

EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL CENTRO ESCOLAR

La educación necesita tanto de formación técnica, científica y profesional como de sueños y utopía.

Paulo Freire

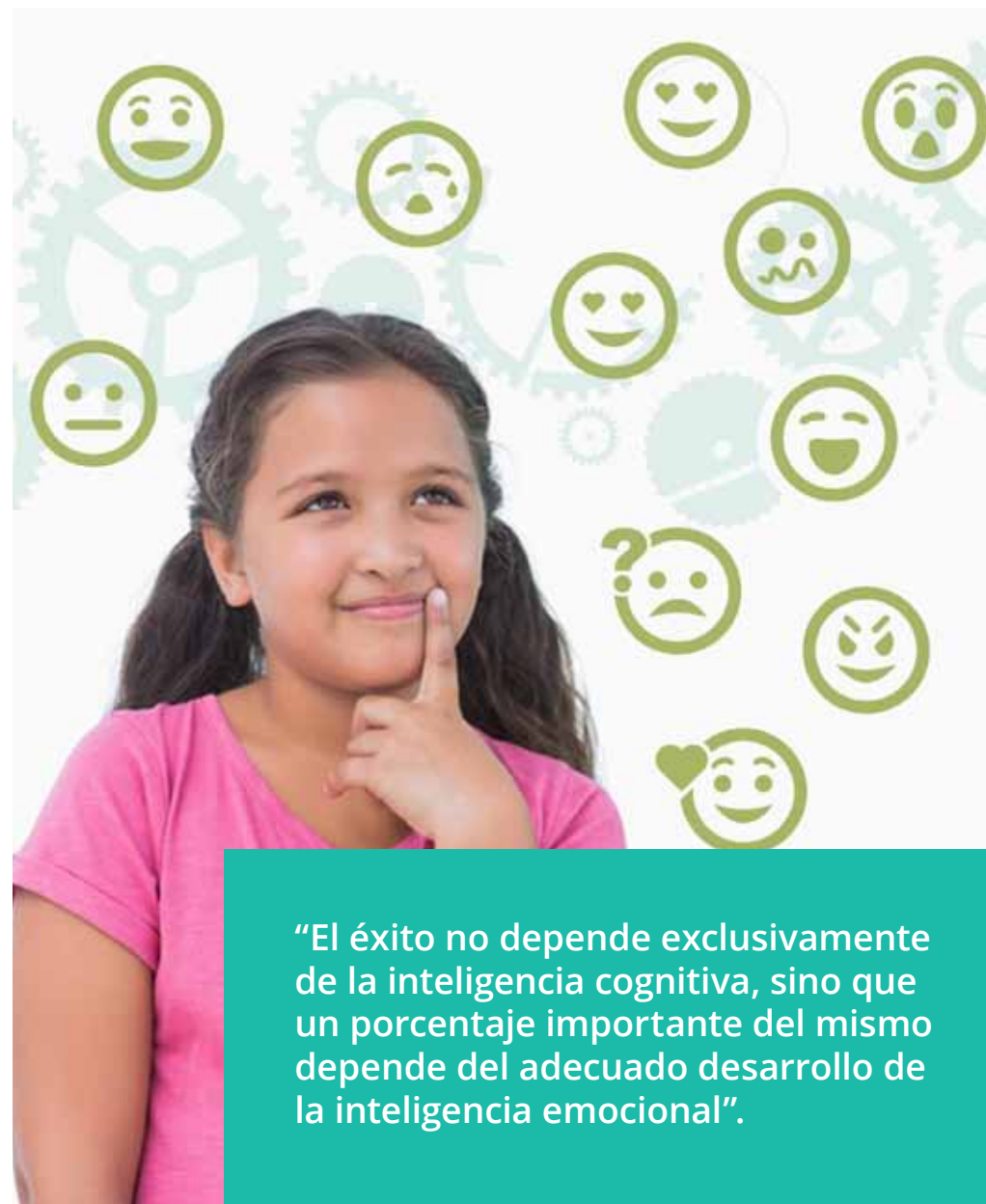


Educación emocional en la escuela

El mundo de las emociones y de los sentimientos forma parte de las personas, y constituye junto con el desarrollo cognitivo los dos elementos fundamentales en la formación integral de la persona. Sin embargo la escuela durante muchos años se ha venido ocupando más del desarrollo de la inteligencia cognitiva del alumnado, dejando a veces al margen la perspectiva emocional y el mundo de los sentimientos.

Para tener éxito en la sociedad en la que vivimos ya no es suficiente estar en posesión de títulos académicos y tener un coeficiente intelectual elevado, para poder triunfar en la vida profesional y en la vida personal son necesarias además otro tipo de habilidades y competencias. Este otro conjunto de habilidades son las que están integradas en el concepto de competencias e inteligencia emocional.

Se hace evidente la necesidad de trabajar el correcto desarrollo de la inteligencia emocional en el aula desde las primeras etapas, para, junto con la inteligencia cognitiva, formar personas que sepan y puedan enfrentarse a la vida adulta con las mejores armas que les permitan el mayor de los éxitos.



“El éxito no depende exclusivamente de la inteligencia cognitiva, sino que un porcentaje importante del mismo depende del adecuado desarrollo de la inteligencia emocional”.

Inteligencia emocional

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL hace referencia a capacidad de reconocer nuestros sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones en nosotros mismos y en nuestras relaciones, lo cual FACILITA UNA CONVIVENCIA POSITIVA para todos y todas.

Actualmente, diversos estudios científicos han demostrado que las personas, que tienen mejores relaciones sociales, que mejor realizan su trabajo y que en general tienen mejor calidad de vida, no son las que obtuvieron mejores notas académicas sino aquellas que han desarrollado en mayor medida este tipo de habilidades.

HABILIDADES INTEGRADAS EN EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

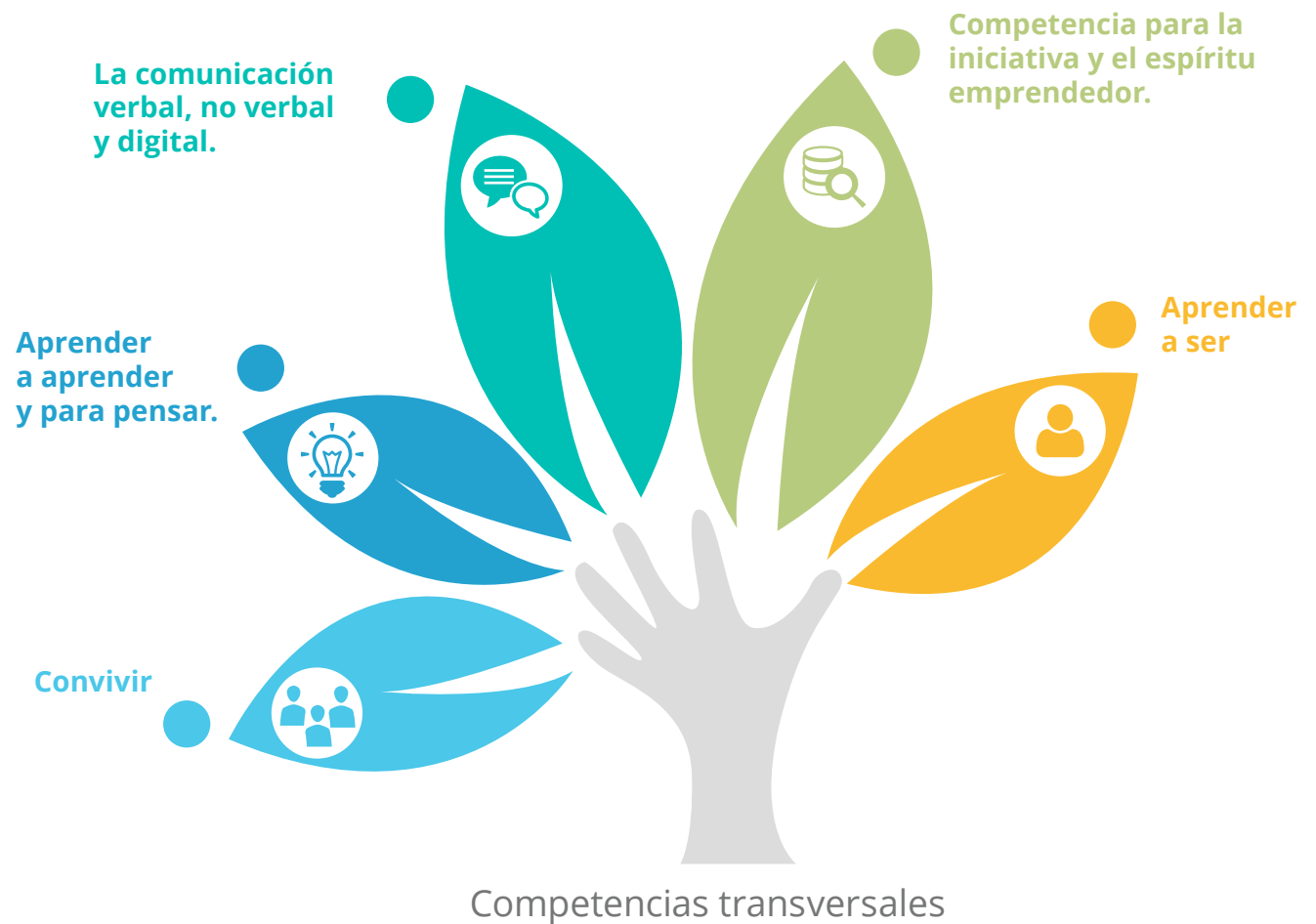


Integrar la educación emocional en el aula

Es importante reenfocar los aprendizajes fundamentales, en base a la adquisición de las competencias básicas.

Este planteamiento parte del Marco del modelo educativo pedagógico de HEZIBERRI, modelo basado en competencias para que nuestros alumnos y alumnas estén bien preparados y preparadas para vivir desde el entorno particular hasta el universal. En concreto, se asienta en competencias transversales y específicas.

Realizando educación emocional en el aula se pueden desarrollar las siguientes competencias transversales:



Pequeños gestos, grandes logros

Incorporando algunas nuevas rutinas en el aula podemos integrar la educación emocional, reforzando así la adquisición de competencias transversales.



Comienza o termina el día removiendo sus emociones



INTERÉSATE POR LO QUE LE OCURRE AL ALUMNADO

Se pueden dedicar 15 minutos al día para hacer un pequeño sondeo entre el alumnado interesándonos por cómo se encuentran, Si todo está bien... El alumnado interiorizará este hábito y desarrollará la capacidad de expresar sus emociones e interesarse por los demás.



CREA CONCIENCIA EMOCIONAL

Ayuda al alumnado diciendo palabras que definan las emociones que expresen. La conciencia emocional nos ayuda a desvelar lo que necesitamos y queremos o no queremos y es importante para la búsqueda de objetivos.



ENSEÑA ESCUCHAR

El alumnado debe saber guardar silencio mientras los demás hablan, pero no sólo eso, debe ser una escucha activa, frente a frente y terminando las frases con un "¿has entendido?", "¿estás de acuerdo con lo que he dicho?".



Empatiza y presta atención emocional en todo momento



La comunicación es clave para generar un adecuado clima de confianza, si profesorado se muestra empático con el alumnado, este se sentirá más motivado y tendrá comportamientos menos desafiantes, comportamientos adecuados que no son consecuencias de castigos si no que de un entendimiento de las normas y de las consecuencias que supone para el resto que estas no se cumplan. Ejemplo: si el alumnado entiende que no se puede correr en los pasillos porque podemos provocar un accidente y que por ello hay una consecuencia o castigo, respetará más la norma que si solo se indica que si corre habrá un castigo.



Si recordamos que el alumnado pasa muchas horas en el centro y asumimos que en algún momento le cueste mantener su atención, podremos hacer frente a esta situación con un talante mucho empático. Es importante preguntar al alumnado durante la clase cómo se siente, apoyarlo en todo momento, y no juzgarlo por lo que sienten. Esta situación les llevará a expresar sus emociones con naturalidad. Si el alumnado expresa sentimientos de angustia, ansiedad, miedo... transmítele seguridad, apoyo y flexibilidad. Para ello utiliza un lenguaje positivo que le pueda ayudar sentirse bien.



Enseña a entender posibles puntos de vista y resolver conflictos

Es importante aprovechar los conflictos que se pueden generar para explicarles que estos forman parte de la vida cotidiana. No son ni buenos ni malos, son algo natural y común en las relaciones sociales y a veces son simplemente fruto de puntos de vista diferentes. Es necesario que adquieran y tengan habilidades para solucionarlos y que aunque el profesorado cambie de un curso para otro exista una concordancia dentro del centro escolar.



*El conflicto forma parte de nuestra vida diaria, debido a que **somos personas con diferentes maneras de pensar y actuar.***



Introduce la mirada apreciativa y fomenta en cada momento su autoestima

Recuerda trabajar la vinculación con todo el alumnado, es decir, reconocer a cada alumno y alumna, poderles mirar desde una mirada apreciativa, poder ver que tienen un pequeño potencial, ver que las conductas disfuncionales tienen un sentido...

Cada niño y niña tiene un talento. Algunos destacan en pintura, otros en matemáticas y algunos en literatura. ¿Qué hacer en ese caso? Potenciar dentro de lo que sea posible al niño o niña en esa rama en la que destaca.



Diferentes estudios demuestran que dependiendo del lado del cerebro que sea más predominante las capacidades de la persona son diferentes. En el caso de lado izquierdo predominante encontramos personas más racionales, analíticas, ordenadas y detallistas. Por el contrario si el lado derecho del cerebro es el predominante son personas más intuitivas, creativas, soñadoras y empáticas. Mediante diferentes actividades ambos lados se pueden y deben reforzar encontrando así un equilibrio, pero de esta manera es más fácil entender porque el alumnado tiene diferentes motivaciones.



Transmite con emoción

Nada que no pase por la emoción nos sirve en nuestro aprendizaje. Hay que abrir al alumnado la puerta de la curiosidad. Hay que empezar la clase despertándolos. Deben mirarte con los ojos muy abiertos, se trata de que digan: “¡Ohhh!”... Enseñar significa emocionar, evocar su atención desde dentro, y es posible instrumentar cómo empezar una clase: hay que ser provocador, hay que inyectar curiosidad en relación con la edad, la hora del día, el estado del organismo.

*Enseñar significa **emocionar***



Recursos para el profesorado



www.consorciointeligenciaemocional.org

Comunidad abierta de innovación en cooperación para contribuir al bienestar y transformación social mediante el desarrollo de personas, equipos, organizaciones y entornos emocionalmente inteligentes.



www.ararteko.net

Nuestros derechos. Materiales educativos en euskera basados en la convención de derechos en euskera.



www.irale.hezkuntza.net/web/guest/emozioak

Diccionario en euskera de las emociones.



www.mintzaira.wordpress.com

El blog contiene un cuaderno para trabajar las emociones.



www.loreka.com

JOLASBIT. Aplicación para utilizar las nuevas tecnologías como recurso educativo en educación infantil (0-6 años), tanto en centros educativos como en familia. Dispone de puzzles, juegos con formas y siluetas, partes del cuerpo, estaciones del año, sonidos para trabajar las emociones.



www.fotogramas.es

Contiene la recomendación de 10 películas para trabajar las emociones.

Enlace: <http://www.fotogramas.es/peliculas-para-ninos-cine-infantil/10-peliculas-para-desarrollar-la-inteligencia-emocional-de-tus-hijos>



www.amagalma.eus

Espacio virtual intercultural para compartir recursos, experiencias y la labor de entidades públicas y privadas de muy diversa índole que trabajamos a favor de la interculturalidad.



TXORIERRI ETORBIDEA

Dirección: Txorierri Etorbidea 9, bajo
48160 - Derio (Bizkaia)

Tlfno: 94 454 03 50

Fax: 94 454 27 38

Email: ekt@txorierri.eu

Más información:

www.e-txorierri.com