**SALVADOR CANTOS LEIVA.**

***MEMORIA FINAL. FORMACIÓN EN CENTROS: GESTIÓN EMOCIONAL EN EL AULA****.*

1. ***Grado de cumplimiento de los compromisos individuales: tareas realizadas, materiales elaborados y aplicación en el aula.***

Son muchas las actividades que he diseñado, desarrollado y puesto en práctica a lo largo de estos meses de formación. Además, he asistido a todas las sesiones formativas llevadas a cabo por los diferentes ponentes, a través de los cuáles, he aprendido mucho y han sabido transmitir y proporcionar una gran cantidad de actividades y recursos para los alumnos/as, y personalmente, han configurado en mí una forma nueva de entender la gestión emocional en el aula. Por otro lado, he complementado mi formación en gestión emocional a través de la asistencia a diferentes cursos de formación (yoga para educar y disciplina positiva). Asimismo, la lectura de diferentes referencias bibliográficas me ha ayudado a enriquecer mucho más todo lo vivido y experimentado en los diferentes cursos de formación. En el aula, como he comentado anteriormente, he desarrollado una gran cantidad de actividades y he creado diversidad de materiales, entre los que destaco:

* Yoga/mindfulnes después del patio y antes de irnos a casa. Para estas sesiones, ambos compañeros de nivel, hemos diseñado una programación semanal donde trabajamos diferentes aspectos de las emociones y del mindfulnes: trabajo de cuentos o historias de valores (el monstro de colores, la rabieta de Julieta, el miedo es blandito y suave,..), el diccionario emocional para ampliar el vocabulario sobre este tema, asanas (posturas de yoga), aprendizaje de danzas y canciones, juegos cooperativos, expresión de emociones a través de diferentes materiales plásticos,…
* Meditación diaria de 5 minutos al finalizar nuestras sesiones de yoga.
* Creación de un panel de las emociones para que cada día los niños/as identifiquen y verbalicen sus emociones
* El delegado y delegada de la convivencia que me ayudan a tratar los problemas que ocurren en el día a día por la conductas no resueltas adecuadamente (¡Tenemos un protocolo para resolver los conflictos!). Los delegados/as de convivencia ayudan a vigilar el patio y resuelven los problemas que puedan surgir (actúan como mediadores).
* El delegado/a del silencio dentro de cada grupo de trabajo que tiene que ser el responsable que su grupo trabaje con un tono de voz adecuado.
* Creación de frases positivas a la entrada de la clase para que empiecen con alegría el día del colegio.
* Espacio de la calma para que se puedan ir cuando no saben gestionar un problema y necesitan relajarse (tiempo fuera positivo). Tienen un reloj de arena para regular el tiempo.
* Documentación a través de imágenes de las experiencias vividas que han formado parte de nuestra decoración de aula.
1. ***Logros y dificultades en el proceso.***

Dada todas las actividades y recursos diseñados a lo largo de este curso, parece que los alumnos/as van gestionando mejor sus emociones, van siendo más autónomos, controlan más rápidamente sus impulsos y van apareciendo relaciones y momentos de ayuda hacia los demás cuando lo necesitan. Además, va observándose como el grupo está más cohesionado y han aparecido nuevas relaciones entre los niños/as que hasta ese momento no había existido. Por otro lado, las sesiones entre ambas clases, ha ayudado a iniciarse nuevas relaciones entre ambos grupos, y nos ha permitido trabajar entre ambos docentes, estrechando mucho más nuestra relación, compartiendo experiencias, logros y dificultades.

En algunos momentos, me sentido un apoco perdido porque he querido estar en todos los momentos y problemas que han surgido en la convivencia, llegando a casa sin energía y sin fuerzas para hacer nada más. La meditación, la reflexión personal sobre mis actuaciones y mi diario personal (donde he ido anotando los problemas más destacados que han ido surgiendo) me ha ayudado a valorar todos estos momentos, sabiendo ponerme en un segundo lugar cuando he considerado oportuno, he aprendido a dar tiempo a los alumnos/as para solucionar sus problemas, y ofrecerles mi ayuda solo en los momentos en los que ellos/as lo necesitaran. Las sesiones de ciclo y de nivel me ha servido para poner en común los problemas del día a día, y entre todos/as nos hemos enriquecido de nuestras aportaciones y de las estrategias que cada uno de los miembros del ciclo han desarrollado para solucionar problemas comunes a los míos.

1. ***Conclusiones.***

Esta formación me ha ayudado a corroborar la importancia y necesidad de una formación en gestión de las emociones de nuestros alumnos/as. Educar la inteligencia emocional de los estudiantes se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo y la mayoría de los docentes debemos considerar primordial el dominio de estas habilidades para el desarrollo evolutivo y socio-emocional de sus *niños/as*. El docente, lo quiera o no, es un agente activo de desarrollo afectivo y debería hacer un uso consciente de estas habilidades en su trabajo. Constituyen un modelo a seguir por sus alumnos en tanto son la figura que posee el conocimiento, pero también la forma ideal de ver, razonar y reaccionar ante la vida*.* El conocimiento emocional del docente es un aspecto fundamental para el aprendizaje y el desarrollo de estas competencias en los alumnos/as porque el docente se convierte en un modelo de aprendizaje vicario a través del cual el alumno/a aprende a razonar, expresar, y regular todas esas pequeñas incidencias y frustraciones que transcurren durante el largo proceso de aprendizaje en el aula. El desarrollo de las habilidades de inteligencia emocional en el profesorado no sólo servirá para conseguir alumnos/as emocionalmente más preparados, sino que además ayudará al propio profesor a adquirir habilidades de afrontamiento. De este modo, los docentes emocionalmente más inteligentes, es decir, aquellos con una mayor capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y la de los demás, tendrán los recursos necesarios para afrontar mejor los eventos estresantes de tipo laboral y manejar más adecuadamente las respuestas emocionales negativas que frecuentemente surgen en las interacciones que mantienen con los compañeros de trabajo, los padres y los propios alumnos/as.

1. ***Perspectivas de continuidad para el próximo curso.***

Este curso ha sido un punto de partida para mí y una nueva forma de entender el proceso socio-emocional de los niños/as. Espero que esta formación pueda mejorarse y enriquecerse el próximo curso. Apuesto por un currículo donde la gestión emocional constituya una parte importante de nuestro día adía. Expreso la necesidad de un trabajo diario, colaborativo entre todos los maestros/as, donde se trabaje para que todos/as desarrollen una misma línea de trabajo dentro del centro. Todos/as deberíamos ser conscientes de ello, y de nuestro papel esencial para desarrollar en nuestros alumnos/as habilidades, actitudes y estrategias que le ayuden a ser inteligentes emocionalmente, ya que, serán aprendizajes fundamentales para su vida diaria.