MEMORIA FINAL

DEL GRUPO DE TRABAJO

**DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA**

ANA MARÍA ARJONA MARTÍN

CEIP MIGUEL DE CERVANTES

MARBELLA

CURSO 2016/2017

1. **TAREAS REALIZADAS, MATERIALES ELABORADOS Y SU APLICACIÓN EN EL AULA**

Teniendo en cuenta que los objetivos que nos habíamos propuesto con respecto al trabajo de las emociones se estructuraban en cuatro bloques: Percepción Emocional, Facilitación Emocional, Comprensión Emocional y Regulación Emocional; las actividades han sido estructuradas de dicha manera.

En las actas de las reuniones se han ido recogiendo todas de forma más detallada. De todas ellas, las que se han llevado a cabo en mi clase (4º de primaria) han sido las siguientes:

|  |
| --- |
| ***MIEDO*** |
| **Percepción Emocional** | **Facilitación Emocional** | **Comprensión Emocional** | **Regulación Emocional** |
| Se les presentó una imagen de un emoticono que representa el miedo. El alumnado lo observó y reflexionamos sobre él. | Se realizó un debate:- ¿Qué es el miedo?- ¿Qué sientes cuando tiene miedo? ¿Qué le pasa a tu cuerpo?- Emociones racionales e irracionales.- ¿Sabes algún ejemplo de miedo irracional? | Se disfrazaron en Halloween de personajes que den miedo irracionalmente. De esta forma tratamos los miedos irracionales y los recursos para superarlos. | Se inventaron unos cuentos miedosos en el que el personaje supere un miedo con diferentes estrategias y recursos. |

|  |
| --- |
| ***ALEGRÍA*** |
| **Percepción Emocional** | **Facilitación Emocional** | **Comprensión Emocional** | **Regulación Emocional** |
| Se les pidió fotografías de ellos mismos en situaciones felices. Los observamos y reflexionamos sobre ellos. | Se realizó un debate:- ¿Qué es la alegría?- ¿Qué sientes cuando tiene alegre? ¿Qué le pasa a tu cuerpo?- ¿Sabes alguna situación que te produzca alegría? | Tren de masaje y las cosquillas. | Hicimos un recetario de la felicidad para no olvidar qué podemos hacer para aprovechar al máximo la felicidad. |

|  |
| --- |
| ***TRISTEZA*** |
| **Percepción Emocional** | **Facilitación Emocional** | **Comprensión Emocional** | **Regulación Emocional** |
| Realizamos el visionado de la película “In Side”, fijándonos en el personaje de la tristeza. | Se realizó un debate:- ¿Qué es la tristeza?- ¿Qué sientes cuando tiene triste? ¿Qué le pasa a tu cuerpo?- ¿Sabes alguna situación que te produzca tristeza? | Expresión corporal de la tristeza. | Cartel con dos partes “Hola tristeza” y “Adiós tristeza”; para que el alumnado tenga estrategias para sentir la tristeza como forma de ayuda y para deshacerse de ella en el momento adecuado. |

|  |
| --- |
| ***AMOR*** |
| **Percepción Emocional** | **Facilitación Emocional** | **Comprensión Emocional** | **Regulación Emocional** |
| Realizamos un cariñograma con un alta participación activa del alumnado del aula específica. | Se realizó un debate:- ¿Qué es el amor?- ¿Qué sientes cuando estás enamorado? ¿Qué le pasa a tu cuerpo?- ¿Sabes alguna situación que te produzca amor? | Actividad en la que tenían que dar tres besos, tres abrazos y decir tres te quieros a diferentes niños de la clase. | Decálogo sobre el amor; de esta manera analizamos distintas estrategias para expresar el amor. |

|  |
| --- |
| ***ENFADO*** |
| **Percepción Emocional** | **Facilitación Emocional** | **Comprensión Emocional** | **Regulación Emocional** |
| Leímos un cuento sobre el enfado y lo analizamos en gran grupo. | Se realizó un debate:- ¿Qué es el enfado?- ¿Qué sientes cuando estás enfadado? ¿Qué le pasa a tu cuerpo?- ¿Sabes alguna situación que te produzca enfado? | Aprovechamos enfados que se producen diariamente en la convivencia en el centro para analizarlos y tomar conciencia de ellos. | Pusimos en marcha dos estrategias:* Tiempo fuera positivo: Consiste en dar al alumnado la posibilidad de tomarse un tiempo para calmarse y reflexionar.
* Pauta de autocontrol.
 |

Por último también teníamos prevista una serie de actividades con la sorpresa, pero debido al retraso en todas las demás y al poco tiempo que nos queda para terminar el curso, se me ha hecho imposible realizarlas. Aun así no descarto hacerlas, aunque ya sea fuera de plazo.

1. **COMENTARIO DE LOS RESULTADOS OBJETIDOS**

La participación por parte del alumnado ha sido muy activa. Se emocionaban cada vez que hacíamos un taller y todos querían participar. No ha habido ningún alumno que no haya querido hacerlo, a pesar de que siempre les decía que si alguno no se sentía cómodo de hacer una actividad, podía no hacerla.

Tanto el alumnado como sus familias han destacado en numerosas ocasiones lo positivo que le está resultado el tratar el tema de las emociones. Recalcan que, hasta ahora, ningún maestro/a les había dado importancia y que se estaban dando cuenta de lo importante que es tenerlas en cuenta y saber regularlas para la salud emocional y el bienestar personal de sus hijos y de ellos/as mismos.

Al haberse realizado actividades de todo tipo (aunque sobre todo de gran y pequeño grupo) el alumnado siente que ahora están más unidos que nunca, saben detectar las emociones en sus compañeros y han adquirido los recursos para ayudar a los demás y a sí mismos. Comentan que son un “Equipo”. Esto ha ayudado a que haya menos conflictos entre ellos y la convivencia sea más pacífica.

De forma resumida y más estructurada podría decir que se han producido los siguientes efectos, que son prácticamente los que nos marcábamos en un principio:

* Mejora de la convivencia en el aula.
* Resolución de conflictos mediante estrategias emocionales.
* Desarrollo de la empatía y la asertividad.
* Regulación sus emociones para conseguir metas.
* Ayuda para conocerse a sí mismo y mejora del autoestima.
* Mejora de las relaciones sociales.
* Incremento de su bienestar.
* Mejora del rendimiento escolar.
* Aumento de la motivación hacia el aprendizaje.
1. **DIFICULTADES SURGIDAS Y CÓMO SE HAN SOLVENTADO**

Como ya he comentado en el primer apartado la dificultad más notable con la que nos hemos encontrado ha sido el tiempo. Son muchas las actividades, salidas, imprevistos,… que van surgiendo a lo largo del curso que hace que este trabajo se haya ido retrasando. Algunas se han podido aprovechar pero otras no. Por lo tanto, y en mi caso, con mi tutoría, no ha sido posible tener a tiempo el trabajo sobre la sorpresa. Aunque como ya he escrito, no descarto hacerlo en lo que nos queda de curso

1. **CONCLUSIONES**

Pienso que el trabajo de las emociones llevado a cabo en mi aula ha tenido muchos efectos positivos. De forma resumida y más estructurada podría decir los siguientes, que son prácticamente los que nos marcábamos en un principio:

* Mejora de la convivencia en el aula.
* Resolución de conflictos mediante estrategias emocionales.
* Desarrollo de la empatía y la asertividad.
* Regulación sus emociones para conseguir metas.
* Ayuda para conocerse a sí mismo y mejora del autoestima.
* Mejora de las relaciones sociales.
* Incremento de su bienestar.
* Mejora del rendimiento escolar.
* Aumento de la motivación hacia el aprendizaje.
1. **PERSPECTIVAS DE CONTINUIDAD PARA EL PRÓXIMO CURSO**

Mi continuidad en el centro para el año que viene no está asegurada, ya que soy provisional. Lo mismo le ocurre a la mayoría de los componentes del grupo. Aun así, si el próximo curso estuviera en el centro seguiría trabajando y profundizando en las emociones. Esta vez con un mayor apoyo y asesoramiento del CEP.

Por otro lado, si estuviera en otro centro diferente volveré a proponer un grupo de trabajo centrado en las emociones, aunque más relacionadas con el aprendizaje como la curiosidad y el entusiasmo.