



---

**Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

**TRABAJO FIN DE GRADO:**

**Intervención socioeducativa para la mejora de la  
competencia social en jóvenes en situación de  
rechazo y acoso**

Presentado por Erika de la Fuente Carral para optar al Grado de  
Educación Social por la Universidad de Valladolid

Tutelado por:

Luis Jorge Martín Antón

Curso académico 2017/2018

## **RESUMEN**

El presente Trabajo de Fin de Grado tiene como finalidad diseñar un modelo de intervención que mejore las situaciones de rechazo y acoso a través de la competencia social. El trabajo trata de dar respuesta a las causas por las que se producen estas situaciones de acoso y rechazo, a través de un programa de prevención, centrado en la educación emocional y más concretamente en las competencias emocionales que derivan de ésta.

Se llevará a cabo en el ámbito no formal y se desarrollará a través de 10 sesiones en las cuales se abordarán las habilidades intrapersonales, las habilidades interpersonales y las competencias sociales.

## **PALABRAS CLAVE**

Rechazo, acoso, educación emocional, inteligencia emocional, habilidades sociales, competencia emocional.

# **ABSTRACT**

The present End of Degree Essay has as main aim to design an intervention model that improves rejection and bullying situations through social competence. This essay attempts to satisfy those causes by which rejection and bullying situations are produced, setting in a prevention programme centered in emotional education; more specifically in the emotional competences derivated from it.

It will be carried out in a non-formal environment and developed in 10 different sessions, in which intra-personal and inter-personal abilities and social competences are to be dealt with.

# **KEY WORDS**

Rejection, bullying, emotional education, emotional intelligence, social abilities, emotional competences.

En la redacción del siguiente Trabajo de Fin de Grado se ha intentado utilizar lenguaje inclusivo, sin embargo, en algunas ocasiones no se ha empleado con el fin de facilitar su lectura. Por lo que cuando me refiera a educadores sociales, profesores, padres, etc. estaré haciendo referencia a los dos sexos indistintamente.

# ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	4
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	5
<b>3. JUSTIFICACIÓN</b> .....	5
<b>3.1. LA FIGURA DEL EDUCADOR SOCIAL EN LOS CENTROS EDUCATIVOS</b> .....	7
<b>3.2. RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL GRADO DE EDUCACIÓN SOCIAL</b> .....	9
<b>4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b> .....	10
<b>4.1. CONCEPTO DE EMOCIÓN</b> .....	11
<b>4.2. INTELIGENCIA EMOCIONAL</b> .....	13
<b>4.3. IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL</b> .....	16
<b>4.3.1 Educación emocional como método preventivo</b> .....	19
<b>4.5. ACOSO Y RECHAZO ENTRE IGUALES</b> .....	21
<b>4.6. TIPOS DE ACOSO</b> .....	23
<b>4.7. AGENTES IMPLICADOS</b> .....	24
<b>5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN</b> .....	26
<b>5.1. Justificación</b> .....	26
<b>5.2. Objetivos</b> .....	28
<b>5.3. Contexto</b> .....	29
<b>5.4. Destinatarios</b> .....	29
<b>5.5. Metodología</b> .....	30
<b>5.6. Contenidos</b> .....	30
<b>5.7. Estructura y temporalización</b> .....	31
<b>5.8. Actividades</b> .....	34
<b>5.9. Evaluación</b> .....	46
<b>6. CONCLUSIONES</b> .....	48
<b>7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	49
<b>8. ANEXOS</b> .....	52

# 1. INTRODUCCIÓN

El siguiente documento aborda una realidad que siempre ha estado presente en las aulas como es el acoso escolar, Dan Olweus, fue el que empezó a investigar sobre este fenómeno que hoy se conoce como *bullying*. En los últimos años está tomando más fuerza e interés debido a los datos alarmantes de casos de acoso escolar que están en aumento.

En los últimos años del siglo pasado han empezado a tomar fuerza las teorías relacionadas con la Inteligencia Emocional que ponían en evidencia los antiguos postulados que afirmaban que solo era posible una inteligencia académica para triunfar. Numerosos autores como Goleman (2006) defienden que la inteligencia emocional está relacionada con el éxito académico.

Por otro lado, se ha demostrado que el entrenamiento psicosocial de determinadas habilidades o competencias mejora y reduce las conductas violentas en el aula, así como mejora las relaciones interpersonales.

En primer lugar, se exponen los objetivos que se marcan para llevar a cabo este programa de competencia emocional en el contexto extraescolar, posteriormente se presenta la justificación, que se enmarca alrededor de los objetivos marcados.

Precediendo al proyecto se define la fundamentación teórica, que permitirá allanar el camino a la comprensión de los términos que se utilizan a lo largo del documento.

Por último, en la propuesta de intervención se refleja el contexto en el que se va a desarrollar, la metodología, los contenidos y actividades a realizar y una evaluación final donde se evaluarán los resultados obtenidos.

Posteriormente a modo de reflexión se formulan unas conclusiones finales.

## 2. OBJETIVOS

El objetivo general de este Trabajo de Fin de Grado es diseñar un modelo de intervención que mejore las situaciones de rechazo y acoso a través de la competencia social.

Por otro lado, los objetivos específicos que derivan de este son:

- Aplicar las competencias obtenidas a lo largo del Grado de Educación Social.
- Trabajar el desarrollo de la educación emocional.
- Programar una intervención de educación emocional que sea útil para cualquier profesional de la educación.

## 3. JUSTIFICACIÓN

El acoso escolar ha existido desde siempre y desde hace unos años atrás se está haciendo cada vez más eco. *“Sólo en 2016 la Fundación ANAR (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo) registró 1.207 casos de acoso escolar, lo que supone un aumento del 87,7% en el último año y un 240% desde 2015”* (Delgado, 2017).

Según el Informe del Observatorio para España de Bullying Sin Fronteras en el 2016 hubo un total de 1.229 casos de acoso escolar mientras que, en 2017, 1.475 casos lo que supone un aumento del 20%. Las Comunidades Autónomas que presumen de un aumento más significativo son Andalucía y Cataluña con un 11%, Murcia con un 10% y Madrid un 9%, frente al 3% de Castilla y León.

La escuela como institución social que es constituye un cúmulo de cambios sociales ya que sus alumnos y alumnas proceden de diferentes ámbitos y contextos donde cada uno tiene una problemática diferente.

En los últimos años han ido aumentando las situaciones en las que la convivencia en las aulas, el comportamiento agresivo o la falta de habilidades sociales han supuesto como consecuencia algunos conflictos como es el acoso escolar.

Diversas investigaciones han puesto en evidencia que el entrenamiento de habilidades sociales son una pieza importante a la hora de prevenir conductas disruptivas, violentas o victimistas.

En las relaciones entre iguales aparecen como en cualquier interacción social, conflictos y problemas, los niños y niñas deben aprender a enfrentarse a interacciones sociales difíciles como, por ejemplo: “decir que no, defenderse de amenazas, hacer y responder quejas, hacer peticiones y ruegos, manifestar los propios deseos, defender lo propio, responder ante bromas y burlas...” (Monjas, 2016). Estos conflictos no tienen porque ser necesariamente negativos, ya que dan la posibilidad de adquirir habilidades, que serán luego claves para la construcción de una adecuada competencia social, lo que les hará ser capaces de resolver sus conflictos de forma positiva.

Monjas (2016), entiende el maltrato entre iguales como un fracaso en el aprendizaje de la competencia social. Las relaciones entre iguales en algunas ocasiones pasan a ser desequilibradas en las que algunos dominan y otros son sometidos.

En este sentido, Monjas (2016) expone que:

Si enseñamos a las chicas y chicos, a mejorar sus relaciones interpersonales, a promover su competencia personal y social, a solucionar pacíficamente sus conflictos interpersonales, estaremos haciendo prevención de diferentes problemas: bullying, violencia, conductas disruptivas, indisciplina... a la vez que contribuiremos al desarrollo de la autoestima, los valores, las habilidades sociales, la asertividad, etc. del alumnado. (p.10)

Es cierto que los educadores sociales tienen como misión intervenir en el ámbito no formal, sin embargo, a la vista de estas nuevas necesidades se debería empezar a considerar la posibilidad de su introducción como un profesional más en este contexto, pero no necesariamente en el mismo contexto formal sino como un nexo entre el ámbito escolar y social.

Si que es cierto que algunas comunidades autónomas ya consideran este perfil, como el Gobierno de Canarias, que en el año 2017 crearon 36 plazas para Educadores y Educadoras Sociales en los centros educativos públicos. Otras comunidades autónomas como Andalucía, Extremadura y Castilla-La Mancha también se han sumado a esta iniciativa que tanta falta hace. Sin embargo, en la Comunidad Autónoma de Castilla y León, no existe este perfil todavía.

Por ello el siguiente trabajo de fin de grado se abordará desde una perspectiva multidisciplinar en el contexto escolar, siendo el educador social un elemento más en el desarrollo de competencias a través del ámbito no formal, que supondrá un enlace entre el contexto familiar, social y escolar.

### **3.1. LA FIGURA DEL EDUCADOR SOCIAL EN LOS CENTROS EDUCATIVOS**

Existen diferentes definiciones de lo que se considera Educación Social. Según Quintana (1994) en España el concepto de educación social tiene dos sentidos:

- Por un lado, alude a la “intervención educativa que se hace con el fin de ayudar al individuo a que se realice en él, del mejor modo posible y sin desviaciones, el proceso de socialización, es decir, la adaptación a la vida social y a sus normas, hasta alcanzar una alta capacidad de convivencia y de participación en la vida comunitaria”.
- Por otro lado, llama educación social “a un tipo de trabajo social de aspecto educativo y que desempeña unas funciones pedagógicas. Se práctica profesionalmente fuera de la escuela, pues no tiene que ver con el sistema educativo del país, sino más bien con la promoción del bienestar social”.

De acuerdo con la definición anterior es cierto que el perfil del educador social no responde a todas las necesidades del ámbito académico por lo que no está muy claro su necesidad en él, sin embargo, ante las nuevas necesidades sociales se puede considerar al educador social como un pilar fundamental de conexión entre diferentes contextos en los que se desenvuelven los niños.

Es necesario crear otros espacios y formas de intervención en los cuales el educador social podría dar una respuesta eficaz, con actuaciones de colaboración “que posibiliten un trabajo integral, dado que existe una estrecha conexión entre la escuela, la familia, la comunidad y la sociedad” (Menacho, 2013, p 2)

Cada vez surgen más situaciones conflictivas en las aulas, como comportamientos agresivos, problemas de convivencia, poca tolerancia a la frustración, falta de habilidades sociales.... Una de las manifestaciones más preocupantes de estos conflictos es el bullying. (Menacho, 2013, p. 6).

A continuación, presentaré diferentes funciones que según, el marco legislativo de la LOMCE (2013), el documento de ASEDES (2007) y Menacho (2013) deben llevar a cabo los educadores sociales:

- Contribuir a los documentos de organización y función de los centros participando en la detección de las necesidades socioeducativas del centro, analizando las circunstancias socioeconómicas y familiares del entorno. Además, debe participar en la programación del Departamento de Orientación.
- Coordinarse con los demás profesionales de los centros educativos. Al ser profesionales pertenecientes a los Departamentos de Orientación, es necesario que se coordinen con el equipo directivo y los/las tutores/as, especialmente en asuntos relacionados con la mediación, el absentismo, la transversalidad de programas y asignaturas, etc.
- Control del absentismo escolar.
- Relaciones con las familias. Fomentar la participación de las familias en la vida diaria del centro y Escuelas de Padres y Madres.
- Debe evitar el aislamiento del centro, estableciendo redes entre el centro y el entorno inmediato.
- Participación en las responsabilidades y funciones del Departamento de Orientación aportando su actividad profesional en aquellos aspectos de su competencia, dotando al profesorado y al equipo directivo de estrategias para la resolución de problemas dentro y fuera del aula, potenciando la convivencia entre los miembros de la comunidad educativa, y apoyando al estudiante en su desarrollo educativo, emocional y profesional.

- Elaboración, gestión y evaluación de programas educativos. Sobre la educación para la salud, ocio y tiempo libre, educación para la convivencia, absentismo escolar, modificación de conducta, desarrollo de habilidades, fomento de la igualdad, resolución de conflictos y apoyo al profesorado.

### 3.2. RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL GRADO DE EDUCACIÓN SOCIAL

Para la ejecución del presente Trabajo de Fin de Grado se han puesto en práctica las siguientes competencias de la titulación.

<b>COMPETENCIAS GENERALES</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PARCIAL</b>
<b>Competencias instrumentales</b>		
G1. Capacidad de análisis y síntesis		x
G2. Planificación y organización	x	
G3. Comunicación oral y escrita en la lengua materna	x	
G5. Utilización de las TIC en el ámbito de estudio y contexto profesional	x	
G6. Gestión de la información	x	
<b>Competencias interpersonales</b>		
G8. Capacidad crítica y autocrítica		
G12. Compromiso ético	x	
<b>Competencias sistémicas</b>		
G13. Autonomía en el aprendizaje		x
G15. Creatividad		x
G19. Compromiso con la identidad, desarrollo y ética profesional	x	
G20. Orientación a la calidad.	x	

## **COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

- E1. Comprender los referentes teóricos, históricos, culturales, comparados, políticos, ambientales y legales que constituyen al ser humano como protagonista de la educación
- E2. Identificar y emitir juicios razonados sobre problemas socioeducativos para mejorar la práctica profesional.
- E3. Comprender la trayectoria de la Educación Social y la configuración de su campo e identidad profesional.
- E7. Elaborar y gestionar medios y recursos para la intervención socioeducativa.
- E13. Diseñar e implementar procesos de evaluación de programas y estrategias de intervención socioeducativa en diversos contextos.
- E22. Conocer las políticas de bienestar social y la legislación que sustentan los procesos de intervención socioeducativa.
- E24. Conocer las características fundamentales de los entornos sociales y laborales de intervención.
- E28. Saber utilizar los procedimientos y técnicas sociopedagógicas para la intervención, la mediación y el análisis de la realidad personal, familiar y social.
- E38. Gestionar medios y recursos para la intervención socioeducativa.

## **4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

Durante mucho tiempo se ha considerado la inteligencia académica como el pilar fundamental para la consecución del éxito vital. Sin embargo, desde finales de siglo pasado, la investigación en el ámbito de las ciencias del comportamiento comenzó a cuestionar esta premisa, atendiendo a una clara evidencia: la inteligencia académica no era suficiente para alcanzar el éxito profesional y, a su vez, tampoco garantizaba el éxito en la vida.

Hasta los años setenta había prevalecido el enfoque analítico de las emociones disfóricas, sin integrar las emociones positivas. No obstante, es en aquel momento donde empiezan a tomar interés las emociones, pero no es hasta finales de los 80 cuando se produce lo que se podría denominar revolución emocional (Bisquerra, 2002).

Es a partir de autores como Gardner (1983), y su *Teoría de las Inteligencias Múltiples*, cuando comienzan a incluirse elementos de la emocionalidad en las teorías de la inteligencia, en esta se distinguen siete inteligencias de las cuales desde la perspectiva emocional cabe destacar la capacidad interpersonal e intrapersonal de adaptarse al contexto, es decir las inteligencias que tienen que ver con las propias emociones y las de los demás.

Gardner (2016) las definió de la siguiente manera:

"La Inteligencia Interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado... "

Por otro lado, la inteligencia intrapersonal constituye el conocimiento de los propios sentimientos y emociones. Tener inteligencia interpersonal supone saber discriminar entre las emociones y saber identificarlas con el fin de interpretar el comportamiento de uno mismo.

Es decir, la inteligencia interpersonal es la capacidad de comprender los estados de ánimo del otro, sus intenciones y sus deseos ocultos. Y la intrapersonal supone la habilidad de conocer los sentimientos de uno mismo y saber gestionarlos de forma adecuada.

#### **4.1. CONCEPTO DE EMOCIÓN**

En primer lugar, para entender en profundidad lo que es la inteligencia emocional, aludiremos a una definición de lo que es la emoción. Salovey y Mayer (1990) definen la emoción como un conjunto de habilidades que pueden ser aprendidas, las cuales constituyen el concepto en torno a cinco dimensiones, referidas al conocimiento de las

propias emociones, la capacidad de autocontrol, la automotivación, el reconocimiento de las emociones de los demás y al control de las relaciones.

Según Bisquerra (2002), una emoción se define de la siguiente forma:

“Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno”.

Según Lazarus (1991) las emociones siguen un proceso de vivencia emocional donde hay una valoración primaria sobre la relevancia del evento: ¿es positivo o negativo? En una segunda evaluación se consideran los recursos personales para poder afrontarlo, simultáneamente, los cambios fisiológicos que pueden manifestarse. La tendencia a la acción ya es una forma de motivación. La respuesta dependerá de las personas implicadas, la situación social y ambiental concreta, el momento, lugar, etc.

Como resultado de la valoración inicial se distinguirá entre emociones positivas y negativas, lo que no debe confundirse con emociones “buenas” y “malas”. La distinción entre emociones positivas o negativas está en función de si el acontecimiento vivido mantiene relación con los objetivos personales (Bisquerra, 2002).

Para comprender mejor el término, Bisquerra (2015) hizo la siguiente contribución:

Una emoción se produce de la siguiente forma:

- 1) La información sensorial llega a los centros emocionales del cerebro, es lo que se llama *procesamiento emocional*. En este proceso en el que no somos conscientes, se activa la valoración automática, que coincide con la componente psicofisiológica.
- 2) En consecuencia, se produce una respuesta neurofisiológica, lo que llama *expresión emocional*, es decir la manifestación externa de la emoción que coincide con la componente comportamental.
- 3) El neocórtex interpreta la información, es decir la *experiencia emocional* que predispone a la acción; pero la acción subsiguiente ya no forma parte de la emoción. Por ejemplo, el miedo predispone a huir.

De acuerdo con este mecanismo, la emoción es un componente complejo del organismo la cual se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno.

## 4.2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

Una vez analizado el concepto de emoción daremos paso a entender lo que es la Inteligencia Emocional. El precursor de la Inteligencia Emocional se encuentra en la *Teoría de las inteligencias múltiples* de Gardner (1983).

Los encargados promover el concepto principalmente fueron Salovey y Mayer (1990) y posteriormente difundido por Goleman (1995) el cual se basó en el trabajo de estos dos últimos.

Salovey y Mayer (1990) definen la inteligencia emocional como “el subconjunto de la inteligencia social que implica la capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno/a mismo/a y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propios” (Bisquerra, Pérez y García, 2015)

El modelo de inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1990) es un modelo mixto de inteligencia emocional, ya que mezcla elementos cognitivos con elementos de la personalidad. Según este modelo, la inteligencia emocional incluye tres procesos mentales:

- Valoración y expresión de las emociones en uno mismo y en los demás.
- Regulación emocional en uno mismo y en los demás.
- Uso de las emociones de manera adaptativa.

El modelo de habilidad de Mayer y Salovey (1997) considera que la Inteligencia Emocional se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas, que son:

“la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad

para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Fernández Berrocal y Extremera, 2005, p.68).

En 1995, Daniel Goleman publicó *Emotional Intelligence*, lo que supuso una revolución del concepto de Inteligencia Emocional. Para Goleman (1995, pp. 43-44) la inteligencia emocional consiste en:

- 1) *Conocer las propias emociones*: El principio de Sócrates "*conócete a ti mismo*" se refiere a esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.
- 2) *Manejar las emociones*: La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.
- 3) *Motivarse a sí mismo*: Una emoción tiende a impulsar hacia una acción. Por eso, emoción y motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas. El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.
- 4) *Reconocer las emociones de los demás*: Un don de gentes fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es la base del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, etc.).

- 5) *Establecer relaciones*: El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar las emociones de los demás. La competencia social y las habilidades que conlleva, son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

Para abordar la inteligencia emocional es necesario comprender la competencia emocional. Goleman (1998) diferencia entre competencia emocional e inteligencia emocional, para él una competencia emocional “es una capacidad aprendida basada en la inteligencia emocional que da lugar a un desempeño laboral sobresaliente”. Por lo tanto, Goleman entiende la inteligencia emocional como un antecedente y las competencias emocionales como posibles consecuencias si se tiene un aprendizaje adecuado.

Bisquerra (2018) define las competencias emocionales como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. La finalidad de estas competencias se orienta a aportar valor añadido a las funciones profesionales y promover el bienestar personal y social”

Su adquisición y dominio favorece una mejor adaptación al contexto social y un mejor afrontamiento a los retos que plantea la vida. Entre los aspectos que se ven favorecidos por las competencias emocionales están los procesos de aprendizaje, las relaciones interpersonales, la solución de problemas, la consecución y mantenimiento de un puesto de trabajo, etc. (Bisquerra, 2018)

### 4.3. IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Según el art. 1.a de la LOGSE, el sistema educativo se orientará al pleno desarrollo de la personalidad del alumnado. Esto implica atender no solamente al desarrollo cognitivo, sobre el cual hay un énfasis claramente predominante, sino también al desarrollo emocional que lo debe complementar. (Álvarez, Bisquerra, Fita, Martínez, y Pérez, 2000)

De acuerdo con Bisquerra (2014), uno de los objetivos de la educación es la convivencia, la principal dificultad para la convivencia es la violencia. Se ha demostrado que los programas que tienen mejores resultados para la prevención de la violencia se basan en el desarrollo de competencias.

Las competencias que se desarrollan en estos programas son: habilidades de vida, habilidades sociales, competencias emocionales, autorregulación, solución de problemas interpersonales y regulación de la ira. Otros aspectos que considera son el desarrollo de la empatía, toma de perspectiva social, toma de decisiones, solución de problemas sociales, negociación, gestión de conflictos, resistencia a presión de grupo, escucha activa, comunicación afectiva, superación de prejuicios, desarrollo de competencias de relación interpersonal con personas de diferente sexo, diferentes culturas, etc.

La competencia es “la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” (Bisquerra y Pérez, 2007). La educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de las competencias emocionales, de la misma forma en que se puede relacionar la inteligencia académica con el rendimiento académico. La inteligencia es una aptitud; el rendimiento es lo que uno consigue; la competencia indica en qué medida el rendimiento se ajusta a unos patrones determinados. De manera equivalente se puede considerar que la inteligencia emocional es una capacidad (que incluye aptitud y habilidad); el rendimiento emocional representaría el aprendizaje. Se da competencia emocional cuando uno ha logrado un determinado nivel de rendimiento emocional (Mayer y Salovey, 1997; Saami, 1988).

Entre las competencias emocionales se encuentran (Bisquerra, 2016):

- *Conciencia emocional*: supone la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y las de los demás.

- *Regulación emocional*: capacidad para manejar las emociones de forma adecuada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento.
- *Autonomía emocional*: se entiende como el conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos y la autoeficacia emocional.
- *Competencia para la vida y el bienestar*: son la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc.
- *Competencia social*: capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas.

Las microcompetencias que incluye la competencia social son las siguientes:

- *Dominar las habilidades sociales básicas*. La primera de las habilidades sociales es escuchar. Sin ella, difícilmente se pueda pasar a las demás: saludar, despedirse, dar las gracias, pedir un favor, manifestar agradecimiento, pedir disculpas, aguardar turno, mantener una actitud dialogante, etc.
- *Respeto por los demás*. Es la intención de aceptar y apreciar las diferencias individuales y grupales y valorar los derechos de todas las personas. Esto se aplica en los diferentes puntos de vista que puedan surgir en una discusión.
- *Practicar la comunicación receptiva*. Es la capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.
- *Practicar la comunicación expresiva*. Es la capacidad para iniciar y mantener conversaciones, expresar los propios pensamientos y

sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal, y demostrar a los demás que han sido bien comprendidos.

- *Compartir emociones.* Compartir emociones profundas no siempre es fácil. Implica la conciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas tanto por el grado de inmediatez emocional, o sinceridad expresiva, como por el grado de reciprocidad o simetría en la relación.
- *Comportamiento prosocial y cooperación.* Es la capacidad para realizar acciones en favor de otras personas, sin que lo hayan solicitado. Aunque no coincide con el altruismo, tiene muchos elementos en común.
- *Asertividad.* Significa mantener un comportamiento equilibrado entre la agresividad y la pasividad. Esto implica la capacidad para defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos, al mismo tiempo que se respeta a los demás, con sus opiniones y derechos. Decir “no” claramente y mantenerlo y aceptar que el otro te pueda decir “no”. Hacer frente a la presión de grupo y evitar situaciones en las cuales uno puede verse coaccionado para adoptar comportamientos de riesgo. En ciertas circunstancias de presión, procurar demorar la toma de decisiones y la actuación, hasta sentirse adecuadamente preparado, etc.
- *Prevención y solución de conflictos.* Es la capacidad para identificar, anticiparse o afrontar resolutivamente conflictos sociales y problemas interpersonales. Implica la capacidad para identificar situaciones que requieren una solución o decisión preventiva y evaluar riesgos, barreras y recursos. Cuando inevitablemente se producen los conflictos, afrontarlos de forma positiva, aportando soluciones informadas y constructivas. La capacidad de negociación y mediación son aspectos importantes de cara a una resolución pacífica del problema, considerando la perspectiva y los sentimientos de los demás.
- *Capacidad para gestionar situaciones emocionales.* Es la habilidad para reconducir situaciones emocionales en contextos sociales. Se trata de activar estrategias de regulación emocional colectiva. Esto se superpone con la capacidad para inducir o regular las emociones en los demás.

### 4.3.1 Educación emocional como método preventivo

La finalidad de este Trabajo de Fin de Grado no es solo intervenir sino también prevenir, por ello es importante trabajar con todos los implicados: víctima, agresor y espectadores.

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. (Bisquerra, 2014).

Por otro lado, es esencial que el personal docente, no docente y las familias se vean involucrados en este proceso, es decir, tener un enfoque global.

Bisquerra (2014) considera tres áreas de prevención:

1. *Acciones dirigidas a potenciar la gestión participativa de la vida en el centro:* algunas de estas acciones son ejercer un liderazgo claro, que sirva como soporte y control del alumnado, fomentar la participación de los diferentes contextos en la gestión, organización, toma de decisiones y actividades del centro, consensuar las normas, gestionar los conflictos como parte inherente del centro y establecer mecanismos de resolución de conflictos alternativos, como la mediación.
2. *Actuaciones dirigidas al desarrollo de la competencia emocional del alumnado:* la educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación formal. Ésta supone un aspecto imprescindible para afrontar los problemas de relación y los conflictos interpersonales que pueden surgir en la convivencia diaria. Es importante desarrollarla tanto en el alumnado como en el profesorado.
3. *Usar una metodología de enseñanza y aprendizaje que fomente el trabajo en equipo:* fomentando el aprendizaje cooperativo como condición indispensable para realizar actividades de grupo y aprender a convivir, promover la empatía, aceptar las normas que se establezcan y articular los propios objetivos y los propios intereses con los de los otros miembros.

Tener un enfoque global, quiere decir tener en cuenta a todos los agentes implicados, uno de ellos es la familia. Es muy importante trabajar con la familia y darles pautas para

orientarles en el proceso emocional y social ya que en muchas ocasiones no están preparados o no tienen las herramientas necesarias para abordar las diferentes dimensiones de la educación emocional. Pero no solo debemos tener en cuenta a la familia, también al personal docente, ya que son agentes de cambio en la transmisión de valores.

Según numerosos estudios, la inteligencia emocional, tiene carácter preventivo en conductas violentas, de riesgo como consumo de drogas, además enseña los diferentes estilos para abordar los conflictos de manera saludable.

La inteligencia emocional contribuye al desarrollo de la competencia social. La competencia social, según Bisquerra (2016) “es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas”.

Por todo ello es importante prevenir desde la educación emocional ya que contribuye al desarrollo de competencias sociales tales como el dominio de habilidades sociales, el respeto por lo demás, la comunicación receptiva y expresiva, compartir emociones, comportamiento prosocial y cooperación, asertividad, prevención y solución de conflictos y capacidad para gestionar soluciones emocionales. (Bisquerra, 2016)

La educación emocional debe considerarse como un recurso complementario a las actividades del aula, con el fin de ayudar a los alumnos con su desarrollo interpersonal, a la vez que cree un beneficio para profesorado y familias. No tiene sentido educar las emociones sin desarrollar simultáneamente actividades de educación en valores o de regulación de conflictos. (Zaccagnini, Yus, Ruíz, López Sánchez, Fernández Berrocal, Etxebarria, Acosta, Bisquerra y Arribas, 2008)

Se debe disponer la educación emocional en el marco global de actuaciones que favorecen la convivencia en el aula ya que beneficia al buen clima social, mejora las relaciones interpersonales, previene desajustes afectivos, etc. Sin embargo, todo esto no tiene sentido si no se incluyen las actividades de educación emocional con el resto de actividades en las que los niños y niñas conviven ya sea en el ámbito formal o no formal y así poder prevenir las situaciones de acoso y rechazo que se originan en el contexto escolar.

## 4.5. ACOSO Y RECHAZO ENTRE IGUALES

A pesar de que el maltrato entre iguales es algo que ha existido desde siempre, es en la década de los 80 cuando Dan Olweus hace la primera aproximación con un estudio realizado en 1978. Este definiría el acoso escolar o bullying como “una conducta de persecución física y/o psicológica que realiza un alumno o alumna contra otro, al que escoge como víctima de repetidos ataques. Esta acción, negativa e intencionada, sitúa a la víctima en una posición de la que difícilmente puede escapar por sus propios medios”. La continuidad de estas relaciones provoca en las víctimas efectos claramente negativos: ansiedad, descenso de la autoestima y cuadros depresivos que dificultan su integración en el medio escolar y el desarrollo normal de los aprendizajes (Olweus, 1993)

Según la RAE una de las definiciones del término acosar es: “apremiar de forma insistente a alguien con molestias o requerimientos”.

Por otro lado, define rechazar como “mostrar oposición o desprecio a una persona, grupo, comunidad, etc.”

En primer lugar, me centraré en el *rechazo* ya que, aunque sea un problema menos visible, supone una desventaja social para los que lo sufren.

García Bacete et.al (2014), (afirma que aleja a los niños que lo sufren de las ventajas evolutivas y beneficios de las propias relaciones, las cuales son decisivas para el desarrollo de determinadas habilidades sociales. Constituyen niños y niñas que no pertenecen al grupo y del que no se benefician del contexto de aprendizaje.

A corto plazo el rechazo provoca daños emocionales como la soledad y bajo rendimiento académico, a largo plazo, se relaciona con problemas de internalización (depresión, baja autoestima, ansiedad) y de externalización (abandono escolar, problemas de conducta, conducta antisocial) (García Bacete et. al, 2014).

EL patrón más habitual para que un niño sea rechazado es su conducta molesta a los otros, por lo que los niños agresivos suelen ser los más rechazados, sin embargo, la agresividad y el rechazo no siempre van de la mano, ya que a veces estos niños y niñas guardan una estrecha relación con la popularidad. Parkhurst y Asher (1992) han demostrado que lo que parece identificar el estatus de rechazo no tanto un comportamiento agresivo, sino

presentar bajas tasas de comportamientos prosociales o de habilidades sociales (García, 2008) (García, et. al. 2014)

Según Bierman (2004, citado por García Bacete et al., 2014) el cual encuentra cuatro patrones conductuales asociados al rechazo: la poca orientación a los demás y la falta de conducta prosocial, altas tasas de conducta agresiva y disruptiva, altos niveles de conducta inmadura y de falta de atención, y la existencia de ansiedad social y conducta de evitación.

Por otro lado, hablamos de *acoso/maltrato* entre iguales o *bullying* cuando “un/a chico/a, o un grupo, pega, intimida, acosa, insulta, humilla, excluye, incordia, ignora, pone en ridículo, desprestigia, rechaza, abusa sexualmente, amenaza, se burla, aísla, chantajea, tiraniza, etc. A otro/a chico/a, de forma repetida y durante un tiempo prolongado, y lo hace con intención de hacer daño poniendo además a la víctima en una marcada situación de indefensión” (Monjas, 2016).

Avilés (2015) emplea el término *bullying* para “denominar la intimidación y el maltrato entre escolares de forma repetida y mantenida en el tiempo casi siempre lejos de los adultos, con la intención de humillar y someter abusivamente a una víctima indefensa por parte de un abusón o grupo de matones a través de agresiones físicas, verbales y sociales y con consecuencias de victimización psicológica y rechazo social”.

De acuerdo con Monjas (2016), y Avilés (2015) los criterios que distinguen y caracterizan el maltrato entre iguales son los siguientes:

- *La intencional*: el/la chico o chica que maltrata a sus compañeros busca hacer daño, hacer sufrir y sabe que lo que hace no está bien, por ello lo oculta y/o niega cuando es descubierto. Impone el esquema dominio-sumisión.
- *Habitual, persistente y sistemática*: la conducta de intimidación se repite muchas veces y permanece en el tiempo, con lo que la víctima está sufriendo estas experiencias de forma prolongada. En la escuela, en sus alrededores, en el camino de ida y vuelta a casa, en el autobús, recreo, comedor, etc.
- *Desequilibrio*: en el maltrato entre iguales se produce una relación desequilibrada, asimétrica y desigual tanto en el poder, ya que el intimidador tiene más poder físico, psicológico o social, como en la capacidad de respuesta.

## 4.6. TIPOS DE ACOSO

Avilés, Irurtia, García-López y Caballo (2011), indican tres criterios de clasificación del acoso entre iguales:

- Con arreglo a la forma: las agresiones pueden ser verbales o físicas, estas agresiones pueden ser sobre las propias personas o sus pertenencias, de elevado daño psicológico o focalizadas en algún aspecto concreto (sexualidad, origen étnico, racial, etc.).
- Con arreglo al fondo: se refiere en las intenciones de quienes actúan y los efectos que producen en los destinatarios. Las acciones de agresión van desde la provocación hasta la ridiculización, exclusión, humillación, chantaje, etc.
- Con arreglo al escenario: tradicionalmente el maltrato entre iguales se ha desarrollado en escenarios presenciales, sin embargo, cada vez con más fuerza el maltrato se está llevando en escenarios virtuales en lo que se está denominando como ciberbullying.

Según García et al. (2009) los principales tipos de acoso escolar que se pueden identificar atendiendo al tipo de agresión que sufre la víctima son:

- *Agresión física*: se manifiesta a través de empujones, patadas, golpes, arrojar objetos a la víctima, esconder romper sus cosas, robar objetos de su pertenencia, amenazas con armas, etc.
- *Agresión verbal*: a la víctima le llaman con motes ofensivos que le hacen sentir mal, difamaciones, insultos o burlas, desprecios, desafíos, amenazas, agresiones verbales.
- *Exclusión social*: el grupo difunde rumores o bulos que afectan al menor, le aíslan e ignoran en el grupo de iguales, no le dejan participar en actividades o le obligan a hacer cosas en contra de su voluntad.
- *Sexual*: hacer alusiones a su condición sexual, o ser víctima de tocamientos o comentarios de tipo sexual.

- *Ciberacoso o cyberbullying*: en los últimos años y con el avance de las nuevas tecnologías ha surgido esta nueva manera de infligir daño, a través del teléfono móvil o Internet con objeto de ejercer acoso contra la víctima. Serían situaciones donde la víctima ve como le insultan, amenazan o hacen correr rumores en comunidades y espacios virtuales. Así mismo, se publican fotos del menor y/o su entorno familiar en dichos espacios con la intención de hacer pública la humillación a la que es sometido.

Las acciones que se realizan a través de las redes sociales podrían encajar en cualquiera de las anteriores, pero he querido mencionarle ya que se puede practicar fuera del ámbito escolar y a la vez puede repercutir de forma más negativa todavía, al estar expuesta la víctima constantemente a los comportamientos de acoso.

#### **4.7. AGENTES IMPLICADOS**

Según Avilés et al. (2011) no hay un perfil único de víctima, agresor o espectador, sin embargo, sí que se dan perfiles más frecuentes en unos u otros.

En la figura de la víctima solemos encontrar conductas pasivas y en la del agresor un perfil más seguro, sin embargo, hay excepciones.

**Agresor:** generalmente el agresor tiene un comportamiento de intimidación, muestra problemas a la hora de ponerse en el lugar del otro, vive una relación familiar poco afectiva y tiene poca empatía. A menudo pueden pensar que el compañero se lo merece porque lo ha provocado. Esta actitud no los lleva a ser valorados, respetados ni admirados, sino temidos. De ahí es importante que los adultos les expliquen que es ilícito obtener poder y un “fingido respeto” agrediendo a los demás. (García et al. 2009)

El agresor suele presentar cuatro necesidades básicas (Rodríguez, 2004):

- Necesidad de protagonismo
- Necesidad de sentirse superior

- Necesidad de sentirse diferente
- Necesidad de llenar un vacío emocional

De esta recopilación de conductas surgen una serie de consecuencias:

- Suelen equiparar la venganza con la justicia, desarrollando comportamientos violentos ante aquellos que no satisfacen sus deseos.
- Pueden percibir distorsionada la realidad.
- Valoran como positivo y socialmente aceptable el empleo de la violencia, la extorsión o la amenaza para conseguir sus objetivos.
- Infunden miedo en el grupo, y a veces incluso rechazo, confundiendo ambos conceptos con liderazgo y popularidad.
- Responsabilizan a la víctima de su comportamiento.
- Ausencia de sentimientos de culpa o malestar ante el sufrimiento ajeno provocado.
- Algunos han sido víctimas de manifestaciones violentas, lo que pasa a ser percibido como algo habitual o legítimo.
- Otras veces, son menores educados en un ambiente de excesiva permisividad y sobreprotección.

**Víctima:** normalmente el perfil de estos niños es de poco sociables, sensibles y frágiles. Se suele identificar como débil, inseguro y con bajos niveles de autoestima. Tienen falta de competencia social, la cual se manifiesta en una falta de asertividad. Posiblemente sea un niño sobreprotegido en el ámbito familiar. Suelen tener una conducta pasiva, miedo ante la violencia y manifestación de vulnerabilidad, alta ansiedad.

Se distinguen dos subgrupos:

- *Los rechazados agresivos:* su comportamiento suele ser violento
- *Los rechazados sumisos:* estos se caracterizan por la falta de asertividad, el aislamiento social y la no participación en comportamientos violentos (Astor, Pitner, Benbenishty, y Meyer, 2002; French, 1988; Rubin, Bukowski, y Parker, 1998; Verschueren y Marcoen, 2002).

Las consecuencias que tienen lugar en el alumno acosado son las siguientes:

- En los espacios de distensión no suelen relacionarse con el grupo de iguales, permaneciendo aislados y sin participar de las actividades propias de su edad.
- Suelen llegar tarde a clase o salen los últimos para evitar encontrarse con el agresor.
- En casa pueden mostrarse sorprendentemente callados, ausentes, tristes, preocupados, agresivos, distantes, etc.
- Manifiestan miedo o rechazo a ir a la escuela.
- Se pueden quejar de dolores musculares, dolores de cabeza, o de estómago.
- Afecta a su rendimiento escolar. (García et.al. 2009)

**Espectador:** los espectadores o testigos del maltrato entre iguales son de forma mayoritaria los compañeros de las víctimas y de los agresores. Se suele dar un comportamiento de inhibición por miedo a ser incluido en la agresión.

En algunos casos, los observadores podrían ser incluidos dentro del grupo de agresores en cuanto que apoyan los comportamientos de éstos e incluso los justifican aludiendo que son una respuesta justa ante la actuación de la víctima. (García et.al. 2009)

## 5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

### 5.1. Justificación

La siguiente propuesta de intervención propone el uso de la educación emocional como método preventivo del acoso y el rechazo entre iguales. La educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales, entendemos estas competencias emocionales como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. Dentro de las competencias emocionales, nos

encontramos con la conciencia y regulación emocional, autonomía emocional, competencia social, habilidades de vida y bienestar (Bisquerra, 2011).

El informe de la UNESCO de la “Comisión Internacional sobre la Educación del siglo XXI” (1996), establece cuatro pilares fundamentales en la educación según Delors:

- *Aprender a conocer*: tener las competencias necesarias para tener un aprendizaje a lo largo de toda la vida.
- *Aprender a hacer*: adquirir competencias que permitan poner en práctica sus conocimientos para hacer frente a numerosas situaciones y facilite el trabajo en equipo.
- *Aprender a convivir*: la educación tiene una doble misión: enseñar la diversidad de la especie humana y contribuir a una toma de conciencia de la dependencia recíproca entre los seres humanos. De este modo si se conoce la diversidad respetaremos más a los demás.
- *Aprender a ser*: el desarrollo del ser humano a lo largo de todo su ciclo vital, que empieza por un conocimiento de sí mismo y se abre después a las relaciones con los demás.

En este informe, queda reflejada la necesidad de una educación emocional y de hacernos competentes emocionalmente. El desarrollo de estas competencias emocionales se inicia desde la infancia y está presente a lo largo de toda la vida, por ello se requiere de una práctica continuada, y en contextos formales y no formales.

Una de las inquietudes de nuestra sociedad actual es el bullying, debido al aumento de casos en los últimos años. Uno de los factores desencadenantes es la ira. Bisquerra (2011) define la ira como “una emoción básica que incluye una serie de matices como rabia, enfado, indignación, cólera, odio, etc.” Conseguir que las personas puedan regular la ira es decisivo para la prevención de la violencia y para la mejora de la convivencia.

Hay numerosos programas que abordan la Educación emocional desde el ámbito formal, pero muy pocos desde la Educación Social, en el ámbito no formal por ello es necesario abordar como se ha dicho en líneas anteriores, hacer un enfoque global. En primer lugar, con las madres y los padres, ya que la primera educación emocional que reciben los niños es de ellos. En segundo lugar, la escuela, juega un papel muy importante en el proceso de

desarrollo de competencias emocionales, que son fundamentales para una convivencia y bienestar social en el aula, y por último desde el ámbito no formal, dónde el educador o educadora social tienen la función de ser agentes de cambio y transformación.

## 5.2. Objetivos

Los objetivos intrapersonales son:

- Tomar conciencia de las propias emociones.
- Identificar los propios sentimientos y poder etiquetarlos.
- Manejar las emociones de forma apropiada.
- Desarrollar la capacidad de regulación emocional incluyendo el autocontrol y la tolerancia a la frustración.
- Valorar las propias capacidades y limitaciones.
- Tener una imagen positiva de sí mismo.

Los objetivos interpersonales son:

- Tener en cuenta a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con claridad.
- Identificar y ser conscientes de los sentimientos y emociones de los demás.
- Expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad.
- Defender y expresar los propios derechos, opiniones, sentimientos y emociones de los demás.

Y los objetivos referidos a la competencia social son:

- Adoptar un comportamiento adecuado en la resolución de problemas.
- Considerar los sentimientos y perspectiva de los demás en la resolución de conflictos.
- Ser tolerante hacia los demás sin atender a su aspecto físico, sus capacidades, limitaciones...
- Utilizar el diálogo y la empatía como forma de resolución de conflictos.

### **5.3. Contexto**

La aplicación de este proyecto se va a desarrollar en un centro cívico, debido a que el ámbito de intervención es el no formal. Sin embargo, es preciso como se ha dicho anteriormente establecer un plan global, para que las actuaciones se puedan contemplar en la escuela y las familias. Debido a que el contexto en el que se desarrolla no es el educativo, las sesiones deberán ser adaptadas a diferentes grupos de edad, ya que pueden asistir al mismo desde primero de primaria hasta sexto. Por lo que el desarrollo y nivel de los niños será de lo más variado y por supuesto lo más probable es que no procedan de la misma institución educativa y no compartan las sesiones con sus compañeros de clase o de colegio.

El motivo de elegir un centro cívico es la pluralidad de opciones que tiene intervenir desde el punto de encuentro del barrio o zona estadística, ya que se pretende ser un nexo de unión entre diferentes ámbitos y contextos. Además de que dispone de todos los medios y recursos para llevar a cabo este tipo de intervenciones.

El centro cívico donde se va a llevar a cabo la intervención está situado en la zona centro de la ciudad, se caracteriza por ser un barrio joven en el que predominan las personas de entre 20 y 49 años. Respecto a la población inmigrante no es notable, un 15% del total de la población con nacionalidades de Bulgaria, Rumanía, Ecuador, Bolivia y China. Hay un colegio de educación infantil y primaria y próximos a él otros dos centros uno de educación primaria y otro de educación secundaria. Por lo que al centro cívico acudirán posiblemente niños y niñas de diversas edades y culturas pese a que la población inmigrante no sea muy significativa.

### **5.4. Destinatarios**

Los destinatarios, como se ha dicho anteriormente son niños y niñas escolarizados en educación primaria, es decir niños con edades comprendidas entre los 6 y 12 años. Puede haber una pequeña diversidad cultural debido a la procedencia de los padres, pero nada reseñable.

## 5.5. Metodología

Se partirá de una metodología activa, participativa, práctica y globalizada con el propósito de crear aprendizajes emocionales en cualquier contexto sea escolar o no.

En primer lugar, la primera tarea será dirigirse a los centros escolares de los niños y niñas que acudirán al centro cívico, para poder hacer una primera entrevista con los profesores del centro. Esta reunión consistirá en un acuerdo multidisciplinar en el que los profesores y profesoras serán parte del proceso. Posteriormente durante la intervención se harán tres reuniones más con el fin de llevar un seguimiento y comprobar que los objetivos marcados se están consiguiendo.

En segundo lugar, se hará una reunión grupal con los padres contándoles en que va a consistir dicha intervención y de su papel en este proceso.

Esta primera toma de contacto además de servir para informar a padres y profesores sirve también para conocer las características de cada niño o niña.

## 5.6. Contenidos

Los contenidos que voy a abordar son los siguientes:

- Bloque 1: Habilidades intrapersonales:
  - El concepto de emoción y tipos de emociones: asco, miedo, tristeza, sorpresa, alegría, ira....
  - Conciencia de las propias emociones: conocerse a sí mismo, autoconocimiento y autoestima.
  - Clasificación de las emociones: positivas, negativas, primarias secundarias
  
- Bloque 2: Habilidades interpersonales
  - Expresión del lenguaje emocional en la comunicación verbal y no verbal
  - Reconocimiento de las emociones de los demás
  - Desarrollo de la empatía

- Asertividad: resolución y detección de conflictos en las relaciones interpersonales
- Bloque 3: Competencias Sociales
- Desarrollo de habilidades sociales y la competencia social para el manejo de las emociones: tolerancia, generosidad, diálogo...

### 5.7. Estructura y temporalización

En cuanto a la intervención, ésta se divide en tres bloques: habilidades intrapersonales, habilidades interpersonales y competencias sociales. Cada bloque tiene asignados unos objetivos que serán llevados a cabo a través de diferentes actividades o dinámicas la mayoría de carácter grupal con el fin de crear conexión de grupo y favorecer las relaciones interpersonales.

Respecto a su temporalización la propuesta de intervención se llevará a cabo en varias sesiones. A lo largo de un Semestre. Cada sesión será una vez por semana y su duración será de 60 minutos cada una.

La propuesta se desarrolla a través de 10 sesiones:

- Sesiones 1,2,3 y 4: bloque 1. Habilidades intrapersonales
- Sesiones 5,6 y 7: bloque 2. Habilidades interpersonales
- Sesiones 8,9,10: bloque 3. Competencias sociales

A continuación, se expone una tabla con la relación de los contenidos con los objetivos a abordar y las correspondientes actividades.

	CONTENIDOS	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
Bloque 1: Habilidades	El concepto de emoción y tipos de emociones: asco, miedo, tristeza, sorpresa, alegría, ira...	-Identificar los propios sentimientos y poder etiquetarlos	Actividad 1 Actividad 2 Actividad 3

	<p>Conciencia de las propias emociones: conocerse a sí mismo, autoconocimiento y autoestima.</p>	<p>-Tomar conciencia de las propias emociones. -Valorar las propias capacidades y limitaciones. -Manejar las emociones de forma apropiada. - Tener una imagen positiva de sí mismo.</p>	<p>Actividad 2 Actividad 3 Actividad 4 Actividad 5 Actividad 6</p>
	<p>Clasificación de las emociones: positivas, negativas, primarias secundarias</p>	<p>-Desarrollar la capacidad de regulación emocional incluyendo el autocontrol y la tolerancia a la frustración.</p>	<p>Actividad 7</p>
<p>Bloque 2: Habilidades interpersonales</p>	<p>Expresión del lenguaje emocional en la comunicación verbal y no verbal</p>	<p>-Tener en cuenta a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con claridad. -Expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad.</p>	<p>Actividad 8 Actividad 9 Actividad 10</p>
	<p>Reconocimiento de las emociones de los demás</p>	<p>Identificar y ser conscientes de los sentimientos y emociones de los demás.</p>	

	<p>Desarrollo de la empatía</p> <p>Asertividad: resolución y detección de conflictos en las relaciones interpersonales</p>	<p>Defender y expresar los propios derechos, opiniones, sentimientos y emociones y los de los demás.</p>	
<p>Bloque 3: Competencias sociales</p>	<p>Desarrollo de habilidades sociales y la competencia social para el manejo de las emociones: tolerancia, generosidad, diálogo...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Adoptar un comportamiento adecuado en la resolución de problemas.</li> <li>-Considerar los sentimientos y perspectiva de los demás en la resolución de conflictos.</li> <li>-Ser tolerante hacia los demás sin atender a su aspecto físico, sus capacidades, limitaciones...</li> <li>-Utilizar el diálogo y la empatía como forma de resolución de conflictos.</li> </ul>	<p>Actividad 11</p> <p>Actividad 12</p> <p>Actividad 13</p> <p>Actividad 14</p>

## 5.8. Actividades

Las actividades estarán divididas por bloques como se ha dicho anteriormente. Cada sesión tendrá una duración de 60 minutos en la que se abordarán varias actividades.

### Sesión 1

#### **Actividad 1: El monstruo de colores** (Llenas, 2016)

Objetivos: Identificar los propios sentimientos y poder etiquetarlos.

Desarrollo: Se utilizará el libro “El monstruo de colores”, en el que el protagonista es un monstruo que se ha hecho un lío con sus emociones y tiene que aprender a separarlas. Los colores que se usan para cada emoción son: el amarillo para la alegría, el azul para la tristeza, el rojo para la rabia, el negro para el miedo y el verde para la calma. Se le dará a cada niño dibujos de cosas que puedan provocar las emociones anteriores y tendrán que colorearles del color que a ellos les transmitan. Por ejemplo, un dibujo de un columpio puede producir alegría pues lo tendrán que pintar de amarillo, sin embargo, el dibujo de un león puede producir miedo por lo que tendrán que pintarlo de negro. Después en un mural donde estarán colocadas las distintas emociones, tendrán que pegar cada dibujo en su lugar correspondiente.

Recursos: cuento o video cuento de “El monstruo de colores”, papel continuo para hacer el mural, dibujos de diferentes situaciones, pinturas de colores, celo o cola.

Temporalización: 30 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, que los niños sepan identificar las distintas emociones vistas (alegría, tristeza, rabia, miedo y calma) en los diferentes contextos sin confundirlas, y si el tiempo empleado es el suficiente.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

**Actividad 2: La rueda de los sentimientos** (Agulló, et.al 2010)

Objetivos: Identificar los propios sentimientos y poder etiquetarlos y tomar conciencia de las propias emociones.

Desarrollo: En primer lugar, se pide a los niños y niñas que piense si alguna vez se han sentido felices, tristes, preocupados, enfadados... A continuación, se mostrará la rueda de los sentimientos (anexo 1). Cada uno tendrá que hacer girar la flecha y en el lugar donde ésta se pare tendrá que explicar al resto en qué consiste ese sentimiento y buscar un ejemplo que él mismo haya vivido, si quiere, ya que no hay que forzar a que expresen si no lo desean así.

Recursos: rueda de los sentimientos.

Temporalización: 30 minutos.

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, que los niños sepan identificar las distintas emociones (alegría, tristeza, vergüenza, miedo, sorpresa y enfado), en diferentes contextos reales de su vida cotidiana y si el tiempo empleado es el suficiente.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

## Sesión 2

### **Actividad 3: Visionado de fragmentos de la película “Del revés” (Disney-Pixar, 2015)**

(Prada y Príncipe, 2016)

**Objetivos:** Identificar los propios sentimientos y poder etiquetarlos, tomar conciencia de las propias emociones y manejar las emociones de forma apropiada.

**Desarrollo:** Debido a que la película es muy larga, visionaremos varios cortos de la película. En la película se muestran las emociones básicas (alegría, tristeza, ira, miedo y asco) que habitan en el interior de una chica preadolescente. Después haremos una puesta en común con reflexiones sobre la película con cada uno de los personajes que representan una emoción y sobre si se han sentido identificados con alguna escena.

**Recursos:** película “Del revés”

**Temporalización:** 60 minutos

**Evaluación:** la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la eficacia de la actividad, que los niños sepan identificar las emociones básicas (alegría, tristeza, rabia, ira, miedo y asco) en los diferentes contextos y si el tiempo empleado es el suficiente.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

### Sesión 3

#### **Actividad 4: Autoimagen** (Prada y Príncipe, 2016)

Objetivos: Tener una imagen positiva de sí mismo.

Desarrollo: En un folio cada niño o niña colocará su nombre en vertical y de arriba abajo. En cada letra de su nombre tendrá que poner una cualidad que ellos creen que le describe. Después cada uno expondrá sus cualidades al resto.

Recursos: folios y rotuladores

Temporalización: 10 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, si tienen un autoconcepto positivo, si son capaces de identificar sus cualidades y verbalizarlas a los demás y si respetan al resto de compañeros cuando les toca hablar sin interrumpir el turno de palabra.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

#### **Actividad 5: “El cazo de Lorenzo”** (Prada y Príncipe, 2016)

Objetivos: valorar las propias capacidades y limitaciones.

Desarrollo: se pondrá el cortometraje “El cazo de Lorenzo” de Isabelle Carrier, que también está disponible en cuento. Este cortometraje nos muestra que las personas somos diferentes, y que tenemos que aprender a aceptarlas y vivir con ellas. Después de su visionado se hará una puesta en común y a continuación cada niño de manera individual escribirá en un folio cual es su “cazo rojo”, que dificultades encuentran, como se sienten... y después cada uno decidirá si quiere compartirlo o no con el resto.

Recursos: corto o libro de “El cazo de Lorenzo”, folios y lápices.

Temporalización: 20 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, si tienen un autoconcepto adecuado, si las dificultades plasmadas por los niños son consecuencia de una gestión inadecuada de las emociones.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

#### **Actividad 6: Te apuesto a que no sabías** (Agulló, et.al 2010)

Objetivos: tener una imagen positiva de sí mismo y valorar las propias capacidades y limitaciones.

Desarrollo: el espacio estará dividido en 5 secciones, en cada sección tendrán que realizar una actividad diferente (anexo 2). Los niños y niñas se dividirán en cinco grupos y se les entregará una ficha llamada “Apuesto a que no sabías” para que puedan ir completándola según vayan realizando cada una de las actividades.

Después los niños se juntarán en un gran grupo para comparar evaluar y comentar los resultados y las cosas que han descubierto. Al concluir, a modo de reflexión personal cada niño de manera individual completará una ficha. (anexo 3)

Recursos: cronómetros, cintas de medir, reglas, jarra graduada y transparente, varios textos diferentes, ficha “Apuesto a que no sabías”

Temporalización: 30 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los

objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, si tienen un autoconcepto y autoestima positiva, si conocen sus capacidades y aceptan sus limitaciones.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

#### Sesión 4

#### **Actividad 7: Semáforo de las emociones** (Orientación Andújar, 2017)

Objetivos: desarrollar la capacidad de regulación emocional incluyendo el autocontrol y la tolerancia a la frustración.

Desarrollo: en primer lugar, se les pedirá que nos digan para que sirven los semáforos y que hacen los coches con los distintos colores. Después les diremos que significado deberá tener cada color

- Rojo: me paro. Hay que parar y detectar que nos pasa, por qué estamos tan desbordados.
- Amarillo: pienso en las alternativas que tengo.
- Verde: actúo. Ya sabemos cómo nos sentimos y hemos pensado una alternativa para dar respuesta a la situación

Dicho esto, cada uno creará su propio semáforo, cuando hayan acabado de crearlo, se expondrán algunos ejemplos de situaciones que hayan pasado o conflictos que podríamos tener en diferentes contextos como la escuela, su casa...

Recursos: cartulinas de colores negro, verde, amarillo y rojo, tijeras, pegamento, lápices, plantillas de círculos.

Temporalización: 60 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, la capacidad de resolución de conflictos y si saben gestionarlos de manera asertiva controlando las emociones.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

## Sesión 5

### **Actividad 8: Tarjetas problemáticas** (Prada y Príncipe, 2016)

Objetivos: tener en cuenta a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con claridad; expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad; identificar y ser conscientes de los sentimientos y emociones de los demás; defender y expresar los propios derechos, opiniones, sentimientos y emociones y los de los demás.

Desarrollo: por grupos o por parejas deberá interpretar una serie de tarjetas en las que están representadas situaciones problemáticas (anexo 4). Deberán darles solución analizando el lenguaje no verbal, los estados de ánimo y sentimientos de los personajes. Después anotarán detrás de cada tarjeta la solución que le han dado.

Recursos: tarjetas con las situaciones, lápices.

Temporalización: 60 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, si saben identificar como se siente el otro, si han desarrollado la habilidad de la empatía y si saben verbalizar los propios sentimientos.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

## Sesión 6

### **Actividad 9: Madera de periodista** (Prada y Príncipe, 2016)

**Objetivos:** tener en cuenta a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con claridad; expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad; identificar y ser conscientes de los sentimientos y emociones de los demás; defender y expresar los propios derechos, opiniones, sentimientos y emociones y los de los demás.

**Desarrollo:** divididos por grupos les entregamos imágenes de noticias es las que aparezcan personas o animales en situaciones críticas o desagradables. Deberán escribir una noticia como si fueran protagonistas, poniéndose en su lugar. Al final lo compartirán con sus compañeros.

**Recursos:** imágenes, folios y lápices.

**Temporalización:** 60 minutos

**Evaluación:** la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, si saben identificar como se siente el otro, si han desarrollado la habilidad de la empatía y si saben verbalizar los propios sentimientos.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

Sesión 7:

### **Actividad 10: Corto forum**

Objetivos: tener en cuenta a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con claridad; expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad; identificar y ser conscientes de los sentimientos y emociones de los demás; defender y expresar los propios derechos, opiniones, sentimientos y emociones y los de los demás.

Desarrollo: se reproducirán varios cortometrajes que permitan identificar las emociones, aceptar las diferencias propias y las de los demás. En primer el corto “The bird” en el que hay dos tipos de personajes unos que no aceptan al diferente y se burlan de él y el que se siente rechazado por sus características. El siguiente corto “El monje mal guiado” y por último “Ratón en venta” que nos muestra la aceptación de los demás pese a sus diferencias. Después de cada corto se hará un pequeño debate para reflexionar.

Recursos: ordenador y proyector

Temporalización: 60 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, si saben identificar como se siente el otro, si han desarrollado la habilidad de la empatía y si saben verbalizar los propios sentimientos respetando el turno de los demás.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

## Sesión 8

### **Actividad 11: Creando juntos**

**Objetivos:** adoptar un comportamiento adecuado en la resolución de problemas; considerar los sentimientos y perspectiva de los demás en la resolución de conflictos y utilizar el diálogo y la empatía como forma de resolución de conflictos.

**Desarrollo:** se dividirán por grupos y se le dará a cada grupo una serie de piezas que completan un puzle, pero cada grupo tiene piezas mezcladas de otros grupos. Tienen que construir cada uno su puzle en el menor tiempo posible pero no pueden quitarse las piezas, tienen que conseguirlas mediante el diálogo. El objetivo final es llegar todos a construir los puzles ayudándose los unos a los otros. Al final compartiremos las impresiones y dificultades, si las ha habido, que ha tenido cada grupo.

**Recursos:** varios puzles diferentes.

**Temporalización:** 60 minutos.

**Evaluación:** la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, desarrollo de la empatía y la asertividad, comunicación verbal y no verbal.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

## Sesión 9

### **Actividad 12: Tribus urbanas** (Prada y Príncipe, 2016)

Objetivos: Ser tolerante hacia los demás sin atender a su aspecto físico, sus capacidades, limitaciones...

Desarrollo: se dividirá a los niños y niñas en grupos y a cada grupo se les repartirán cuatro tarjetas con las mismas imágenes, que harán referencia a diferentes tribus urbanas o colectivos. En una hoja deberán anotar como creen que son esas personas fijándose solo en su aspecto físico. Después cada grupo hará una breve dramatización (pueden disfrazarse si quieren) de como ellos creen que actúan y hablan esas tribus y el resto deberá dar sus opiniones al respecto de si son correctas las afirmaciones o no.

Recursos: imágenes de tribus urbanas y colectivos, folios, lápices, pelucas, gorros, ropas...

Temporalización: 60 minutos

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, la capacidad de empatía, los prejuicios de los niños y en que se pueden basar (educación de los padres, medios de comunicación...), las reacciones de los niños a las diferentes imágenes.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

## Sesión 10

### **Actividad 13: Juego de las sillas**

**Objetivos:** Adoptar un comportamiento adecuado en la resolución de problemas; considerar los sentimientos y perspectiva de los demás en la resolución de conflictos y utilizar el diálogo y la empatía como forma de resolución de conflictos.

**Desarrollo:** Es el juego de la silla, pero adaptado. Se pondrán tantas sillas como niños haya, y se hará el tradicional juego de la silla en el que cuando se pare la música todos deberán sentarse, y cada vez se irá retirando una silla, sin embargo, en vez de eliminar a la persona que queda fuera hay que conseguir que todos estén sentados nadie puede quedarse de pie. Al final nos pondremos en círculo para comentar que estrategias han utilizado para ponerse de acuerdo.

**Recursos:** sillas y reproductor de música

**Temporalización:** 30 minutos

**Evaluación:** la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, desarrollo de la empatía y la asertividad, comunicación verbal y no verbal, como gestionan la resolución del conflicto.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

### **Actividad 14: Salir del círculo**

**Objetivos:** adoptar un comportamiento adecuado en la resolución de problemas; considerar los sentimientos y perspectiva de los demás en la resolución de conflictos; ser tolerante hacia los demás sin atender a su aspecto físico, sus capacidades, limitaciones... y utilizar el diálogo y la empatía como forma de resolución de conflictos.

Desarrollo: se forma un círculo en el que están unidos fuertemente entre los brazos y piernas, un voluntario deberá intentar entrar como sea. A las personas que forman el círculo se les explica previamente sin el voluntario delante que tienen que evitar que la persona entre en el círculo a no ser que ésta pida entrar con educación, entonces este se abrirá y se le dejará entrar. Después se evaluará entre todos cual ha sido el conflicto, si los métodos empleados han sido los correctos, cómo se debería aplicar a situaciones de la vida cotidiana, las consecuencias que tiene tener ese tipo de comportamientos, etc.

Recursos: un espacio amplio.

Temporalización: 30 minutos.

Evaluación: la observación será directa y participante. Se observará a los niños mientras se realiza la actividad para comprobar que van reaccionando bien y si cumple los objetivos. Al final de la actividad se evaluará de manera verbal como se han sentido y que han aprendido con ella.

Los criterios que se observarán en esta actividad serán: la pertinencia de la actividad, si el tiempo empleado es el suficiente, desarrollo de la empatía y la asertividad, comunicación verbal y no verbal, como gestionan la resolución del conflicto.

Las impresiones se plasmarán en un registro anecdótico, que servirá para el educador como medio evaluador de cada actividad.

## **5.9. Evaluación**

Debido a lo que se lleva señalando en todo el trabajo de fin de grado que la intervención debe ser global, considero que la evaluación también debe serlo. Por lo que el método de evaluación estará dividido en cuatro dimensiones evaluativas basadas en el “Modelo CIPP” (Stufflebeam y Shinkfield, 1987).

En primer lugar, se evaluará el contexto institucional es decir el centro cívico, después se identificará la población objeto de estudio y se valorarán sus necesidades a través de entrevistas con el profesorado y los padres. A través de estas entrevistas se valorará si los objetivos propuestos son coherentes con las necesidades. Antes de comenzar la

intervención se facilitará a los profesores y padres un cuestionario que servirá posteriormente como elemento comparativo del antes y el después.

En segundo lugar, se evaluarán los recursos disponibles, los posibles obstáculos y el tiempo del que se dispone para determinar la viabilidad de la propuesta.

Seguidamente, se hará una evaluación durante todo el proceso, que verifique que se están consiguiendo los objetivos propuestos, a través de la observación directa y participante y de registros anecdóticos. Al final de cada actividad realizada con los niños y niñas se evaluará de manera verbal como se han sentido y que impresiones han tenido en cada una de ellas para poder tener una visión específica de cada actividad.

Al final de la intervención se realizará una dinámica de evaluación con los niños y niñas que determinará el éxito del programa. Durante todo el proceso se llevará a cabo “El cuaderno de las emociones” que tendrá cada niño de manera individual y en el que los padres llevarán un registro de diferentes situaciones que se hayan vivido en el entorno familiar y también se llevará a la escuela donde el profesor también hará los registros pertinentes y como el niño o niña los ha gestionado y al final de la intervención se hará una valoración final de los progresos. Al final se volverá a pasar un cuestionario a profesores y padres para evaluar si se han conseguido los objetivos.

Por último, se llevará a cabo una evaluación del producto, que consistirá en evaluar los resultados y logros, tanto los previstos como los que no. Esto podrá permitir determinar si la intervención puede aplicarse a otros momentos o prolongarse en el tiempo. Se pueden señalar diferentes criterios a la hora de valorar los resultados (Rodríguez Espinar, Álvarez González, Bisquerra y Marín, 1993):

- La eficacia: la relación entre los objetivos alcanzados y los pretendidos.
- La eficiencia: relación entre los resultados del programa y la inversión realizada.
- La efectividad: valora los efectos del programa en los usuarios un tiempo después de la realización.
- El impacto: efectos de programa que no estaban previstos.

## 6. CONCLUSIONES

En el trabajo se ha querido reflejar la importancia de abordar la educación emocional desde las primeras etapas del ciclo vital y que debe ser desarrollada a lo largo de toda la vida, para prevenir conductas disruptivas y violentas. Como ya he resaltado, el acoso escolar ha existido desde siempre, sin embargo, los estudios son relativamente recientes, en España los primeros estudios se sitúan en los años noventa, casi paralelo al surgimiento del título de Educación Social, que surgió como respuesta a las nuevas necesidades sociales existentes, como puede ser el acoso escolar.

Según Bisquerra (2014) hay diferentes motivos por los que se produce el acoso o el rechazo, si las agresiones giran alrededor de la víctima, hablaremos de bullying racista, si se produce por su orientación sexual, bullying homófobo, y cuando el maltrato gira en torno a la sexualización de la víctima hablaremos de bullying o acoso sexual. El educador social es un agente de sensibilización sobre el respeto, la tolerancia y la educación en valores y muchas de estas agresiones no solo se producen en el entorno escolar, aunque surgen en él por ello es importante abordar el tema desde un enfoque global y desde un contexto no formal con la familia y la escuela ya que son los principales agentes de socialización.

A lo largo de todo el proceso de búsqueda de información he encontrado muchas investigaciones sobre la Educación Emocional por lo que me ha resultado un reto sintetizar toda la información, sin embargo, creo que he conseguido llegar al objetivo del que partía el trabajo que es crear una intervención desde la educación emocional que previniera situaciones de acoso y rechazo mejorando la competencia social.

Por último, quiero destacar la importancia de este tipo de programas y el impacto que tienen. Actualmente encontramos múltiples estudios que relacionan la inteligencia emocional con el acoso escolar como método preventivo. La educación emocional se desarrolla a lo largo de toda la vida lo que permite desarrollar competencias emocionales, como la empatía o la autoestima. De acuerdo con Muñoz-Prieto (2017) los niños que son capaces de gestionar sus emociones y reconocer las de los demás, y canalizar sus frustraciones, serán mas competentes a la hora de enfrentarse a situaciones de maltrato.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agulló, M.J., Filella, G., García Navarro, E., López Cassà, E., Bisquerra, R. (2010). *La educación emocional en la práctica*. Barcelona: Horsori Editorial.
- Álvarez González, M, Bisquerra, R., Filella, G., Fita, E. y Pérez, N. (2011). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Bizkaia: Wolters Kluwer.
- Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., Pérez, N. (2000). Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, Vol. 18 (2), 587-599. Recuperado de: <http://revistas.um.es/rie/>
- ASEDES (2007). Documentos profesionalizadores. Barcelona: ASEDES
- Avilés, J.M. (2015). *Proyecto antibullying. Prevención del bullying y el cyberbullying en la comunidad educativa*. Madrid: CEPE.
- Avilés, J.M.; Irurtia, M.J.; García-López, L.J.; Caballo, V. (2011). El maltrato entre iguales: “Bullying”. *Psicología Conductual*, 19(1), 57-90. Recuperado de: <http://behavioralpsycho.com/>
- Bisquerra, R. (2002). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclee.
- Bisquerra, R. (2014). *Prevención del acoso escolar con educación emocional*. Bilbao: Desclée.
- Bisquerra, R. (2016). *10 ideas clave. Educación emocional*. Barcelona: Graó
- Bisquerra, R. (s.f.). *Un modelo de competencias emocionales*. Recuperado de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/competencia-social/81-competencias-emocionales/102-un-modelo-competencias-emocionales.html>

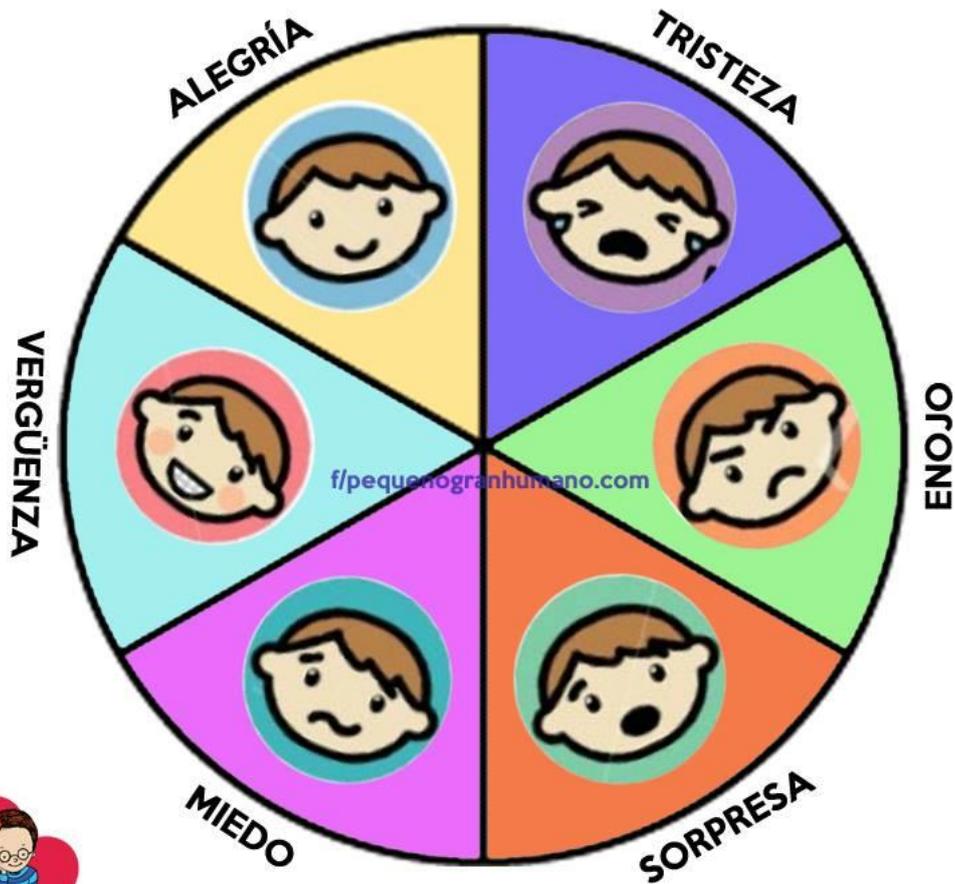
- Bisquerra, R. (s.f.). *Inteligencia emocional según el modelo de Salovey Y Mayer*. Recuperado de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>
- Bisquerra, R; Pérez, J.C; García, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.
- Bullying sin fronteras (2018). *Informe del observatorio para España de Bullying Sin Fronteras*. Recuperado de: <https://goo.gl/QDLyZs>
- Delgado, A. (2017). *El español*. Recuperado de: [https://www.lespanol.com/espana/sociedad/20170427/211728988\\_0.html](https://www.lespanol.com/espana/sociedad/20170427/211728988_0.html)
- Fernández Berrocal, P.; Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93
- García Bacete, F. J., Equipo, G.R.E.I., Ferrá Coll, P., Jiménez Lagares, I., Marande Perrín, G., Martín Antón, L. J., ... Sureda García, I. (2014). *El rechazo entre iguales en su contexto interpersonal. Una investigación con niños y niñas de primer ciclo de primaria*. Castellón: Fundación Dávalos-Fletcher.
- García, A.; Fernández, A.; Aboy, I.; Naval, L.; Pérez, A.; Batres, C. (2009). *Acoso escolar. Prevención, intervención, responsabilidades legales, protocolos de actuación para afectados, familias y centros escolares*. Editorial Educando.
- Gardner, H (2016). *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- González Barrón, R. y Villanueva, L. (2014). *Recursos para educar en emociones. De la teoría a la acción*. Madrid: Pirámide.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. BOE, nº295, del 10 de diciembre.
- Llenas, A (2016). *Cuentos para crecer*. Recuperado de: <https://cuentosparacrecer.org/blog/el-monstruo-de-colores-actividades-y-materiales/>

- Menacho, S. (2013). El Educador Social y la escuela. Justificación de la necesidad de la Educación Social en la escuela. *RES Revista de Educación Social*, 16.
- Monité (2017). *Perfiles de los participantes en las agresiones*. Recuperado de: <https://monite.org/perfiles-de-los-participantes-en-las-agresiones/> )
- Monjas, M<sup>a</sup>.I. (2016). *Estrategias de prevención del acoso escolar*. Universidad de Valladolid.
- Moyano, S. (2012). *Acción educativa y funciones de los educadores sociales*. Barcelona: Editorial UOC
- Muñoz-Prieto, M.M. (2017). Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar. *E.A. Escuela abierta*, 20, 35-46.
- Orientación Andújar (2017). *Regulación emocional*. Recuperado de: <https://www.orientacionandujar.es/2017/04/14/regulacion-emocional-semaforo-las-emociones/>
- Prada, M<sup>a</sup>.L., Príncipe, M<sup>a</sup>.T. (2016). *Educación social y emocional. Emociónate con Coco*. Madris: La Muralla.
- Quintana, J.M. (1994). *Educación Social. Antología de textos clásicos*. Madrid: Narcea Ediciones.
- Real Academia Española (s.f.). *Definición de acoso y rechazo*. Recuperado de: <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=0ZpEHg5>
- Rodríguez Espinar, S. (Coord.), Álvarez González, M., Bisquerra, R. y Marín, M.A. (1993). *Teoría y práctica de la orientación educativa*. Barcelona: PPU.
- Stufflebeam, D.L., y Shinkfield, A.J. (1987). *Evaluación sistemática*. Madrid: MEC-Paidós.
- Zaccagnini, J.L., Yus, R., Ruíz, D., López Sánchez, F., Fernández-Berrocal, P., Etxebarria, I., Acosta, A., Bisquerra, R., Arribas, J.M. (2008). *Educación emocional y convivencia en el aula*. Ministerio de Educación, Política Social y Deporte: EGRAF.

## 8. ANEXOS

Anexo 1

### RUEDA DE EMOCIONES



f/pequenogranhumano.com

Anexo 2:
----------

Actividad 1: la educadora con anterioridad habrá colocado una cinta métrica en la pared de manera que los niños puedan medirse. Se tendrán que medir:

- Del dedo meñique al dedo pulgar
- Con la palma extendida y los dedos juntos, medir la longitud desde la punta de los dedos hasta el final del codo.
- Con los brazos estirados hacia los lados, medir desde la punta del dedo de una mano hasta la otra.

Actividad 2: se llenará una jarra graduada de un litro con agua, el niño o niña deberá beber agua sin parar hasta que se sienta totalmente lleno. Después medirá cuanta agua ha podido beber de una vez.

Actividad 3: se medirá la velocidad lectora que cada niño o niña logra en un minuto. Para ello se facilitarán varios textos en renglones de 10 palabras cada uno. Cada niño o niña deberá leer un texto a velocidad normal y otro compañero/a deberá cronometrar el tiempo. Se señalará la última palabra leída y se contará el número de palabras

Actividad 4: se medirá el tiempo que cada uno aguanta sin respirar. El que mide el tiempo lo hará con un cronómetro.

Actividad 5: medir las distancias del rostro de cada niño.

- Del centro de los ojos a la punta de la nariz
- Del centro de los ojos hasta la parte inferior de los labios.
- De la cara. Desde la frente a la barbilla
- De la boca cerrada de lado a lado

### Anexo 3

- Realmente quedé sorprendido cuando comprobé que era capaz de\_\_\_\_\_
- Descubrí que\_\_\_\_\_
- Me sentí un poco decepcionado por\_\_\_\_\_
- Si me comparo con mis compañeros\_\_\_\_\_
- Sé que puedo mejorar en\_\_\_\_\_
- Pienso que los resultados que hoy obtuve se debieron a \_\_\_\_\_
- Me gustó saber que\_\_\_\_\_
- Soy mejor para unas cosas que para otras, por ejemplo\_\_\_\_\_

### Anexo 4

1. En el colegio hay una chica que te parece “un poco rara”. Normalmente va bastante por libre, es discreta y más bien callada. Últimamente hay un grupito de amigas y amigos tuyos que han empezado a meterse con ella y solo le encuentran defectos. A menudo la insultan, le gastan bromas y la excluyen de los juegos. Alguna vez tu también te has reído de esas bromas, pero hoy has visto a la chica llorando. Ahora piensas que no es justo maltratar a alguien solo para pasar el rato o porque no cae bien a algunos de la clase. ¿Qué piensas que podrías hacer para resolver la situación?
2. Cuando llegas a casa te gusta jugar y ver la tele y, normalmente, dejas los deberes para después. Últimamente no te queda bastante tiempo y tienes que hacer los deberes con prisas. Tus padres empiezan a estar enfadados con tu comportamiento. Hoy tienes un juego nuevo y te hace mucha ilusión estrenarlo, pero tus padres te dicen que primero debes hacer los deberes y después tendrás que ayudarles. A ti te parece injusto que tus padres no entiendan la ilusión que te hace el juego, pero también entiendes que estén un poco enfadados. ¿Cómo crees que lo podrías solucionar?