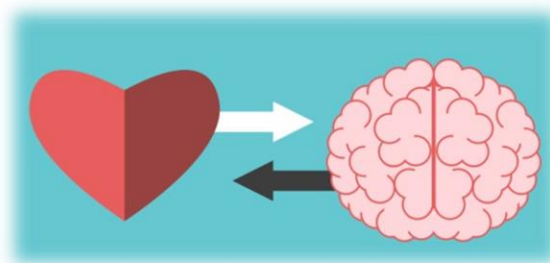
**Pensemos:**

¿Qué significa acercar a los niños a la vida de fe, al conocimiento de Jesús, de la Iglesia, a expresarse?

¿La religión, la catequesis ayuda a los niños a expresar sus emociones? ¿A integrar su espiritualidad en su expresión habitual? ¿O vida y fe van separadas?

## DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A LA EXPERIENCIA ESPIRITUAL

**OBJETIVO:** Capacitar en el concepto de inteligencia emocional, competencias y habilidades emocionales, promover el conocimiento personal de inteligencia emocional para poder aplicarlo a la vida cotidiana, a la reflexión, a la vida de las comunidades y los proyectos pastorales.



### 1. DEFINAMOS ALGUNOS CONCEPTOS

- **INTELIGENCIA:** La capacidad para resolver problemas y tomar decisiones en nuestra vida cotidiana.
- **INTELIGENCIA EMOCIONAL:** es la capacidad para reconocer los sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos. Esta inteligencia se organiza en cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación y gestionar las relaciones.
- **INTELIGENCIA ESPIRITUAL:** es aquella con la que afrontamos y resolvemos problemas de significados y valores. Esta capacidad posibilita al ser humano para que dé respuesta a la pregunta: ¿Quién soy? También posibilita a la persona para que encuentre el sentido profundo a la vida y permanezca alineado a los principios espirituales. Es la inteligencia que ilumina y da plenitud de sentido, fuerza y orientación a la inteligencia racional y emocional.

### EDUCACIÓN PARA LA INTERIORIDAD

Trabajar inteligencia emocional ayuda a la persona a fortalecer o, en su caso, recuperar la seguridad afectiva, con todo lo que ello implica de lograr hacer pie en una plataforma desde la que, simultáneamente, armonizarse (unificarse) por dentro y desplegarse hacia fuera.

En **catequesis** trabajamos desde las emociones para llegar a lo espiritual, porque lo que se busca es dar respuesta a las “necesidades espirituales” y ayudar a la persona –sea niño, joven o adulto- a que experimente que la fe es un camino hacia nuestro interior que nos impulsa a dar lo mejor de nosotros mismos al mundo.

## 2. TANTO LO EMOCIONAL COMO LO ESPIRITUAL SE APRENDE DESDE LA EXPERIENCIA

La inteligencia emocional cambia según el experto que la defina, y la vida de cada persona. Por ejemplo, el Dr. Danah Zohar es la capacidad de afrontar problemas de significados y valores, otros creen que es la capacidad de comprender el mundo desde un alto estado de conciencia y la capacidad de descubrir lo sagrado en las cosas cotidianas de la vida diaria. En resumen, es el corazón de nuestro concepto de la vida y de lo que es correcto y lo que no, de lo que vale la pena y lo superfluo.

**Es muy importante que seamos totalmente conscientes que Dios no es emoción... hoy estoy bien y creo, mañana me levantaré mal y no creeré tanto y pasado no creo nada y después estoy mejor y vuelvo a creer. Dios es sí y amén, Dios es el Principio y el Fin, Dios no cambia ni se arrepiente de nada de lo que te haya dicho. Por eso, serás libre si tu mente y tu espíritu están llenos de fe y no de emoción.**

## 3. CÓMO DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Como todo tipo de inteligencia (tenemos varias), debemos cultivarla y desarrollarla.

Los cuatro grandes bloques de intervención podrían ser:

- Autoconciencia emocional: El conocimiento de las propias emociones.
- Gestión emocional: La capacidad de gestionar las emociones.
- La automotivación: El aprovechamiento productivo de las emociones.
- La empatía y habilidades sociales: El reconocimiento de las emociones ajenas y la buena relación con los demás.



## 4. AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL, GESTIÓN EMOCIONAL

El **autoconcepto** es tomar conciencia de lo que quién soy, qué pienso, siento, hago y tener una opinión sobre lo que soy en este momento concreto de mi vida ya que es cambiante y dinámico, podemos cambiar y las experiencias de vida nos hacen reconocernos y ayudarnos a reconocernos, Las conductas son pistas de cómo somos. Influye en toda nuestra vida. Lo podemos dividir a su vez en tres elementos que lo fundamentan y se autorrelacionan de tal modo que la carencia de alguno de ellos afecta a los otros:

1. **Autoconocimiento:** es el más importante y decisivo. Lo que sé de mí me dará los recursos necesarios para amarnos, respetarnos y si es necesario cambiarnos. Es la información que tengo de mí y ser consciente de ello.
2. **Autoestima:** con todo lo que sé de mí valoro si me gusta, si amo lo que soy y hago, si me siento bien conmigo mismo.
3. **Autorrealización:** es orientar lo que quiero y amo de mí mismo para hacer aquello por lo que lucho, lo que deseo y sueño



### ¿Y en catequesis?

El principal mandamiento de nuestra religión es:

#### **El mandamiento del amor**

AMARÁS DE DIOS SOBRE TODAS LAS COSAS Y AL PRÓJIMO COMO  
A TI MISMO (Mt 22, 34)

Jesús nos enseña cómo hacer posible este mandamiento que él mismo fue el primero en cumplir.

El amor a Dios y al Prójimo nos pone ante la gran novedad de Jesús. Por un lado nos revela que estos dos mandamientos son la raíz y el fundamento sobre los que puede sostenerse con verdad cualquier Ley. Y por otro, que todo, y en particular la Ley, queda definitivamente abierto a la realidad de Dios y a la realidad del Prójimo.

Amar no significa dejar de amarme a mí mismo. Por el contrario, la idea de que no puedo amarte a menos que me ame a mí mismo está aceptada universalmente por los psicólogos. No puedo dar lo que no tengo. Quienes no se aman a sí mismos están tristes, atormentados por una constante sensación de vacío que están siempre tratando de llenar.

Mi amor hacia ti no significa nunca una abdicación de mi propio yo. Posiblemente podría dar mi vida por ti por amor, pero nunca podría negar mi identidad como persona. Intentaré ser lo que tú necesitas que yo sea, hacer lo que tú necesitas que se haga y decir lo que tú necesitas escuchar. Al mismo tiempo, estoy comprometido en una relación sincera y abierta.

## AMAR AL PRÓJIMO COMO A MI MISMO, NO EN LUGAR DE MI MISMO

### TAREA:

1. ¿En qué consiste el AMOR a uno mismo? ¿Podemos amar a alguien si no nos amamos primero nosotros? ¿Podemos amar a Dios?
2. ¿Cómo lo podemos aplicaren nuestra vida diaria, en nuestras catequesis?  
Ejemplos

### b) GESTIÓN DE LAS EMOCIONES: Forma parte de nuestra labor espiritual

La inteligencia emocional es base para la inteligencia espiritual, y viceversa.

#### **Dedicar tiempo a hacer silencio**

Aprender a alejarnos del ruido de la rutina, de las prisas y de lo que nos distrae y hace perder el sentido de las cosas y de la vida: debemos tomarnos un tiempo para rezar, meditar, pensar en la existencia propia y nuestro lugar en el mundo. Sin ello, es imposible descubrir lo sagrado y profundo de la fe. Es hacer silencio, ser en el silencio.

En catequesis tenemos que ayudar a encontrar el sentido profundo de la vida, con optimismo y conscientes de nuestras debilidades. Conocernos para amarnos. Somos cuerpo, mente y sentimientos y no es posible separar estas dimensiones.

**CUERPO:** respiración, postura, gestos, voz, canto, miradas, abrazos, olor, color, ...

**MENTE:** oración, lectura, estudio, creatividad, pensamientos, positividad, ...

**SENTIMIENTOS:** pasión, emoción, corazón, alegría, compasión, ...

➤ **¿Propiciamos momentos en catequesis para respirar, callar, meditar...para simplemente estar?**

## 5. AUTOMOTIVACIÓN: LA FE ES MI MOTIVACIÓN

La fe, la confianza y la **motivación**, tres conceptos que se relacionan entre sí y que son imprescindibles para el crecimiento de cualquier persona, proyecto e ilusión. Los tres aportan la gasolina necesaria que nutre y riega nuestro ser: la energía vital. En este caso trabajaremos la FE, concretamente la cristiana.

Las personas creyentes tienen que ser optimistas, positivos, realistas, motivados y motivadores, si no es así, su fe no es auténtica o madura. Son los hombres y mujeres con mayor y mejor motivación, pero que jamás se rinde...



Pero, ¿qué motiva realmente a un creyente en Dios?

- ¿El temor a recibir castigo de Dios?
- ¿Tener la conciencia tranquila por la práctica de unos ritos?
- ¿La sensación de culpa por ser pecador?
- ¿El seguir con la tradición familiar, la costumbre, la presión familiar, la sensación de no saber qué hacer con la vida propia?

La fe en Dios es mucho más que una motivación. Siempre que tuviste fe como un grano de mostaza, se realizaron las cosas. Tuviste que adiestrarte en el arte de creer lo imposible. La corta experiencia adquirida te lanza a creer con fuerza aún mayor en el porvenir. La fe funciona.

La fe **mueve** montañas, pero sólo las que uno se atreve a mover.

**“Les aseguro que si tuvieran fe del tamaño de un grano de mostaza, dirían a esta montaña: ‘trasládate de aquí a allá’, y la montaña se trasladaría; y nada sería imposible para ustedes”.**

**Mt. 17, 20**

Necesitamos tomar medidas a razón de lo que creemos y esto no es otra cosa que el mensaje de Jesús de Nazaret de posibilidad, de esperanza, de libertad, de generosidad, de agradecimiento, justicia, paz, perdón...en definitiva nuestra **motivación** es la felicidad de sabernos **AMADOS SIEMPRE**.

