

“El Rostro de las Emociones”

El Rostro de las Emociones es un Proyecto de Educación Emocional llevado a cabo a lo largo de los cursos académicos 2011-2013 en primer ciclo de Educación Primaria, en el Colegio Público Contraparada, a través de talleres, tales como “Taller de lienzos”, “Modelando emociones”, “El Teatro”, “Nos relajamos, nos conocemos”. En el aula se trabaja por grupos, donde el aprendizaje cooperativo y el apoyo entre compañeros es fundamental para las relaciones interpersonales. También existen espacios y tiempos para la discusión y puesta en común de pequeños conflictos que debemos solucionar de forma cooperativa sin la opción inmediata del castigo como solución a un comportamiento negativo. El diálogo es fundamental en un aula que tiene tan presente cómo nos sentimos y cómo actuamos.

Nos hemos centrado en tres aspectos fundamentales en este proyecto:

- Focalizar la atención de los alumnos/as.
- Solución de conflictos de forma cooperativa
- Gestión de las emociones ¿Cómo gestionas la rabia? ¿Cómo gestionas la tristeza? ¿Cómo gestionas el miedo?...

A lo largo de estos dos cursos hemos observado como las carencias en las habilidades emocionales afectan a los estudiantes dentro y fuera del contexto escolar. Existen cuatro áreas fundamentales en las que una falta de inteligencia emocional provoca o facilita la aparición de problemas de conducta entre los estudiantes:

- Inteligencia emocional y las relaciones interpersonales (Sociograma)
- Inteligencia emocional y bienestar psicológico
- Inteligencia emocional y rendimiento académico
- Inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas

Después de dos cursos académicos podemos afirmar los beneficios tan positivos alcanzados en un aula con grandes problemas de conducta y rechazo social de algunos alumnos por su comportamiento disruptivo.

Daniel Goleman sostiene que hace falta “escolarizar las emociones”.

La escuela es uno de los medios más importantes a través del cual el niño aprende y se ve influenciado. Por tanto, en la escuela se debe plantear enseñar a los alumnos a ser emocionalmente más inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo, o al menos, que disminuyan sus efectos negativos.

Responsable del Proyecto: M^a del Mar López Gómez, CEIP Contraparada
Tutora de 2^o de Educación Primaria.