

## Premio a la Acción Magistral 2006 1º MENCIÓN DEL JURADO

**Título del proyecto:** La educación emocional en la escuela

**Autores:** D<sup>a</sup> Carmen Farto López, D<sup>a</sup> Amparo García Sainz, D<sup>a</sup> Vicenta Echezarreta Celaya, D<sup>a</sup> Estrella Corada Martín y D<sup>a</sup> Carmen Ruiz Abad

**Centro educativo:** CP M<sup>a</sup> Sanz de Sautuola (Santander)

### Área curricular

Todas las áreas curriculares

### Tema

“EL DESARROLLO EMOCIONAL ES IMPRESCINDIBLE PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE UNA PERSONA Y POR ESO DEBE ESTAR PRESENTE EN LA ESCUELA Y DEBERÍA DEDICARSE POR LO MENOS EL MISMO TIEMPO, ENERGÍA Y GANAS QUE SE DEDICA A EL DESARROLLO COGNITIVO”.

Con este programa pretendemos que la Educación Emocional se trabaje desde el aula, impregnando todo el currículo educativo.

### Descripción de los destinatarios y del centro educativo

1. EL ENTORNO: La Albericia, barrio periférico, de la capital, Santander, en el seno del primitivo poblado de Canda-Landáburu.
2. POBLACIÓN: Su población es bastante numerosa y heterogénea. Existe un número elevado de familias con serios problemas, resultado del desempleo y la drogadicción. El nivel económico de las familias es medio-bajo. El nivel académico de la población es inferior a la media de la Comunidad de Cantabria, existiendo un alto porcentaje de personas "sin estudios". Se dan grandes períodos de absentismo escolar. Por otro lado tenemos alumnos extranjeros.
3. ALUMNADO: El número de alumnos matriculados en el presente curso es de 280. Un número importante del alumnado presenta dificultades de aprendizaje, así como problemas familiares y de comportamiento.
4. CLAUSTRO DE PROFESORES: El Claustro de profesores lo integran 32 maestros, en su mayoría definitivos.

### Objetivos del proyecto

1. Conocer, respetar y atender la individualidad de nuestro alumnado porque consideramos que esto enriquece a todo el grupo.

2. Crear un clima en el que nuestro alumnado puedan expresar sus emociones y nosotros también transmitirles las nuestras.
3. Facilitar el debate de sus ideas y la toma de decisiones.
4. Ayudar a nuestros alumnos/as a tener confianza en si mismos.
5. Enseñar a nuestros alumnos/as a sentirse parte del grupo y a trabajar en él con un objetivo común.
6. Proponer formas de aprendizaje que aúnen el desarrollo intelectual y emocional de nuestros alumnos/as.

El objetivo final de este proyecto es que la Educación Emocional se trabaje desde el aula, impregnando todo el currículo educativo como una parte imprescindible en el desarrollo integral de todo nuestro alumnado.

### **Resumen del proyecto**

COORDINA EL PROGRAMA: Carmen Farto (Jefa de Estudios)

- En el Curso 2003-2004 Carmen Farto presenta en el Centro el Proyecto “Yo soy de este Grupo” que se desarrollará como experiencia piloto con el alumnado de 6º curso; en lo que llamamos “Taller de Educación Emocional”.
- En el Curso 2004-2005 El proyecto se presenta a la Consejería de Educación en el departamento de Compensación Educativa. Es en este curso cuando el programa empieza a tener entidad propia y se implanta dentro del horario escolar para los alumnos de 6º curso de primaria, un día a la semana en el Taller.

Durante este curso también se valora la necesidad de que sea en las propias aulas donde se trabajen los aspectos más importantes de la Educación Emocional, para ello se necesitaba hacer cambios metodológicos que favorezcan no sólo el desarrollo cognitivo sino también el desarrollo emocional. Se propuso entonces el “Trabajo Por Proyectos” y son las dos profesoras de compensatoria, Amparo y Vicente, con los 15 alumnos de compensación educativa con los que se inicia esta experiencia (se describe en el anexo).

En el resto de Primaria se empieza a trabajar en algún curso con el material de “Prevenir para Vivir” de la FAD.

- En el Curso 2005-2006: Comenzamos con una formación específica de Educación Emocional a la que asisten la mayoría del equipo de Infantil y Primer Ciclo, además empiezan a manejar la bibliografía y el Proyecto de Educación Emocional que ya está elaborado en el Centro.
- En Infantil: Es en 5 años se da un enfoque global al desarrollo de la Educación Emocional, estando integrada perfectamente en el currículo.
- En Primaria: En el grupo de compensatoria se sigue apostando por el Trabajo por Proyectos ya que la metodología de trabajo es la que mejor responde al enfoque global que se quiere dar a la Educación Emocional. En el resto de los cursos de primaria se empieza dedicando un tiempo puntual para las actividades de Educación Emocional.

### **Fundamentación teórica**

Con este programa intentaremos desarrollar habilidades emocionales como son la capacidad para identificar, expresar y controlar sentimientos; la habilidad de controlar los impulsos y posponer la gratificación, y la capacidad de manejar las sensaciones de tensión y de ansiedad. Una aptitud clave para dominar los impulsos consiste en conocer la diferencia entre

los sentimientos y las acciones y aprender a adoptar mejores decisiones emocionales, controlando el impulso de actuar e identificando las distintas alternativas de acción y sus posibles consecuencias.

Todo esto con el fin de que nuestros alumnos sean capaces de integrarse en su grupo de iguales y en su entorno de forma adecuada y participando activamente como miembros del grupo, trabajando en equipo con objetivos comunes.

Por diferentes razones que iremos analizando a lo largo del trabajo tenemos alumnos que no se encuentran integrados en un grupo, bien porque no son aceptados por sus compañeros o en otros casos porque ellos no se identifican con el grupo y no quieren pertenecer a él. Esta circunstancia provoca muchas situaciones de conflicto tanto en aula como en otros momentos de la jornada escolar (recreos, comedor, salidas).

Debemos tener en cuenta que dentro de nuestros alumnos hay un número importante que presentan deficiencias en el aprendizaje general y dentro de ellos podemos diferenciar alumnos con actitudes más antisociales, se pelean, carecen de capacidad para ejercer control sobre sí mismos, no saben pedir permiso o evitar situaciones conflictivas. Otros presentan deficiencias en las actitudes prosociales, como mantener una conversación, integrarse en un grupo, enfrentarse al miedo, tomar decisiones, arreglárselas cuando lo dejan de lado.

Y por último tenemos aquellos alumnos que les falta capacidad para compartir, responder a las bromas y al fracaso, enfrentarse a la presión del grupo, establecer objetivos y concentrarse.

### **Metodología**

El programa se basa en una metodología globalizada y activa que permite la construcción de aprendizajes emocionales y funcionales. Para ello se contemplará el principio de atención a la diversidad, procurando adaptar la ayuda pedagógica a las características individuales del alumnado. Por ello es necesario crear experiencias emocionales a partir de los conocimientos previos del alumnado, de sus intereses y necesidades personales. Estas experiencias se generalizarán a otros contextos.

El papel del educador en este programa es de GUÍA EN EL PROCESO DEL APRENDIZAJE, proporcionando modelos de actuación que el alumnado interioriza, motiva a la participación y dinamiza el grupo, proporcionando seguridad en el momento de compartir experiencias. Las vivencias del alumnado, la cooperación y el debate entre iguales son parte integrante en el desarrollo del concepto de sí mismo.

La actuación pedagógica pretende potenciar la adquisición de competencias tales como expresar emociones y sentimientos, establecer relaciones entre iguales, buscar alternativas ante problemas y conflictos, escuchar y respetar las opiniones de los demás. Por todo esto la actitud del educador debe ser abierta, flexible y empática.

### **Duración del proyecto**

El programa ha empezado a ser parte de nuestro Proyecto Educativo por eso es un programa que será permanente en el centro.

### Continuidad del proyecto

Cada nuevo curso el programa se irá enriqueciendo con nuevas actuaciones y con el Objetivo Principal de llegar a impregnar toda la vida escolar de La Educación Emocional

### Grado de participación - Implicación de la comunidad educativa

Todo el centro está participando pero en diferentes niveles de actuación.

- Con los cursos de 6º de Primaria: Se mantiene el taller con el que se inició el programa, una vez por semana. Se trabaja con el objetivo principal de entrenarse en el desarrollo de aptitudes emocionales que les permita desarrollar la capacidad de manejar las emociones idóneas para cada acción y regular su manifestación, manteniendo el equilibrio emocional; transmitiendo estados de ánimo para generar actitudes y respuestas positivas; aprendiendo a evaluar el “costo emocional” de situaciones y acciones.

La aptitud emocional no se puede mejorar de la noche a la mañana, pero con el aprendizaje podemos moldear algunos aspectos importantes de la realidad emocional individual y colectiva. Cuanto más tiempo pasa alguien esforzándose por cambiar, más durable será ese cambio.

- En el resto de primaria: En compensatoria se trabaja aunando desarrollo cognitivo y emocional con una metodología que se basa en el aprendizaje cooperativo e interdisciplinar, y que es la base para poder educar a nuestros alumnos emocionalmente, (en el anexo se desarrolla esta práctica educativa). Hay especialistas en el centro que siguen esta misma metodología. En el resto de Primaria se está trabajando de forma puntual en el aula, apoyándose con diferentes materiales como los cuadernillos de la FAD.
- En infantil de 5 años: Se ha conseguido el enfoque global que pretende el programa, impregnando todas las actuaciones educativas de educación emocional. (En el anexo se desarrollan detalladamente cómo están siguiendo el programa)

### Criterios para la evaluación del proyecto

Los criterios que se han seguido para evaluar el programa parten de los bloques temáticos que se están desarrollando en la Programación de Educación Emocional.

#### 1. ¿Qué es la Educación Emocional?

- 1.1 Emoción y motivación.
- 1.2 Las emociones y la salud.
- 1.3 La inteligencia emocional.

#### 2. Comunicación efectiva y afectiva

- 2.1 La escucha activa
- 2.2 Comunicación no verbal
- 2.3 Entrenamiento en comunicación efectiva

#### 3. Conocernos mejor:

- 3.1 Cómo nos vemos a nosotros mismos.
- 3.2 Cómo nos ven los demás.
- 3.3 Conocer nuestras emociones: positivas y negativas.
- 3.4. Reconocer las emociones de los demás.

#### 4 Control emocional:

- 4.1 Manejar las emociones negativas:
  - Ira.
  - Miedo.
  - Ansiedad.
  - Vergüenza.
  - Tristeza.
- 4.2 Desarrollar las emociones positivas.
- 4.3 Habilidades de afrontamiento.
- 4.4 Automotivarse emocionalmente.
- 4.5 Adoptar una aptitud positiva ante la vida.

#### 5. Relaciones interpersonales y habilidades socio-emocionales.

- 5.1 Características del trabajo en grupo: dinámica grupal.
- 5.2 Los grupos afectivos.
- 5.3 Desarrollo de habilidades socio-emocionales.

#### 6. Resolución de conflictos y emoción.

- 6.1 Habilidades socio-emocionales en la resolución de conflictos.
- 6.2 Negociación y equilibrio emocional.
- 6.3 La mediación: implicaciones emocionales.

#### 7. Las emociones en la toma de decisiones.

- 7.1 Asumir la responsabilidad personal.
- 7.2 Tomar conciencia de las decisiones que se deben tomar.
- 7.3 Estrategias en la toma de decisiones.
- 7.4 Aplicación a las situaciones de la vida.

### Herramientas para la evaluación del proyecto

La evaluación es continua y sistemática. Algunas de las herramientas que estamos utilizando son:

1. Cuestionarios, como los de el GROP(Grupo de Orientación Psicopedagógica, coordinado por Rafael Bisquerra).
2. Es muy importante también para la evaluación la Observación Sistemática que hace el profesor en cada sesión.
3. Indicadores de Evaluación de Vallés y Vallés 1998

Indicadores de evaluación de la inteligencia emocional:

1. Conocerse a sí mismo.
2. Llegar a acuerdos razonables con sus compañeros/as.

3. Tolerar la frustración.
4. Identificar las situaciones que provocan emociones positivas y negativas.
5. Contener la ira en situaciones de provocación.
6. Rechaza peticiones poco razonables.
7. Acepta las críticas justas de manera adecuada.
8. Mostrar dinamismo y actividad.
9. Se integra en el grupo.
10. Responsabilizarse de su comportamiento.
11. Comprende el punto de vista de los demás

El alumnado también ha realizado su propia evaluación de la actividad, al final de cada trimestre. En ella han reflejado lo que ha supuesto para ellos este taller, y si su relación con los demás ha cambiado de alguna manera, así como el conocimiento sobre ellos mismos.

Algunas de sus valoraciones han sido:

Gabriela: “A mi me ha parecido genial porque me ha ayudado a comportarme y a estudiar mejor. Yo creo que se necesitan más sesiones porque hemos aprendido a escuchar, respetar a los compañeros, a respetar las decisiones de los demás, a trabajar en grupo, y necesitamos más tiempo para aprender todo esto”.

Jenny: “La mayoría hemos aprendido a escuchar. También me ha gustado porque he conocido mejor a mis compañeros”.

ANA: “Carmen nos ha sabido transmitir muchas cosas como que cuando trabajamos en grupo y surge algún problema tenemos que solucionarlo hablando, que la violencia no resuelve nada. También hemos aprendido a respetarnos y a escuchar. Me ha parecido que hemos tenido poco tiempo”.

### **Valoración de los resultados obtenidos**

Los resultados son muy positivos ya que se está consiguiendo que nuestro alumnado empiece a adquirir habilidades socio-emocionales para relacionarse mejor con los demás y estrategias para manejar mejor sus emociones, sobre todo aquellas que influyen más en su comportamiento y en su ánimo, como son el miedo, el enfado, la tristeza etc.

En primaria estamos tratando ya las emociones con un enfoque cognitivo, es decir los alumnos identifican, valoran, toman conciencia de sus emociones y de esta forma están aprendiendo a regular sus impulsos, canalizando las emociones desagradables, aprenden a tener una mayor tolerancia ante la frustración, adquieren mayor autoestima, valoran de forma positiva las propias capacidades y sus limitaciones.

Nos queda un largo camino por recorrer ya que la Educación Emocional debe ser uno de los objetivos principales de nuestro Proyecto educativo de Centro y para ello debemos seguir trabajando todo el profesorado con líneas de actuación comunes que permitan conseguir el desarrollo integral de todo nuestro alumnado.