



Ejemplo de gimnasio con progresión

Este archivo comparte un ejemplo breve de cómo podría verse un gimnasio de MapEA.

Un gimnasio es un espacio de práctica deliberada para desarrollar habilidades. En este caso, la habilidad es **observar sin interpretar**: mirar una escena con más precisión, distinguir lo que vimos de lo que concluimos y abrir conversación desde una observación cuidadosa.

Este ejemplo forma parte del territorio de **Compartición de saberes** de MapEA, donde ponemos en conversación marcos, preguntas, herramientas y experiencias de navegación educativa, especialmente en contexto alternativos.

Para seguir explorando

MapEA —Mapeando Entendimientos Alternativos— crea herramientas, conversaciones y espacios de compartición de saberes para familias, Ma&Pa's, personas facilitadoras, sostenedoras de proyectos y comunidades que están navegando caminos educativos alternativos.

Puedes volver a MapEA para conocer próximos gimnasios, laboratorios, talleres, conversaciones y materiales descargables.

Más información: <https://www.mapea.org/>

Habilidad: observar sin interpretar

Esta habilidad consiste en mirar una escena con precisión antes de nombrarla. Ayuda a separar lo que vimos y escuchamos de las conclusiones que hacemos sobre la persona.

En conversaciones con niñeces, esta habilidad cuida mucho el vínculo. Una observación clara abre conversación. Una interpretación rápida puede cerrar posibilidades, activar defensa o volver identidad algo que solo fue una acción situada.

Nivel 1

Traducir juicios a observaciones

Objetivo: reconocer la diferencia entre una interpretación y una observación.

Durante la semana, anota cinco frases que aparezcan en tu mente sobre una niñez, una familia o una situación.



Ejemplos:

“Está buscando atención.”

“Se rinde muy rápido.”

“Es muy intensa.”

“Siempre interrumpe.”

“Le falta compromiso.”

Después traduce cada frase a algo que pueda verse u oírse.

“Pidió ayuda a tres personas en diez minutos.”

“Después de dos intentos dijo ‘ya no quiero’ y dejó el material.”

“Habló con volumen alto y movió las manos mientras contaba lo que pasó.”

“Empezó a hablar mientras otra persona estaba terminando su frase.”

“Faltó a dos encuentros y dejó tres tarjetas en pendiente.”

Lo que se desarrolla: precisión.

Lo que se observa: se empieza a detectar las propias conclusiones automáticas.

Nivel 2

Agregar contexto sin explicar de más

Objetivo: ampliar la observación para incluir condiciones.

Elige tres observaciones del nivel anterior y agrega contexto: momento, lugar, personas presentes, duración, estado del ambiente o antecedente inmediato.

Ejemplo:

“Después de dos intentos dijo ‘ya no quiero’ y dejó el material.”

Con contexto:

“Durante la hora de proyectos, después de dos intentos con la sierra, dijo ‘ya no quiero’, dejó el material en la mesa y se fue al patio. Había ruido en el taller y dos personas estaban esperando usar la misma herramienta.”

Lo que se desarrolla: mirada situada.

Lo que se observa: se empieza a mirar relación, ambiente y condiciones.



Nivel 3

Formular una pregunta desde la observación

Objetivo: usar la observación como puerta de entrada a una conversación.

Toma una observación con contexto y formula una pregunta que abra relato.

Observación:

“Después de dos intentos con la sierra, dijiste ‘ya no quiero’, dejaste el material en la mesa y te fuiste al patio.”

Pregunta posible:

“¿Qué estaba pasando para ti en ese momento?”

Otra posibilidad:

“¿Qué notaste en esos dos intentos?”

Otra posibilidad:

“¿Qué necesitaba ese proyecto para poder seguir?”

Lo que se desarrolla: entrada cuidadosa a la conversación.

Lo que se observa: se pregunta desde lo visto, con más espacio para el relato de la niñez.

Nivel 4

Probar la pregunta en una escena real

Objetivo: llevar la habilidad a una conversación cotidiana.

Elige una escena sencilla. Haz una observación breve y luego una pregunta.

Puedes usar esta estructura:

“Vi / escuché / noté...”

“Me dio curiosidad...”

“¿Qué estaba pasando para ti?”

Ejemplo:

“Vi que miraste tu dibujo un rato, lo doblaste y lo guardaste. Me dio curiosidad qué pasó ahí para ti.”

Después registra:



Qué observé.
Qué pregunté.
Qué abrió la pregunta.
Qué hice con mi impulso de interpretar.

Lo que se desarrolla: práctica situada.

Lo que se observa: se empieza a usar la habilidad mientras la vida ocurre.

Nivel 5

Sostener corrección o desacuerdo

Objetivo: recibir la respuesta de la persona sin defender la propia lectura.

A veces la niñez corrige la observación o el sentido que la persona adulta estaba imaginando.

Ejemplo:

Adulto: “Vi que guardaste el dibujo. Me pregunté si algo te incomodó.”

Niñez: “Nada, solo quería llevárselo a mi mamá.”

La práctica aquí es recibir la corrección como información valiosa.

Respuesta posible:

“Ah, gracias. ¿Entonces era importante guardarlo para ella?”

Lo que se desarrolla: humildad relacional.

Lo que se observa: se sostiene la mirada propia como tentativa.

Nivel 6

Integrar observación, emoción y necesidad

Objetivo: conectar esta habilidad con otras habilidades de vínculo.

Elige una escena más compleja, por ejemplo conflicto, frustración o retiro del grupo.

Primero describe.

Luego ofrece una emoción tentativa.

Después abre una necesidad posible.

Ejemplo:



“Vi que cuando se cambió el plan, saliste del cuarto y cerraste la puerta fuerte. Me pregunto si apareció frustración, quizá porque necesitabas saber qué iba a pasar. ¿Me acerco?”

Lo que se desarrolla: integración.

Lo que se observa: se empieza a unir precisión, escucha, diferenciación emocional y traducción de necesidades.

Cierre del ciclo de práctica

Al final de la semana, trae al gimnasio:

Una interpretación que lograste traducir.

Una observación con contexto.

Una pregunta que probaste.

Una corrección que recibiste.

Una escena donde todavía se te hizo difícil mirar sin cerrar el relato.

Este ciclo desarrolla una habilidad completa: mirar con precisión, situar la escena, preguntar desde lo observado, recibir la respuesta y ajustar la propia lectura.

Cuidado de uso

Este material se comparte como una invitación a practicar, adaptar y conversar.

Puedes usarlo en tu contexto, imprimirlo, compartirlo con tu equipo o tomarlo como inspiración para crear tus propias prácticas. Al circularlo, conserva el crédito a MapEA y comparte la fuente original para que otras personas puedan encontrar más materiales y el contexto completo.

Las habilidades relacionales se desarrollan en práctica situada. Cada escena, niñez, familia, equipo y comunidad trae condiciones propias. Usa este ejemplo con criterio, cuidado y atención al vínculo.

Créditos

Material creado por **MapEA —Mapeando Entendimientos Alternativos—**.

Desarrollo conceptual y diseño de práctica: **Consuelo Pellicer Monterrubio / MapEA**.



Este ejemplo dialoga con saberes de prácticas narrativas, comunicación no violenta, aprendizaje autodirigido y cultura ágil en contextos educativos alternativos.

Versión: Verano 2026

Este material viaja mejor cuando vuelve a su contexto.

Encuentra más herramientas, conversaciones y próximos espacios de práctica en MapEA: <https://www.mapea.org/>