

# EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA

**LOS EDUCADORES SON IRREEMPLAZABLES  
PUES LA BONDAD, LA TOLERANCIA,  
LA INCLUSIÓN, LOS SENTIMIENTOS ALTRUISTAS  
Y TODAS LAS ÁREAS DE LA SENSIBILIDAD  
NO PUEDEN SER ENSEÑADAS POR LAS MÁQUINAS  
SINO SOLO  
POR LOS SERES HUMANOS.**



**JORNADAS PARA MEJORAR LA CONVIVENCIA ESCOLAR**

**MAYO 2014**

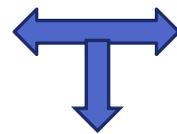
**María Dolores Hurtado**

# **POR QUÉ TRABAJAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA**

TENER ESTRATEGIAS PARA RESOLVER UN PROBLEMA MATEMÁTICO Y SABER EL NOMBRE DE LOS RIOS ES IMPORTANTE, PERO NO LO ES MENOS DOMINAR EL ARTE DE CONOCERSE A SÍ MISMO, VALORARSE, ESTABLECER RELACIONES POSITIVAS CON LOS DEMÁS, PREVENIR Y RESOLVER CONFLICTOS...  
EN DEFINITIVA SER COMPETENTE  
EMOCIONALMENTE

# RAZONES PARA TRABAJAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

NORMATIVA



APRENDIZAJE

ESCENARIOS

FORMACIÓN

**«La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana en el respeto a los principios democráticos de convivencia y a los derechos y libertades fundamentales».**

Constitución española

# EDUCACIÓN EMOCIONAL

## NORMATIVA

LOE LOMCE

- Principios
- Finalidades
- Currículos

- Profesorado
- Tutoría
  - Orientación

Prevención y resolución pacífica de conflictos.  
Valores, responsabilidad, tolerancia...  
Pleno desarrollo de la personalidad y las capacidades.  
Formación para la paz, cooperación, solidaridad...  
Desarrollar sus capacidades afectivas.

Tutoría, dirección y orientación.  
Apoyo al alumnado.  
Orientación educativa, académica y profesional.

FORMACIÓN INTEGRAL QUE CONTRIBUYA AL PLENO DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS

# EDUCACIÓN EMOCIONAL

## APRENDIZAJE

- MOVIMIENTOS DE RENOVACIÓN PEDAGÓGICA.
- PSICOLOGÍA HUMANISTA.
- TERAPIAS COGNITIVAS
- AVANCES DE LA NEUROCIENCIA.

### INFORME DELORS

- Aprender a conocer.
- Aprender a hacer.
- Aprender a convivir y trabajar en proyectos comunes.
- Aprender a ser.

«LA DISPOSICIÓN EMOCIONAL DEL ALUMNO DETERMINA SU HABILIDAD PARA APRENDER»

DESARROLLO COGNITIVO  
DESARROLLO EMOCIONAL

BIENESTAR PSICOLÓGICO  
BUENA SALUD FÍSICA Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES  
FAVORECEN NUESTRO ENTUSIASMO Y MOTIVACIÓN  
MEJORAN LAS RELACIONES SOCIALES

### INTELIGENCIAS MÚLTIPLES:

- INTELIGENCIA EMOCIONAL:
- INTELIGENCIA PERSONAL
  - INTELIGENCIA INTERPERSONAL

EDUCACIÓN EMOCIONAL

DESARROLLO EMOCIONAL

DESARROLLO COGNITIVO

DESARROLLO INTEGRAL

# EDUCACIÓN EMOCIONAL



## ESCENARIOS

NUUESTRO ALUMNADO ES MUY DIVERSO Y LAS AULAS CADA VEZ COMPORTAN MÁS COMPLEJIDAD

*Problemas de salud*

*Falta de respeto*

*Pasividad*

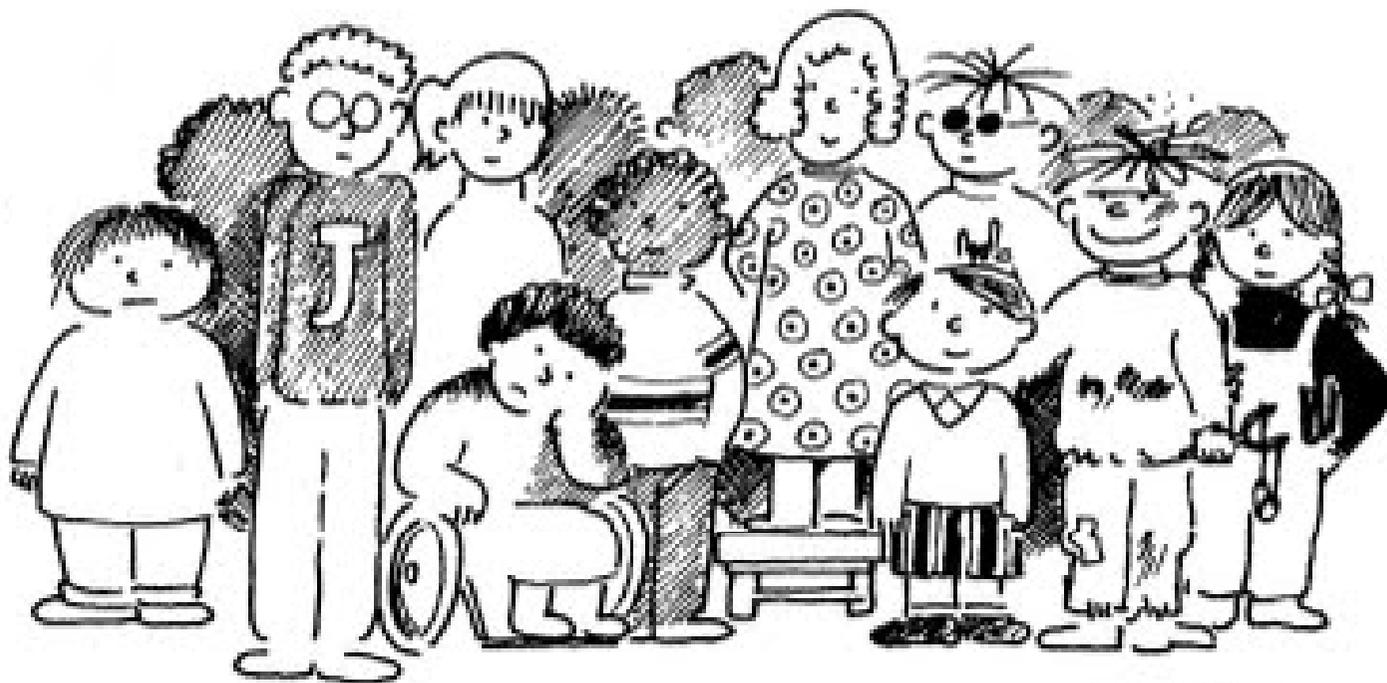
*Agresividad*

*Conductas disruptivas*

*Desmotivación*

...

¡TODOS TIENEN DIEZ AÑOS!



FRATO 93

¿TODOS ESTOS FACTORES DEBERÍAN  
TENERSE EN CUENTA A LA HORA DE  
ABORDAR NUESTRA PRÁCTICA EDUCATIVA?

HABRÍA QUE INTRODUCIR CAMBIOS

NUEVA CULTURA  
DE CENTRO

NUEVA CULTURA  
PROFESIONAL

El Centro como motor de cambio

ASPECTOS  
CURRICULARES

ASPECTOS  
ORGANIZATIVOS

ASPECTOS  
METODOLÓGICOS

"Una experiencia nunca es un fracaso,  
pues siempre viene a demostrar algo".

Thomas Alva Edison  
(1847-1931); físico e inventor estadounidense.

*"Casi todo lo que realices  
será insignificante,  
pero es muy importante  
que lo hagas"*

**-Mahatma Gandhi-**

**¿QUEREMOS HACERLO?**

LOGSE  
INTEGRACIÓN

Primera experiencia  
97/98

Orden 25 de sept.  
2003

Funcionamiento de los  
CEE como C. de R.

APOYAR LA LABOR DOCENTE

FAVORECER E IMPULSAR  
INTERCAMBIO DE  
EXPERIENCIAS EDUCATIVAS

ESTABLECER VÍNCULOS DE  
RELACIÓN CON OTROS  
SERVICIOS



Experiencia

Recursos

APOYO A LOS CENTROS  
ORDINARIOS EN LA ATENCIÓN A  
LA DIVERSIDAD

SERVICIOS EDUCATIVOS DE LA CONSEJERÍA QUE COLABORAN CON LOS  
CENTROS DOCENTES PARA ATENDER A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO

**FUNCIONES:**

- DETECCIÓN DE DEMANDAS
- APOYO A LA LABOR EDUCATIVA
- ASESORAMIENTO Y FORMACIÓN
- SEGUIMIENTO E INTERVENCIÓN CON ALUMNOS
- COLABORACIÓN CON LOS EOEPs
- FOMENTO DE EXPERIENCIAS DE INTERCAMBIO.

## OBSERVATORIO PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR

Propuestas intervención  
Planificación formación

## SERVICIO DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Planificación-organización  
Formación a la red de CR

## EOEPs GENERALES Y ESPECÍFICOS

Colaboración  
Intervención



## CENTRO DE PROFESORES

Detección de necesidades  
Colaboración en  
formación

## UNIVERSIDADES

Colaboración en  
formación y proyectos

## OTRAS INSTITUCIONES

Colaboración  
Formación

## APOYO LABOR EDUCATIVA

### PROPIO CENTRO:

- Apoyos puntuales
- Asesoramiento-formación
- Programa de EE

### CENTROS EXTERNOS:

- 37 centros atendidos
  - 20 sistemática
  - 17 puntuales

## PROGRAMA DE E. E.

### CENTRO DE RECURSOS «PÉREZ URRUTI»



### CPR

- 1 curso
- 3 seminarios
- 1 jornadas
- 5 formación autónoma

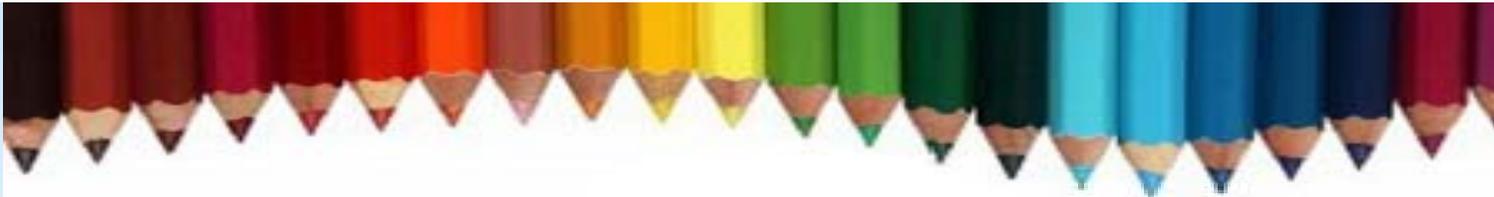
## ASESORAMIENTO Y FORMACIÓN

### CENTROS

- 8 formación a claustros
- 5 seminarios
- 2 talleres de padres

### OTROS

- 2 CEFIRE
- 2 proyectos UMU
- 1 Universidad del Mar
- ADIXMUR
- 1 curso sindicatos



# *Programa de Educación Emocional*

**Centro de Recursos  
CPEE Pérez Urruti.  
Año 2013/2014.**

**Marta Dolores Martelo**



**Recopilación y creación  
de recursos para trabajar  
la educación emocional  
en el aula.**



# *Programa de Educación Emocional*



# COMPETENCIAS DEL PROGRAMA

1. Identificar, expresar y respetar emociones propias y ajenas en situaciones de comunicación real.
2. Diferenciar las respuestas emocionales que nos hacen sentir bien o mal para poner en marcha estrategias de autorregulación emocional.
3. Definir y valorar las cualidades positivas de uno mismo, así como las que son susceptibles de mejorar, para conseguir una autoestima ajustada.
4. Reconocer, comprender y apreciar puntos de vista, necesidades, emociones y sentimientos de los demás.
5. Defender y expresar derechos, opiniones y sentimientos propios respetando los de los demás.
6. Identificar situaciones de conflictos y problemas para afrontarlos de forma positiva, aportando soluciones a los mismos.

## *OBJETIVOS GENERALES*

- Favorecer el desarrollo adecuado de la personalidad y del conocimiento social para conseguir el máximo bienestar social del alumnado.
- Prevenir la aparición de problemas o disfunciones que podrían desembocar en conductas desadaptadas o violentas.

## *OBJETIVOS ESPECIFICOS*

- Adquirir una adecuada conciencia de emociones propias y ajenas.
- Favorecer el desarrollo de estrategias para la regulación emocional.
- Desarrollar un conocimiento ajustado de uno mismo y una autoestima positiva.
- Enseñar habilidades sociales para cooperar y trabajar en equipo.
- Adquirir habilidades para comunicarse de manera asertiva.
- Aprender a ponerse en el lugar del otro desarrollando la empatía.
- Proporcionar estrategias para resolver conflictos de manera constructiva y no violenta.
- Identificar e interpretar el lenguaje no verbal.

# PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL



# *BLOQUES DE CONTENIDOS*

*Bloque 1*

*Autoconocimiento  
emocional*

*Bloque 4*

*Empatía*

*Bloque 2*

*Autocontrol emocional*

*Bloque 5*

*Habilidades sociales y de  
comunicación*

*Bloque 3*

*Autoestima*

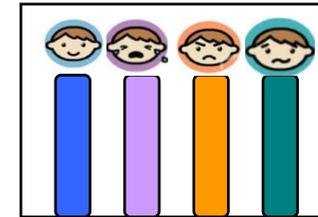
*Bloque 6*

*Resolución de conflictos*

# Bloque 1

## Autoconocimiento emocional

EL PANEL DE LAS EMOCIONES	
OBJETIVOS	COMPETENCIAS EMOCIONALES
<ul style="list-style-type: none"><li>- Expresar nuestras emociones.</li><li>- Conocer las emociones de los demás.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar, expresar y respetar emociones propias y ajenas en situaciones de comunicación real.</li></ul>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>Realizamos un panel en una cartulina o con papel continuo en el que dibujamos cuatro columnas. Encima de cada una de ellas ponemos un emoticón con las emociones básicas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Miedo.</li><li>- Rabia.</li><li>- Alegría.</li><li>- Tristeza.</li></ul>	
<p><b>EL JUEGO DE LAS EMOCIONES.</b></p> <p>Podemos meter en una bolsa distintas fichas con los emoticones. Se elige a un niño que meterá la mano, sacará una ficha que solo podrá ver él y tratará de expresar con lenguaje no verbal esa emoción para que los demás la adivinen.</p> <p>Se puede hacer también con láminas que expresen determinadas situaciones y las emociones que tendrían cada una de las personas que aparecen en ellas.</p> <p>Al acabar hacemos un resumen de la actividad preguntando: ¿A qué hemos jugado? ¿Qué teníamos que adivinar? ¿Ha sido difícil de adivinar? ¿Cómo estoy yo normalmente?</p> <p>Para terminar ponemos nuestro nombre en una tarjeta y la colocamos en la columna de la emoción que más nos represente.</p>	





Pepi

EMME

Daniel A.

LUCIA

APRILIA

SALA No

MIROL

RAUL

LUCIA

JUAN

PACO

Nerea

LUCIA

Nerea Jimenez

JUAN M.A.

SENGIO

Alexandro

## IDENTIFICAMOS EMOCIONES

### OBJETIVOS

- Identificar las emociones básicas.

### COMPETENCIAS EMOCIONALES

- Identificar, expresar y respetar emociones propias y ajenas en situaciones de comunicación real.

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

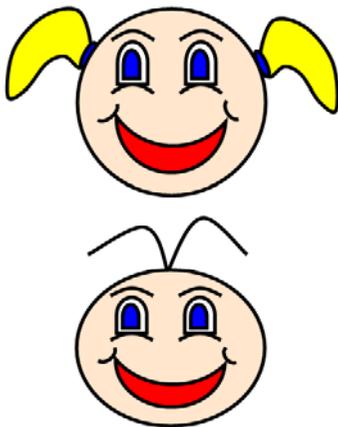
Una vez trabajada la emoción de la "alegría" podemos pasar a discriminarla en distintas situaciones o láminas.

Anexo 1: identificamos el emoticón.

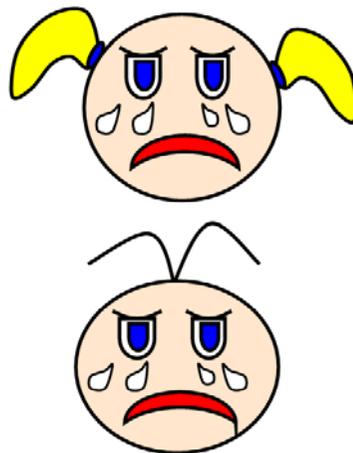
Anexo 2: coloreamos situaciones de alegría.

Anexo 3: Dibujamos o componemos una cara alegre.

### ALEGRE



### TRISTE



### COLOREAMOS SITUACIONES DONDE ESTAMOS ALEGRES



¿Cómo está la nube?



Colorea el dibujo acertado



## EL RELOJ DE LAS EMOCIONES

### OBJETIVOS

- Aumentar la capacidad de reflexión sobre uno mismo.
- Entender las propias emociones y las de los demás.

### COMPETENCIAS EMOCIONALES

- Identificar, expresar y respetar emociones propias y ajenas en situaciones de comunicación real.

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Dibujaremos un círculo a modo de esfera de reloj y colocaremos los emoticones de las emociones que vayamos trabajando. En el centro colocaremos una flecha.

Cada mañana, en la asamblea, trataremos de identificar la emoción que predomina en nosotros cuando llegamos. Esto nos dará ocasión de hablar sobre las emociones y lo que nos ha hecho estar de esa manera.

También se puede utilizar en cualquier momento que surja una situación donde haya que trabajar cómo nos sentimos con la misma.



## DOMINÓ EMOCIONES

### OBJETIVOS

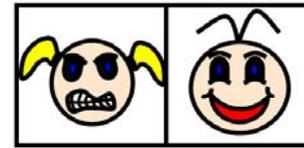
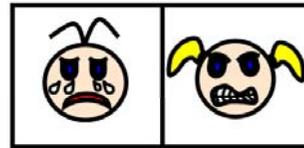
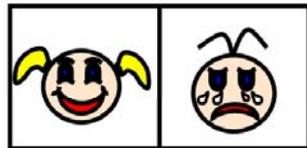
- Identificar las emociones básicas.

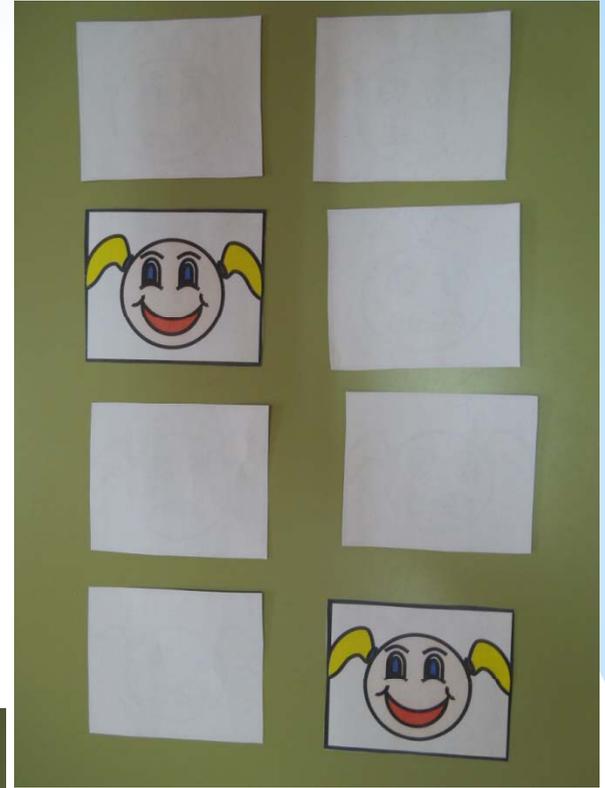
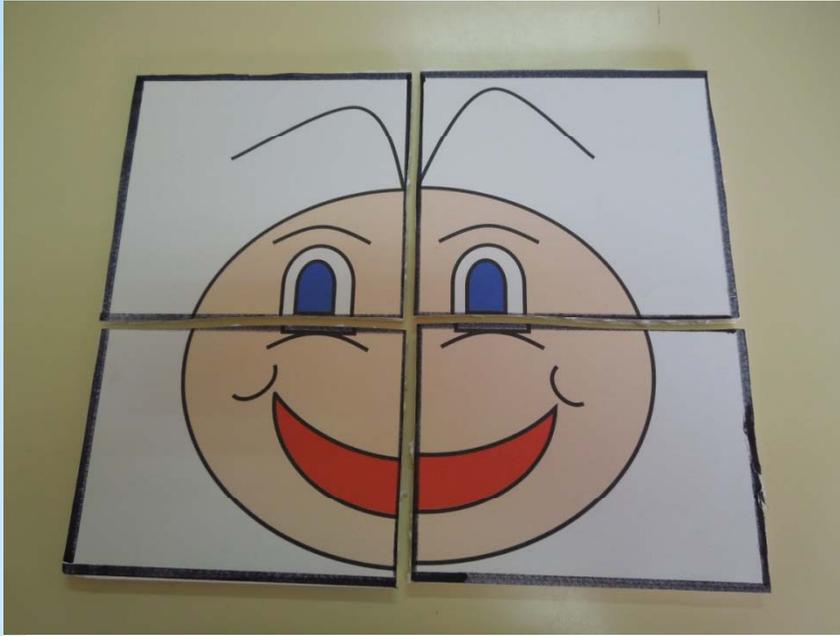
### COMPETENCIAS EMOCIONALES

- Identificar, expresar y respetar emociones propias y ajenas en situaciones de comunicación real.

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Realizamos un dominó con las distintas emociones. Realizamos el diseño y pasamos a imprimirlo. Lo pegamos sobre una cartulina de cartón pluma y recortamos las distintas fichas. Listo para jugar.





## “ATREVETE Y CAMBIA”

### OBJETIVOS

- Identificar emociones.
- Aumentar la capacidad de reflexión sobre uno mismo.

### COMPETENCIAS EMOCIONALES

- Identificar, expresar y respetar emociones propias y ajenas en situaciones de comunicación real.

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se pone el visionado de un video sobre el miedo. Es conveniente que el video lo vean dos veces. (Enlace del video: [YouTube: Atrévete y cambia](http://www.youtube.com/watch?v=-sn2-9Rcyj) <http://www.youtube.com/watch?v=-sn2-9Rcyj>)

A continuación se les reparte una ficha en la que contestarán unas cuestiones referentes al video. (*Anexo*)

Después de realizar la ficha, los alumnos de uno en uno irán poniendo en común sus respuestas acerca de las cuestiones planteadas. (¿Qué describe el video? ¿Qué me enseña?)

Esta actividad es propicia para hablar sobre la emoción del miedo y sobre todo resaltar que todos tenemos miedo, y hay que evitar decir “No hay que tener miedo”, pues este es una emoción y como tal es natural. Se trata de enseñar a los alumnos y alumnas que es natural tener miedo y que debemos de afrontar nuestros miedos en la vida.

# **METODOLOGÍA**

*ENFOQUE  
CONSTRUCTIVISTA*

*ACTIVO*

*QUE PERMITE LA  
CONSTRUCCIÓN  
DE APRENDIZAJES*

*EMOCIONALES*

*SIGNIFICATIVOS*

*FUNCIONALES*

# METODOLOGÍA

Los procedimientos o técnicas más apropiadas son:

**El Juego**, en especial el simbólico, el juego socio dramático y el juego cooperativo: favorecen importantes avances cognitivos y de relaciones sociales entre iguales como la capacidad de ponerse en el lugar del otro y la mejora de la comunicación verbal.

**Las Dramatizaciones** permiten el trabajo en “contextos protegidos” en los que los sentimientos no son “reales”. Esta estrategia facilita la exploración y la práctica de situaciones, reduce la ansiedad ante situaciones desagradables, facilita la toma de conciencia y comprensión de puntos de vista diferentes al propio.

**Las Dinámicas de Grupo** como herramientas en forma de técnicas grupales que permiten conocer las actitudes y sentimientos que presentan los componentes de un grupo ante la presentación de un problema o actividad al que deben dar solución, afianzando las relaciones internas y aumentando la cohesión del mismo.

## *EVALUACIÓN*

La evaluación es un proceso inseparable del proceso de enseñanza-aprendizaje. Debe estar integrada dentro de ese proceso ya que proporciona información relevante respecto al grado de consecución de los objetivos por nuestro alumnado y la adecuación e idoneidad de la propuesta de trabajo por nuestra parte.

Parece que los instrumentos más adecuados para la evaluación serían:

- Observación directa y sistemática.
- Escalas de observación.
- Registros anecdóticos.
- Diario de clase.

## REGISTRO DE SESIONES

FECHA	BLOQUE DE CONTENIDOS	ACTIVIDAD	OBSERVACIONES

## HOJA DE SESIONES

CENTRO:	CURSO:	FECHA:
BLOQUE DE CONTENIDO:		
NOMBRE ACTIVIDAD:		
OBJETIVO DE LA SESION:		
DESARROLLO DE LA SESION:		
OBSERVACIONES:		

## *Evalúo mi trabajo*

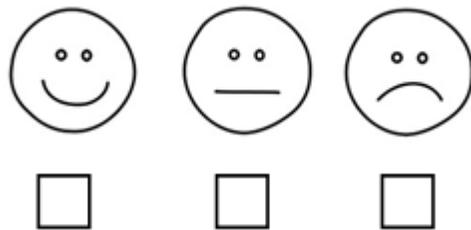


*Nombre:*.....

*Hoy he aprendido:*

.....  
.....  
.....  
.....

*Me lo he pasado:*



Nombre:.....

Qué he aprendido en las sesiones de educación emocional:

De las cosas que he aprendido, qué he puesto en práctica:

Qué es lo que más me cuesta o no he sido capaz de poner en práctica:

Mi compromiso durante este curso es:

## LAS VALORACIONES OBTENIDAS NOS DAN LA SIGUIENTE INFORMACIÓN:

### MOTIVO DE LA DEMANDA

- \* DEBIDO A UN ALUMNO CONCRETO: **60%**
- \* CLIMA DE AULA NO ADECUADO: **30%**
- \* INTERÉS POR TRABAJAR LA E.E.: **10%**

### VALORACIÓN

- \* VALORACIÓN GLOBAL DE LOS RESULTADOS TRAS LA PUESTA EN MARCHA DEL PROGRAMA DE E.E.:

- \* MUY BUENA : **71,8%**
- \* BUENA: **25%**
- \* NO SABE/NO CONTESTA: **3,2%**

### FRECUENCIA EN LA QUE SE LLEVA A CABO

- \* SEMANAL: **12,5%**
- \* QUINCENAL: **87,5%**

### MEJORAS OBSERVADAS

- \* EN RELACIÓN AL GRUPO: **46,66%**
- \* ALUMNO EN CONCRETO: **33,33%**
- \* RELACIÓN TUTOR / ALUMNOS: **20%**

### CAMBIOS EN EL AULA

- \* MEJORA CLIMA AULA: **35,71%**
- \* HORARIO: **21,42%**
- \* ORGANIZATIVOS Y METODOLOGICOS: **28,56%**

MEJORA DEL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO

MEJORA DE LA  
AUTOESTIMA

MEJORA LA  
COMUNICACIÓN

AUMENTO DE LA  
TOLERANCIA

**PROGRAMA DE  
EDUCACIÓN EMOCIONAL**

DISMINUCIÓN DE  
CONFLICTOS

MEJORA LA  
CONDUCTA SOCIAL

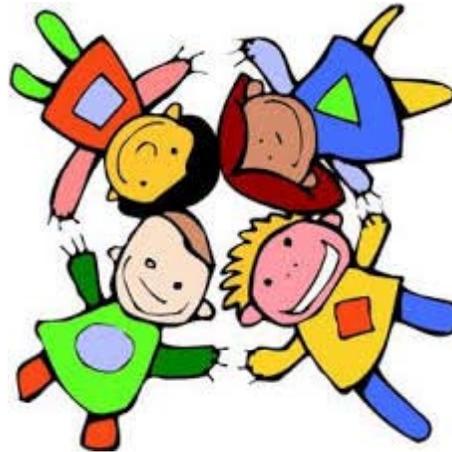
DISMINUCIÓN DE  
ANSIEDAD

PREVENIR  
CONFLICTOS

APRENDEN A  
TOMAR DECISIONES

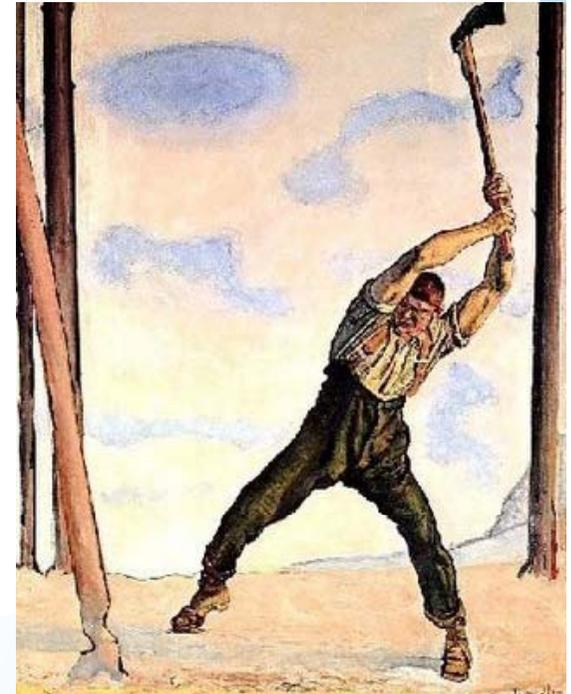
SOLUCIONAR  
CONFLICTOS

MÁS FELICES



*“Había un leñador que se agotaba cada día malgastando su tiempo y sus energías cortando madera con un hacha desafilada, porque no tenía tiempo, según él, para detenerse a afilar la hoja”*

(Anthony de Mello, 1998)



# BIBLIOGRAFÍA

- \* Punsent. E, Bisquerra. R, Mora. F, García Navarro. E, López Cassá.E, Pérez González. J, Lautieri. L, Nambiar. M, Aguilera. P, Segovía. N, Planells.O. (2012). **¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia.** Cuadernos Faros.
- \* Vallés Arándiga. A: **Siendo inteligentes con las emociones/2**, (1999), Promolibro.
- \* **Dinámicas y actividades para sentir y pensar.** (2003). Sm primaria.
- \* Caruana Vañó. A, Amat Fernández. A, Sanchis Pérez. B, Trenchs Asunción. C, Martín Santos. J, Peñataro Pérez. K, Algarra Delicado. L, Máñez. M, Barba Cantero. M, Amat Galiano. M, Caballero Doñate. M, Tercero Giménez. M, Albaladejo Blázquez. N, Segura García. N, Bellod Santos. N, Díaz Barbero. O, Cuenca Navarro. P: **Cultivando emociones.** (2011) GENERATITAT VALENCIANA.
- \* Asociación Española Contra el Cáncer. **LAS EMOCIONES, comprenderlas para vivir mejor.** Ministerio de sanidad y política social.
- \* Segura Morales. M: **Ser persona y relacionarse.**
- \* Planeta Visual: **Actividades para el desarrollo de habilidades básicas.**

**«EDUCAR ES SER UN ARTESANO DE LA  
PERSONALIDAD, UN POETA DE LA INTELIGENCIA  
Y UN SEMBRADOR DE IDEAS»**

AUGUSTO CURY

[mariado311@gmail.com](mailto:mariado311@gmail.com)