



# *RISOTERAPIA*

PARA

PROFESORES

Y

ALUMNOS

# LA RISA Y EL HUMOR COMO RECURSO EDUCATIVO

Los trabajadores del sector sanitario y educativo parecen los más estresados ya que son los colectivos que más sesiones de terapia de la risa han demandado en los últimos años. El docente necesita ahora más educación emocional que antes, ya que cada vez más trabajadores tienen el síndrome del "profesor quemado". En estos cursos se les enseñan estrategias para solucionar los conflictos que surjan con alumnos, padres o personal de la administración. El objetivo es que aprendan a relativizar las dificultades y adquieran recursos útiles en su labor.

La  
Convivencia  
en las aulas es  
una de las principales  
preocupaciones del profesora-  
rado, administración y centros edu-  
cativos. Conocer las causas y consecuencias  
de la violencia escolar, facilita la creación de medi-  
das para prevenir el estrés y absentismo laboral.

**"El humor crea un ambiente alegre y cordial"**



# APOYO AL PROFESORADO



Entre la multitud de recursos en educación, la risoterapia puede abrir, sin duda, muchos caminos a situaciones que en este momento nos inquietan y preocupan tales como la enseñanza de los valores o cómo responder a una agresión.

En muchas ocasiones son los propios padres quienes someten al profesorado a una presión psicológica, cuestionando su capacidad profesional, interponiendo el vínculo familiar y obviando los verdaderos intereses del propio hijo.

## OBJETIVOS QUE ALCANZAN LOS TALLERES

Descubrir y valorar las implicaciones del humor en el mundo de la psicopedagogía.

Crear un ambiente agradable en la escuela para combatir situaciones de estrés.

Favorecer mediante el buen humor al aprendizaje de los estudiantes.

Disminuir la agresividad y el acoso escolar.

Facilitar la comunicación entre el profesor y alumno.

Despertar la imaginación, la creatividad y la Lógica en los jóvenes.

Gozar y sorprenderse de uno mismo con situaciones humorísticas.



**“La risa y la sonrisa tienen efectos terapéuticos en la educación”**

# LA ESCUELA UN LUGAR PARA CONVIVIR, APRENDER Y DIVERTIRSE

La risoterapia ofrece algunas pistas para cultivar una visión positiva de la vida, tanto en el propio docente como en su relación con el alumnado. A través de dinámicas de grupo y breves charlas teóricas intentamos que cada participante se observe, tenga una percepción de sí mismo e inyecte creatividad y humor a sus emociones. Proponemos técnicas para favorecer esta consciencia en distintas disciplinas y situaciones de aula, los resultados son muy positivos.



La complicidad y participación de los educadores contribuye a crear un ambiente de confianza entre sus alumnos y compañeros de equipo.

Mejorando las destrezas y conocimiento del profesorado, sus capacidades y sus recursos para motivar a los niños.

El objetivo de esta actividad es desarrollar tácticas educativas que podrán incorporar al trabajo con sus alumnos.

**“Las matemáticas no tienen porque ser tan aburridas”**

# ¿CÓMO INFLUYEN LAS EMOCIONES DEL ALUMNO EN EL ESTUDIO Y EL APRENDIZAJE?



Como es natural, hay emociones que favorecen su aprendizaje y otras que lo perjudican o lo obstaculizan. Podemos decir que estados anímicos como la alegría, el entusiasmo o el coraje le impulsan con la energía emocional adecuada para llevar adelante con eficiencia cualquier proceso de aprendizaje por la práctica. Y estados anímicos como la tristeza, el miedo o la cólera perturban, paralizan o incluso pueden llegar a invalidar la capacidad y el tiempo que en ello se emplea. A estas emociones se incluyen posibles problemas familiares, crisis afectivas agudas, y desavenencias en la escuela (compañeros, profesores o tutores).

Por ello la risoterapia propone un nuevo planteamiento para los padres y educadores de hoy. El objetivo es ayudar a los niños y jóvenes mediante juegos y actividades que pueden realizar en grupo, para potenciar la creatividad, estimular la capacidad de comunicación, concentración, relajación, potenciando su independencia y seguridad en sí mismos. Les provee de recursos para aprender a estudiar de una forma más divertida y acorde con las exigencias que hoy plantea la enseñanza.

Al mismo tiempo, estas dinámicas ayudan al alumno a reforzar su autoestima, eliminar posibles bloqueos didácticos y relacionarse de un modo natural. Así pues, se trata de una obra sumamente útil para enseñar al alumno mediante estímulos corporales, emocionales y mentales.

