

1º Sesión del curso Mejora de la Convivencia y Plan Lector (MECOYPLE).

Asistentes:

- Rosario Alonso Moriche.
- María Paz Bejarano Labrador.
- Violeta Cabana Pérez.
- Encarnación Cadenas Sánchez.
- José Manuel Cáceres Sánchez.
- Antonio David Gamero Delgado.
- Raúl Guisado Trigo
- María Estefanía Reyes Jaén.
- Carmen Florina Rotariu.
- María Victoria Ruiz López.
- Francisco Javier Tejado Pozo.
- José Antonio Gómez Torres.
- Ángel Romero Méndez
- Isabel Rico Guerrero.
- Rebeca Cela Espinel.
- María Dolores Alonso Moriche

Durante la tarde del miércoles 18 de Enero tuvo lugar la primera sesión presencial del curso. En ella se trataron los siguientes aspectos.

1- Presentación de los miembros del claustro y la ponente, María Domínguez.

2- Se comienza la exposición con los siguientes temas y dinámicas:

2.1 ¿Qué esperas de este curso?

2.2 Gestión de las emociones a través de fotografías.

2.3. El alfabeto emocional y la autorregulación.

3. Trabajamos sobre la idea: Un claustro unido para conseguir nuestros objetivos. Esto es, para la consecución de competencias lingüísticas y emocionales. Ambas van de la mano para que la labor docente tenga sentido.

4. La inteligencia emocional como medio para asimilar estrés, depresión,... y otros aspectos que nos influyen en el aprendizaje y la vida. Así la competencia lingüística será el vehículo para reflexionar sobre nuestras emociones.

5. Concepto resiliencia. Término físico relativo a la resistencia del material que se importa al terreno emocional. De tal forma que define una situación emocional en la que el individuo resiste sin romperse y/o es reforzado.

6. Tratamos las habilidades básicas para el desarrollo de la competencia emocional: escuchar, expresión oral, expresión escrita y lectura.

7. Designamos los 5 componentes de la inteligencia emocional:

7.1. Autoconocimiento.

7.2. Autorregulación.

7.3. Automotivación.

7.4. Empatía.

7.5. Habilidades socioemocionales.

8. Se finaliza la sesión y se establece la siguiente para el 15/02/2017.