

## 1. Repaso de contenidos del curso de formación Inteligencia emocional desarrollado durante el curso 2017-18.

Lluvia de ideas:

- ¿Qué sabemos hasta ahora? Reflexionamos entre todos/as lo aprendido durante el curso de inteligencia emocional I desarrollado el curso anterior haciendo una especie de mapa conceptual en la pizarra.

Concluimos con la siguiente reflexión: durante el curso anterior aprendimos a diferenciar tres ámbitos emocionales: la identificación, la detección y la gestión de las emociones, principalmente las básicas, con el fin de conseguir clases emocionalmente inteligente, es decir, que tuviesen:

- Maestros/as con empatía capaces de interpretar las emociones del alumnado para poder reconducirlas.
- Alumnado capaz de expresar sus emociones y tener empatía.
- Tener un ambiente de aula afectivo.
- Enseñar al alumnado en qué momento deben mostrar sus emociones, es decir, trabajar la gestión de emociones.
- Desarrollar en los maestros/as la capacidad de escuchar al alumnado y saber priorizar, el trabajo de sus emociones, antes que el de los contenidos.

Estuvimos exponiendo una serie de juegos/actividades para poder trabajar estos tres ámbitos, por ejemplo;

- Para identificar; cariñogramas, musicoterapia, globoflexia, expresión corporal (juegos de esculturas a través del cuerpo), dibujos, buzón de las emociones, películas como "Del revés"...
- Para interpretar: trabajar libros como; "El monstruo de colores", "Emocionario", "El arte de emocionarte"... a través de la música relacionar distintas obras musicales (tristes, alegres, rápidas, lentas..) con un dibujo, según el sentimiento o emoción que nos provoque a cada uno/a dichas obras, mantener una continua relación con la familia de nuestro alumnado para tener en cuenta los problemas familiares que les rodean y afectan, para así poderles comprender mejor, interpretar las emociones que se manifiestan a nuestro alrededor; tanto en el alumnado como en nuestro compañeros a través de la observación y nuestra intuición.
- Para gestionar: marcar rutinas, dando lugar a momentos de expresión de nuestras emociones, un momento ideal para ello es la tutoría, en la cual podemos solucionar problemas de manera grupal utilizando el diálogo, crear las figuras de mediadores que ya tenemos en el centro; tanto en el patio como en el aula...

Alba, la ponente, nos explicó que una clase emocionalmente inteligente tiene cinco competencias:

- Autoconciencia.
- Autorregulación.
- Comunicación.
- Empatía
- Motivación.

Durante el curso desarrollamos muchas dinámicas que posteriormente se podían trasladar a las aulas con nuestros alumnos/as, como por ejemplo;

- El tesoro humana; en la primera sesión tuvimos que buscar a compañeros/as del grupo con el mismo número de pie, que tocase algún instrumento, que practicase algún deporte habitualmente, que hubiese viajado fuera de España en los dos últimos años, que hubiera estudiado en la misma universidad que tú... y posteriormente hicimos una puesta en común.
- Juego de salto colocando lo pos-it hasta donde pensásemos que íbamos a llegar, a ver qué expectativas teníamos sobre nosotros mismos. Una vez que saltásemos Alba ponía otro pos-it donde habíamos llegado y por último cada uno/a hicimos una reflexión sobre qué habíamos sentido al superar o no nuestras expectativas.
- Emocionómetro; cada uno tuvimos que poner dónde nos encontrábamos emocionalmente dentro del mismo.
- Juego de las etiquetas en la frente, aleatoriamente cada uno tenía una; líder, inquieto, sabelotodo, tímida, el matón...y según lo que nos dijeran los demás compañeros/as debíamos acertar qué etiqueta teníamos asignada.
- Escribimos una carta emocional a nuestro yo del pasado y leímos algunas de ellas.

En una de las sesiones Alba nos mandó a investigar y buscar actividades para trabajar los tres ámbitos e hicimos en la siguiente sesión una puesta en común, teniendo un banco de recursos interesantes para el centro.

Por último, quedó pendiente diseñar un buen programa de educación emocional para el centro, nombró a Laura para coordinarlo, pero como estábamos casi a final de curso no dio tiempo a más...y por eso surgió la necesidad de continuar esta formación... y a partir de aquí empezamos a enlazar con la nueva formación en centro; la formación en centro; Inteligencia emocional II en el C.E.I.P. Aurora Moreno

## **2. Presentación de la plataforma Colabora 3.0 y presentación del proyecto de Formación en Inteligencia Emocional II:**

Enseñamos a los compañeros/as a entrar y decir que todos están dados de altas en la plataforma y deben hacerlo con su usuario y contraseña idea y los primero que hacemos es entrar en el proyecto para continuar explicando en qué consistirá esta formación, las fases que tiene son tres;

- Fase inicial; ha consistido en la elaboración de este proyecto y en su subida a la plataforma Colabora.

- Fase de desarrollo; tiene 6 actuaciones que iremos desarrollando a lo largo del curso.
- Fase final; consiste en dos actuaciones para evaluar la formación y subir los documentos realizados para llevarla a cabo; memoria final, conclusiones personales, repercusión en el centro...

Dentro de cada actuación hay una temporalización, hay unos responsables, una aplicación en el centro o aula, unos indicadores de trabajo colectivo y estrategias e instrumentos de evaluación. La coordinadora insisten en que el trabajo que se nos pide debemos cumplirlo para certificar las 40 horas que se determinan en este proyecto para cada participante y 50 para la coordinadora, evidentemente quien no cumpla con las tareas no certificará. Antes de apuntarnos no podemos conocer este proyecto y las tareas que tenemos porque hay que hacerlo después de solicitarlo, en el cep nos dijeron el jueves pasado, que quien una vez vista las tareas no quiera continuar con la formación puede retirarse.

Vemos el Proyecto en la Plataforma Colabora y lo leemos brevemente, ya que lo tienen en la Plataforma y lo podrán leer tranquilamente cuando quieran.

Repartimos un esquema sobre los diferentes apartados de Colabora, aportado por el CEP a la coordinadora en el curso de formación realizado, vamos entrando en cada uno de los apartados de la plataforma para ver ¿Qué encontramos y para qué sirve cada uno de ellos?

**También se aporta un tutorial digital que vemos en la pizarra digital para la utilización de colabora.**

**3. Actividad emocional:** Presentación de un amigo invisible emocional para llevar a cabo, se extenderá al claustro de profesores el día 10 de diciembre, además de a los participantes del curso, siempre con carácter voluntario.

- Amigo invisible emocional: una vez que se haga el sorteo del amigo invisible, cada maestro/a irá dejando detalles por el colegio durante la semana del 17 al 21 de diciembre a su amigo/a invisible.