



---

**Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL.

MÁSTER UNIVERSITARIO EN PSICOPEDAGOGÍA.

TRABAJO FIN DE MÁSTER.

LA GESTIÓN DE EMOCIONES EN MENORES INFRACTORES:  
UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA.

Autora:

Raquel Dufourg Prior.

Tutora:

Dra. Cristina González Lorente.

2020-2021

## **RESUMEN.**

La adolescencia es una etapa del desarrollo compleja debido a la serie de cambios que se experimenta, por ende, las emociones constan de un papel muy relevante en este proceso. En el caso de los menores infractores, el trabajo de las emociones requiere de mayor relevancia, ya que presentan una baja Inteligencia Emocional.

Por tanto, en el presente trabajo se podrá conocer el diseño de una propuesta de intervención para trabajar la gestión de emociones en los menores infractores y en sus familiares o tutores legales, ya que, estos últimos, suponen un agente influyente en el aprendizaje de estos individuos por lo que se ha considerado importante trabajar con ellos también, por consiguiente, se enfocará al grupo, individuo y familia.

**Palabras claves:** Adolescencia, Menores Infractores, Familia, Gestión de emociones, Inteligencia Emocional, Educación Emocional.

## **ABSTRACT.**

Adolescence is a very complicated stage of development due to the number of changes that are experienced, for that reason, emotions play a very relevant role in this evolutionary process. In the case of juvenile offenders, the work on emotions requires greater relevance, because they have a low Emotional Intelligence.

Therefore, in this paper we will be able to know the design of an intervention proposal designed to work on the management of emotions in juvenile offenders and their relatives or legal guardians, who are an influential agent in the learning of these adolescences, so it has been considered important to work with them as well, so the intervention will focus on three contents areas: the group, individual and family.

**Key words:** Adolescence, Juvenile offenders, Family, Emotional management, Emotional Intelligence, Emotional Education.



# ÍNDICE.

<b>ÍNDICE.</b> .....	<b>3</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>5</b>
<b>JUSTIFICACIÓN</b> .....	<b>5</b>
<b>RELACIÓN DEL TFM CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO.</b> .....	<b>6</b>
<b>OBJETIVOS.</b> .....	<b>7</b>
<b>MARCO TEÓRICO.</b> .....	<b>7</b>
<b>1. Adolescencia y las distintas dificultades a lo largo de esta etapa</b> .....	<b>7</b>
<b>2. Menores infractores.</b> .....	<b>8</b>
2.1. Factores de riesgo.....	10
2.3. Perfil y características.....	14
<b>3. Inteligencia emocional.</b> .....	<b>15</b>
3.1. Competencias socio-emocionales.....	17
3.2. Educación emocional.....	18
3.3. Gestión de las competencias socio-emocionales en menores infractores.....	19
3.4. Dificultades en la gestión y dominio en menores infractores.....	20
<b>4. Antecedentes de proyectos educativos.</b> .....	<b>22</b>
<b>PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.</b> .....	<b>26</b>
<b>1. Introducción.</b> .....	<b>26</b>
<b>2. Objetivos</b> .....	<b>26</b>
<b>3. Metodología</b> .....	<b>27</b>
<b>4. Participantes/Destinatarios.</b> .....	<b>28</b>
<b>5. Actividades</b> .....	<b>28</b>
SEMANA 1.....	28
SEMANA 2.....	34
SEMANA 3.....	41
SEMANA 4.....	50
SEMANA 5.....	57
<b>6. Temporalización.</b> .....	<b>61</b>
<b>7. Evaluación y resultados esperados</b> .....	<b>70</b>
<b>CONCLUSIONES.</b> .....	<b>71</b>
<b>LIMITACIONES Y PROSPECTIVAS.</b> .....	<b>72</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.</b> .....	<b>75</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>81</b>



## **INTRODUCCIÓN.**

El tema principal a partir del cual se desarrolla este trabajo son las dificultades que presentan los menores infractores en la gestión de sus emociones, para ello, se comienza el presente documento con el marco teórico que se inicia explicando la etapa del desarrollo en la que se encuentra el colectivo: La Adolescencia, siendo esta una fase caracterizada por el salto de la niñez a la adultez, lo que conlleva una serie de cambios que afectarán al individuo en todos los sentidos. El siguiente capítulo se enfoca en los Menores Infractores, en este punto se conocerá cuáles son las características en común de estos jóvenes y se delimitarán los factores de riesgo, entre los cuales se destacará el papel de la familia como un agente de gran influencia en el desarrollo de las conductas de estos chicos.

Tras contextualizar la situación del colectivo con el que se trabaja, se procede a explicar qué es la Inteligencia Emocional y cuáles son las competencias que la componen, enfocando el trabajo en la regulación emocional, ya que es considerada una habilidad a partir de la cual se pueden evitar muchos conflictos al saber gestionar las propias emociones. En el mismo capítulo, además, se explicarán cuáles son las dificultades que presentan los menores en lo que se refiere a la gestión de emociones, evidenciando de esta manera la importancia que posee la educación emocional en estos adolescentes. Finalmente, se concluiría la primera parte con una reflexión crítica de otros proyectos educativos enfocados al mismo colectivo, en este último capítulo se estudiarán las fortalezas y debilidades de estos proyectos con el fin de orientar el trabajo a la propuesta de intervención, que forma parte de la parte práctica.

## **JUSTIFICACIÓN.**

En la actualidad social hay una gran necesidad emocional, ya que la gran parte de la población de hoy carece de las competencias básicas para controlar y comprender sus emociones, lo que da lugar a la delincuencia o a los comportamientos de riesgo originados, simplemente, por un descontrol emocional. A partir de esta necesidad surge la Educación Emocional como solución educativa, a través de la cual se pretende ayudar a los individuos a comprender sus estados anímicos, a ser más asertivos y poseer un mayor control sobre sus emociones en las situaciones más complicadas de la vida cotidiana (Bisquerra, 2003). Una de las etapas en la cual la Educación Emocional tiene más relevancia es en la adolescencia, ya que se trata de una de las fases más difíciles del desarrollo humano, pues el individuo se enfrenta a muchos cambios con

gran carga emocional. Por lo general, el adolescente atraviesa una época en la cual le toca responsabilizarse de nuevas obligaciones, mientras se sumerge en la búsqueda de su propia identidad, creando así su personalidad y desarrollando una serie de aptitudes que le encaminan a la vida adulta (UNICEF, 2002).

Durante el desarrollo afectivo de los adolescentes, estos deberían adquirir la capacidad de gestión de emociones fuertes, autocontrol, comprensión de los estados anímicos, saber diferenciar las emociones de los hechos con el fin de no argumentarse en base a los sentimientos, etc (Bauzá y Fernández Bennassar, 2009). Sin embargo, este proceso de aprendizaje no se desarrolla de manera solitaria, pues durante este periodo el adolescente precisa de la ayuda de los adultos para una evolución emocional adecuada, de este modo, se estará educando a los menores para que sean unos adultos capaces de desenvolverse eficazmente en toda clase de circunstancias (Bauzá y Fernández Bennassar, 2009). En cambio, descuidar este tipo de procesos puede dar lugar al desarrollo de conductas infractoras originadas por la distorsión de autoconcepto, la violencia, impulsividad, mala gestión de las situaciones de reactividad emocional, tendencia a aislarse, escasez de empatía y sociabilidad, desconfianza, etc. (Galván Moya y Durán Palacio, 2019).

En lo que respecta a los menores infractores son adolescentes que han desarrollado estas tendencias delictivas debido a una serie de influencias externas, experiencias socio personales y lagunas del desarrollo socioemocional que se dan durante la niñez y la adolescencia, el no trabajar en la Educación Emocional con este tipo de colectivos puede dar lugar a que los menores asuman este tipo de conductas violentas como propias de su identidad (Pérez Sotomayor, 2017). Por esta razón se desarrolla el presente trabajo, dada la necesidad de intervención socioafectiva que presentan los menores, se plantea esta propuesta de intervención con el fin de ayudar a estos adolescentes en el desarrollo de habilidades prosociales que puedan sustituir por las conductas de carácter agresivo, ganando de este modo en bienestar y salud.

## **RELACIÓN DEL TFM CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO.**

- A través del presente trabajo se pretende ayudar a los menores infractores y familiares en las necesidades educativas que presentan mediante el acompañamiento y asesoramiento.

- Mediante la propuesta de intervención se pretende dar solución a esas dificultades en la gestión emocional y evitar la aparición de otros mediante el trabajo cooperativo con familiares.
- En los contenidos del documento se puede encontrar documentación dirigida a la gestión de los desequilibrios sociales, familiares e individuales.

## **OBJETIVOS.**

- Revisión bibliográfica y análisis de los distintos problemas de conducta del colectivo de menores infractores.
- Analizar los distintos problemas de conducta de los destinatarios.
- Revisar los distintos métodos y proyectos desarrollados para trabajar la gestión de emociones con este colectivo.
- Diseñar una propuesta de intervención práctica con el colectivo de menores infractores para trabajar la gestión de emociones.

## **MARCO TEÓRICO.**

### **1. Adolescencia y las distintas dificultades a lo largo de esta etapa.**

Entre la niñez y la adultez existe una etapa que la Organización Mundial de la Salud (en adelante OMS) localiza entre los 10 y 19 años, caracterizada por una serie de cambios tanto a nivel biológico y fisiológico como psicológico y social, esta parte del desarrollo se denomina adolescencia o pubertad. Estas transformaciones típicas son necesarias para alcanzar una adaptación a nivel orgánico como una independencia psicológica y social (Pineda Pérez y Aliño Santiago, 2002).

A nivel biológico, el cuerpo transcurre por una serie de modificaciones como el acné, la salida de vello o cambios en la voz, que dan comienzo a un proceso de aceptación, identificación y exaltación de un género; femenino o masculino (Moreno, 2015). Por otro lado, en lo que se refiere al nivel cognitivo se comienza a desarrollar el pensamiento formal, pasando de un raciocinio abstracto y conceptual a un pensamiento más realista, en el cual los temas existenciales comienzan a adquirir una mayor relevancia, el adolescente comienza a ser consciente de su propia realidad y la del resto de personas que le rodean (Gaete, 2015).



En cuanto a la moral, la adolescencia se localiza en un estadio postconvencional caracterizado por la aceptación a uno mismo en base a unos principios, se abandona una niñez, basada en acatar normas y un control de la conducta por parte de los adultos, para en esta nueva etapa comenzar la asunción de una ética universal (Pedreira Massa, Martín Álvarez, 2000). En igual forma a nivel psicosocial comienza haber una serie de cambios entre los cuales destaca el egocentrismo, el individuo está muy pendiente de su propia conducta y aspecto, creando de esta forma valoraciones sobre sí mismo siendo al mismo tiempo la fuente de sus preocupaciones. En lo que se refiere al marco psicológico, se caracteriza por un periodo de muchas alteraciones anímicas debido a su tendencia a la exageración y la carencia de sus impulsos, ya que precisa de resultados inmediatos. A nivel social se aleja de su familia en busca de su propia autonomía, dando más importancia a las amistades por encima de sus padres (Gaete, 2015).

En lo que concierne al desarrollo de la identidad, se trata de un proceso que se desarrolla a lo largo de la vida y comienza a partir de los primeros auto reconocimientos de uno mismo, viene a ser la suma integral del autoconocimiento, de la percepción que tenemos de nuestro propio mundo –entendido este como un todo que incluye tanto el conocimiento pasado como las experiencias actuales y las metas que nos hemos planteado–. De ello resultará una comprensión holística de uno mismo. Para el adolescente el desarrollo de una identidad es un procedimiento de gran relevancia, cuya evolución está muy influenciada por el exterior, ya que las relaciones y vínculos que va formando en esta etapa representarán el prototipo de persona con la cual se siente identificado, por ende, la aceptación o ausencia de este le comunicará al adolescente quién es (Larraín y Arrieta, 2010).

## **2. Menores infractores.**

Tal y como se indica en el IV Convenio colectivo estatal de reforma juvenil y protección de menores publicado en el Boletín Oficial del Estado,, en todo lo que se refiere al convenio de reforma juvenil y protección de menores, todas las actuaciones y medidas tomadas en consideración se llevarán a cabo con el fin de prevenir, detener y arreglar cualquier situación de riesgo, en las cuales el menor se vea perjudicado tanto en su desarrollo como en su bienestar. Por ende, se precisaría una intervención en aquellos en los cuales el individuo esté en una situación de desamparo, en consecuencia, se

desarrollarás las distintas actuaciones pertinentes, procurando siempre mantener al menor dentro del marco familiar, con el objetivo de disminuir las dificultades que le perjudican y prevenir su desamparo y exclusión social sin separarle de la familia. En cambio, el individuo será separado de sus parientes, siempre y cuando, la gravedad de la situación lo indique, en este caso, la tutela del menor pasaría al órgano competente con el fin de proporcionarle las medidas de protección convenientes. Entre los servicios competentes encontramos los siguientes: Centros de internamiento de régimen cerrado, semiabierto o abierto, centros de internamiento terapéutico de menores infractores, centros de día, etc. En cuanto a programas de interés para estos casos tendríamos proyectos de formación a familias adoptantes y de postadopción, puntos de encuentro familiar, centros de atención especializada en menores y familias, etc (BOE, 2021).

En lo que respecta a la responsabilidad penal del menor en España, según la Ley Orgánica 8/2006 del 4 de Diciembre, en cuanto a las medidas de internamiento, por ley general se estipula un tiempo máximo de 3 años a los menores de 14 y 15 años, 6 años para aquellos que se encuentren entre los 16 y 17 años, después todos estarán en libertad vigilada durante 5 años. En cambio, estas duraciones varían en el caso de los delitos de homicidio, asesinato, violencia sexual o terrorismo, en estas situaciones los menores de 15 años estarán internados 5 años, mientras en el caso de los menores de 16 y 17 años su internamiento durará 8 años, complementándolo en ambas ocasiones con una libertad vigilada de duración entre los 3-5 años. Sin embargo, en lo que respecta a los menores de 16 y 17 años, sus penas de internamiento se pueden ver modificadas una vez hayan cumplido con la mitad de esta. En cuanto a los menores de 18 años, estarán obligados a internarse en centros penitenciarios. Además, el Juez tendrá la libertad de dictar la cantidad de medidas que considere independientemente del caso, lo único que no se permitiría sería aplicar en el mismo dictamen más de una medida del mismo tipo (González Aguilera, 2020).

En base a la Ley orgánica 8/2006, de 4 de diciembre, por la que se modifica la Ley orgánica 5/2000, de 12 de enero, reguladora de la responsabilidad penal de los menores, a modo de consecuencia de los delitos cometidos por menores infractores, las medidas que pueden dictar los Jueces pueden ser las siguientes (BOE, 2006):

- Internamiento en régimen cerrado.
- Internamiento semiabierto.
- Internamiento abierto.

- Internamiento terapéutico en régimen cerrado, semiabierto o abierto. En estos centros se llevará a cabo una atención educativa específica o tratamientos dirigidos a las personas que presentan enfermedades de carácter mental, alteraciones psíquicas, dependencia a tóxico o alteración de la percepción.
- Tratamiento ambulatorio.
- Centro de día.
- Permanencia de fin de semana.
- Libertad vigilada.

En lo que respecta al Boletín Oficial de la Comunidad Autónoma de Castilla y León, en el Decreto 63/2011, de 27 de octubre por el que se regula la intervención administrativa y la organización y funcionamiento de los servicios y centros específicos destinados a menores infractores, se menciona una serie de orientaciones enfocadas a la intervención con menores infractores. En primera instancia, la actuación a realizar en función de las medidas exigidas por los Juzgados de Menores tendrán como objetivo el desarrollo integral y la inserción social y familiar del individuo. Se animará a los familiares, tutores o representantes legales a participar en el proceso con el fin de que vayan conociendo sus obligaciones en la educación del menor, este cometido se llevará a cabo siempre con el consentimiento del menor. A su vez, se promoverá su colaboración en aquellas instituciones y entidades en las cuales se dediquen a la intervención del sujeto. Toda implicación será organizada a partir de un programa individual de intervención, que será el medio técnico a través del cual quedarán revelados todos los participantes de la intervención, tanto su colaboración como compromisos asumidos. A modo de última orientación, la actuación podrá contemplar otras mediaciones dirigidas a la familia, siempre que estos lo consientan (BOCyL, 2011).

### **2.1. Factores de riesgo.**

La adolescencia es una de las etapas claves en el desarrollo de cualquier individuo, por tanto las influencias a lo largo de este período serán las que delimiten la actitud, comportamiento e identidad de la persona. Por esta razón, en esta fase del desarrollo se puede comenzar a presentar y a conservar un comportamiento antisocial determinado por una serie de conductas de riesgo afincadas tanto dentro como fuera de la ley, dando pie al comienzo de una trayectoria delictiva. Debido a esto, se considera primordial prevenir a través de distintas dinámicas estos comportamientos delictivos antes de que traspasen a la

vida adulta, de esta forma interrumpir una posible trayectoria delictiva. En tal sentido, con el fin de poder prevenir este tipo de conductas es necesario delimitar los distintos factores de riesgo, percibiendo este concepto como aquellas variables que aumentan la posibilidad de manifestación de estos comportamientos antisociales (Vilariño, Amado y Alvez, 2013).

Yurrebaso Macho, Picado Valverde y Orgaz Baz (2021) expone el modelo de triple riesgo delictivo con el fin de delimitar algunas de estas variables, en este se añade una estructura global sobre la delincuencia, en el cual se rechaza la presencia de un único factor, ya que considera que existen varios antecedentes que interactúan y se complementan entre sí. En primer lugar, a nivel personal, se trataría de aquellas características que dificultan el desarrollo natural del menor y su socialización, además de otras peculiaridades como la inteligencia, el autocontrol o la capacidad de comunicación. Por otro lado, el apoyo social es considerado fundamental, ya que los individuos que carecen de este o cuyo apoyo es insuficiente se ven más influenciados por la participación en distintas actuaciones criminales. A su vez, si el entorno ofrece oportunidades para desarrollar acciones delictivas o para verse envueltos en cualquier situación o estímulo de este tipo aumentará la probabilidad de delinquir, siendo a su vez previsible que la participación en esta clase de ocupaciones traiga consigo otras relacionadas. Por último, otro antecedente a estas conductas puede ser la motivación del sujeto a cometer estos delitos, ósea se la predisposición de la persona incitada por sus creencias, afectos o actitudes que se acercan a este tipo de metas punibles.

Mampaso Desbrow, Pérez Fernández, Corbí Gran, González Lozano y Bernabé Cárdbaba (2014) destacan el papel de las familias entre los factores de riesgo, ya que la influencia que posee esta sobre sus hijos pueden incitar esos comportamientos antisociales. Considerando el apoyo que, por norma general, reciben los más jóvenes por parte de sus familiares acompañado por una buena actitud, contribuye directamente en el desarrollo de las herramientas apropiadas para el desarrollo de comportamientos adaptativos en la sociedad. Sin embargo, esto cambia cuando se tratan de familias desestructuradas, numerosas o en las que reina una inestabilidad educativa, en este tipo de casos se tiende a incitar a lo menores a la delincuencia e incluso a reiterar estos actos debido al escaso o

nulo apoyo que reciben por parte de sus familiares referentes. Además, es muy común hoy en día la poca disponibilidad que tienen los padres para criar a sus hijos debido a circunstancias laborales, muchas veces la combinación del trabajo con la de la paternidad viene siendo complicada, por tanto, teniendo en cuenta a la familia como un elemento de protección y apoyo, cuya influencia educativa sobre los más jóvenes es inevitable y eficaz, cuando este es deficiente o está ausente, los adolescentes tienden a buscar ese apoyo en otras amistades.

En lo que se refiere a los grupos de iguales, se trata del colectivo en el cual el menor entabla amistades y competencias, donde dan su opinión sobre muchos temas de la vida cotidiana, florecen y muestran ciertas posturas y forjan una identidad. A su vez, estas amistades suponen un punto de referencia en la toma de decisiones, ya que las experiencias de sus compañeros del grupo les sirven de orientación a la hora de decidir. Por tanto, la conducta de los jóvenes viene influenciada por las amistades, ya que estos representan una fuente de apoyo e identificación (Moral Jiménez, 2004).

Valero Moza (2016) comenta que la relevancia de las amistades en esta etapa se debe al distanciamiento que comienza a existir con los padres, ya que el adolescente comienza a presentar rivalidad y autosuficiencia hacia su familia. De aquí surgen los lazos tan estrechos con sus iguales, pues sirven de amparo ante la separación de sus familiares, es con sus amistades con quienes sienten que pueden compartir sus pensamientos porque ellos están pasando por situaciones similares.

La conexión entre el menor y sus amistades se vuelve más fuerte a medida que se van alejando más de sus parientes, debido a la búsqueda de la identidad peculiar en esta etapa del desarrollo el grupo crea una identificación en común. Por ende, se difunden valores fundamentales como perjudiciales, siendo el comportamiento antisocial uno de los rasgos más predominantes (Valero Maza, 2016). Linares Insa y Benedito Monleón (2007) explican que entre los menores infractores comparten la misma confusión, rechazo, complicaciones con los padres, dificultades en el colegio o en la sociedad, todos estos puntos en común derivan en esa angustia, ansiedad y discordancia constante, ya que entre ellos comparten ese disgusto hacia el mundo que les rodea.

Por todo aquello que mantienen en común los menores sienten el apuro por formar parte de un grupo, la escasa autoestima puede transformar a los miembros del grupo en unos componentes de presión, que les anime a cometer todo tipo de infracciones o actos vandálicos (Valero Moza, 2016).

En cuanto a la consumición de tóxicos y los menores infractores existen una serie de coincidencias entre ambos parámetros, en los cuales se deduce que la adquisición de drogas es un factor de riesgo en este colectivo. En primer lugar, Contreras Martínez, Molina Banqueri y Cano Lozano (2011) hablan de un auge semejante entre la ingesta de tóxicos y los hábitos antisociales. En segundo lugar, Cano Figueroa y Carreño Rivero (2012) constatan que este aumento ha influenciado especialmente a la adolescencia y juventud, además según Contreras Martínez y Molina Banqueri (2011) explican que la mayoría de jóvenes infractores han iniciado su consumo anticipadamente. Por último, la ingesta de drogas es considerada como una de las prácticas que se incluyen dentro del grupo de actividades delictivas, ya que son consideradas sustancias ilegales y que van en contra de la normativa y legislación vigente (Cano Figueroa y Carreño Rivero, 2012).

En lo que respecta a la influencia de los centros educativos sobre los destinatarios del presente proyecto, Gámiz Ruiz, Ibáñez Ortiz, Rodríguez Aznar y Espigares Escudero (2014) delimitan el colegio o instituto como ese contexto en el cual el menor se socializa independiente apartado de su familia o tutores legales, por tanto, este se tiene que acondicionar al sistema legal propio de la sociedad, por ende, esto conduce a una serie de contratiempos típicos en el período escolar que son el absentismo y fracaso escolar.

Centrándonos en el término de “fracaso escolar”, López Roca, Fernández Hawylak, Soldevila Pérez y Muntaner Guasp (2020) aclaran que el notoriedad escolar sólo está ligado a una serie de notas que los estudiantes sacan en los exámenes, sin embargo, esta valoración numérica es la cual clasifica a los alumnos, sin prestar la mínima atención al contexto personal que envuelve al individuo. En lo que a esto respecta, en la escuela los menores infractores tienden a ser calificados con adjetivos humillantes o despectivos, lo que conduce al individuo a la asimilación de un constante fracaso, se siente excluido del propio sistema a causa de este repudio por parte de los colegios, convirtiéndose

todas las etiquetas en algo que el propio menor asimila como personal que tiene como consecuencia una serie de conductas inadaptadas ocasionadas por la propia sociedad.

### **2.3. Perfil y características.**

Para conocer las características más comunes de los menores infractores, es necesario delimitar el término de conducta antisocial, ya que se trata de una de las principales particularidades de este colectivo. Los individuos que presentan este tipo de conductas se identifican por presentar un comportamiento agresivo y vandálico habitual, además de infringir las normas frecuentemente, tratándose por tanto de hechos que exigen un procedimiento psicológico, jurídico y psiquiátrico. Sin embargo, este concepto tiende a hacer alusión a una serie de conductas sin definir, por tanto, para que un comportamiento sea considerado como antisocial habría que tener en consideración la gravedad de los actos y el distanciamiento de éste con la normativa social. En cambio, el factor referente a este tipo de actuaciones es el contexto sociocultural donde se desarrollaron los hechos (Peña Fernández y Graña Gómez, 2005).

Por otro lado, es interesante comentar que existen una serie de factores que relacionan estas conductas antisociales con la delincuencia, entre ellas serían las siguientes: Cociente intelectual bajo, consumición de narcóticos, propensión genética, componentes neurológicos y biológicos, vínculos con amistades desviadas, perteneciente a una familia desestructurada, etc. A su vez, es importante destacar un componente psicosocial que se recalca bastante; la familia, ya que esta es considerada como un representante social muy influyente en los menores, a través de esta se desarrollan una serie de vivencias y aprendizajes que resultan de gran importancia en la constitución de la conducta futura de los adolescentes (Torrente Hernández y Rodríguez González, 2004).

Considerando a la familia como el contexto a partir del cual el menor adquiere todos los recursos y herramientas que le permiten afrontar los diversos cambios evolutivos típicos de la adolescencia, siendo el apoyo social de los padres el mediador más relevante. Por esta razón, en la familia se encuentra una serie de componentes comunes entre todos los menores que presentan conductas delictivas, entre los distintos factores destacan la estructura familiar (monoparental, numerosas o desestructuradas), un nivel socioeconómico bajo,

antecedentes de parientes con comportamientos delictivos o antisociales, poca unión entre los miembros de la familia, una disciplina represiva, etc. Por otra parte, otros autores consideran este apoyo social como un mediador entre el estrés y el desajuste social, considerando al primero como una influencia negativa en la adaptación del menor, por ende, la naturaleza de las relaciones del adolescente con sus parientes serán los que desarrollen la representación de este sobre sí mismo y sus vinculaciones con los demás (Jiménez Gutiérrez, Musitu Ochoa y Murgui Pérez, 2005).

Otro factor social interesante a destacar sería la educación, la base principal de nuestra sociedad, el rasgo en común entre todas las personas del mundo, la escuela como uno de los primeros sustentos a través de los cuales creamos nuestra identidad y personalidad, siendo esta el espejo de la adultez, institución a través de la cual se distingue lo que está bien de lo que no por medio de asignaturas como la ética. Sin embargo, existen muchos niños o adolescentes que presentan dificultades para acceder a esta y completar la educación básica, lo que deriva en conflictos futuros a la hora de buscar trabajo, la escasez de conocimientos e ideas propias les convierten en unos seres muy influenciados por el exterior. Por tanto, una educación escasa es considerada como otra peculiaridad más entre los menores infractores, muchos de ellos cometen distintos delitos, simplemente, con el fin de sobrevivir a una sociedad en la cual sin una educación básica es difícil salir adelante (Romero Batista, 2020).

### **3. Inteligencia emocional.**

Para definir Inteligencia emocional se puede acudir a nombrar las capacidades y habilidades que caracterizan a este concepto, un individuo con inteligencia emocional (I.E en adelante) presenta las siguientes aptitudes: disposición a sentir emociones negativas y positivas, talento para controlar y manifestar las emociones, meditar sobre estas sin contenerse ni extremarlas, aptitud en la dominación y gestión de las propias, y, por último, capacidad de guiar y gestionar las de otros (Limonero García, Cascuberta Sevilla, Álvarez Moleiro, Rovira Faixa y Sanz Ruiz, 2019).



Por otro lado, Salovey y Mayer (1990) hacen mención a las emociones básicas, como aquellas sensaciones más primitivas de las personas, todas estas vienen con un propósito con el fin de sobrevivir:

- Miedo; su meta es proteger y atender.
- Afecto; su propósito es la conexión.
- Tristeza; cuyo fin es el distanciamiento.
- Enfado; su destino es auxiliar.
- Alegría; siendo esta la base de la existencia humana.

Ser una persona emocionalmente inteligente tiene también una serie de ventajas, por ejemplo en lo que a la adolescencia se refiere presenta muchos beneficios que demuestran la importancia que tiene ser habilidoso emocionalmente, los beneficios de la I.E. en la adolescencia son los siguientes (Extremera Pacheco y Fernández-Berrocal, 2013):

- Beneficios en la salud física y mental. Tener un amplio repertorio de técnicas para solucionar problemas de forma positiva y eficaz, presenta una reducción de sintomatología física, una disminución de los niveles de ansiedad, desánimo, tensión social, etc.
- Conductas de riesgo. La buena aptitud en la gestión de emociones y en su afrontamiento demuestra que estos adolescentes poseen un mejor ajuste psicológico que les ayuda a sobrellevar de forma adaptativa el día a día. Sin embargo, la baja I.E. tiende a provocar en la adolescencia una constante búsqueda de sensaciones, lo que suele derivar en el consumo de tóxicos.
- Relaciones sociales. Siendo este uno de los mayores temas de interés en los adolescentes, ya que se trata de una etapa en la cual desean establecer y mantener buenas amistades, aquellos con mayor I.E., al poseer una buena capacidad en lo que respecta a la captación, entendimiento y gestión de sus emociones, del mismo modo, son habilidosos para usar estas competencias con el resto, lo que les ayuda a mantener unas amistades más sanas y duraderas.
- Conducta agresiva. Los individuos emocionalmente inteligentes, debido a sus grandes competencias socioemocionales, se muestran menos violentos, ya que tienden a sentir menos emociones negativas.

- Rendimiento académico. Presentar una escasa I.E. demuestra percibir frecuentemente sensaciones negativas y presentar mayores complicaciones emocionales, lo que quiere decir que la persona posee menos recursos psicológicos para enfrentarse a sus dificultades con éxito.

### **3.1. Competencias socio-emocionales.**

Se conoce por competencia socio-emocional a ese grupo de habilidades, aptitudes, facultades y actitudes que permiten la comprensión, expresión y gestión óptima de las emociones, estas son relevantes a la hora de llevar a cabo actividades de carácter social, a su vez, también son necesarias para lograr alcanzar una correcta interpretación de las emociones (Cardena Izarra, 2021). En este tipo de competencias se destaca la relación existente entre la persona y su contexto, ya que mediante esta interacción se desarrollan las bases del aprendizaje y desarrollo emocional (Cardena Izarra, 2021). Además, hay una serie de habilidades que componen esta competencia, que teniendo en cuenta la unión existente entre la persona y la sociedad, estas se mejoran a través del fortalecimiento personal, es decir, se desarrollan a partir del conocimiento sobre las propias emociones y la capacidad de socializar las emociones, por ende, se distinguen tres categorías (Cardena Izarra, 2021):

1. La expresión emocional. Martínez Pérez y Sánchez Aragón (2011) caracteriza esta categoría de primordial para la conceptualización emocional y la comprensión de las relaciones sociales. Además de ser la vía de comunicación que nos permite hablar sobre las experiencias emocionales a los demás, a su vez, mediante el lenguaje no verbal posibilita reconocer lo que otra persona siente, pronosticar posibles comportamientos y mejora las interacciones interpersonales, con el fin de que sean más eficaces y adecuadas.
2. Comprensión emocional. En lo que a esta condición se refiere, Cardena Isaza (2021) lo interpreta como el conocimiento adquirido a raíz de la experiencia propia y la de las personas del entorno, por esta razón, es necesario una evolución en la terminología emocional. Por otro lado, León Rodríguez y Sierra Mejía (2008) explican la importancia que esta categoría posee para el entendimiento de las causas que provocan a las personas a proceder como lo

hacen, así mismo, permite hacer inferencias acerca de lo que sucede a nivel emocional alrededor, destacando, por tanto, la comprensión emocional como una condición clave en lo que se refiere a los procesos de regulación emocional y social.

3. Regulación emocional. Ribé Buitrón (2008) delimita este constructo como aquellas conductas, aptitudes y tácticas, voluntarias o involuntarias, dispuestas a regularizar, coartar y ligar las experiencias con las emociones. En este apartado se distinguen dos componentes: el factor control, se refiere a la habilidad para controlar la reactividad emocional, y el otro se trataría de la reactividad emocional en sí, más potente en los primeros años de vida, ambas dimensiones resultan fundamentales en las interacciones interpersonales y en la modulación socioemocional.

### **3.2. Educación emocional.**

Machado Pérez (2021) marca el origen de la educación emocional en los 80, ya que se trata de la época en la cual este ámbito junto a la inteligencia emocional y la relevancia otorgada al desarrollo de las emociones adquiere mayor intensidad. Sin embargo, este tipo de educación deriva de las primeras teorías sobre la Inteligencia emocional, que aparece por la exigencia humana en evaluar, evolucionar y optimizar la regulación emocional.

A modo de definición, la educación emocional se considera un procedimiento de carácter educativo que es constante y estable, ya que se enfoca en fortalecer habilidades emocionales con el objetivo de mejorar el bienestar y preparar para la vida. Además, se trata de una educación preventiva e inespecífica debido a que se puede desarrollar en muchas situaciones diversas como pueden ser; prever la consumición de tóxicos, anticiparse a los problemas de estrés, ansiedad, depresión, etc. Por tanto, a través de la educación emocional se pretende reducir las flaquezas de las personas en su vida cotidiana (Bisquerra, 2012).

Tanto el requisito de emprender una prevención inconcreta, factores de riesgo, como la relevancia que tiene alcanzar el bienestar de los sujetos que participan en los programas, en otras palabras, que se sientan respaldados y cualificados, factores de protección. El reconocimiento de estos dos aspectos contiene implicaciones fundamentales en la educación emocional (Bisquerra, 2003):

1. Con el fin de lograr una anticipación efectiva y una buena evolución de las competencias socio-emocionales, sería recomendable que la teoría se fijará en reducir los agentes de riesgo y favorecer los agentes de protección.
2. Un proyecto en lugar de enfocarse en un solo aspecto debería procurar incidir en más de ellos.
3. Las mediaciones, a parte de ceñirse al individuo en sí, debería intentar abordar otros contextos, en los cuales este participa, como es la familia, instituto, amistades y comunidad.
4. El progreso en la adquisición de competencias socioemocionales, al tratarse de un elemento protector que atiende a múltiples comportamientos, tendría que ceñirse a programas tolerantes.

### **3.3. Gestión de las competencias socio-emocionales en menores infractores.**

Las emociones en la adolescencia, en lo que concierne a la cultura representan un componente muy relevante en este aspecto, pues a partir de esta se cimentan las pautas típicas de expresión emocional y las condiciones para provocarlas o inhibirlas. Por esta razón, las variaciones socioculturales poseen un papel muy influyente en lo que a la subjetividad se refiere, ya que es en la sociedad donde las personas adquieren un sistema de valores y aprenden cuáles son los sentimientos más apropiados según la situación dada, además de cómo expresarse y gestionar los distintos estados afectivos conforme al contexto en el que se esté interactuando. Este procedimiento, que comienza en la infancia, tiene un gran peso en la adolescencia, ya que se trata de una parte del desarrollo caracterizado por una gran cantidad de cambios entre los cuales se destaca la construcción de la personalidad. Por tanto, todas estos dominios precisan de un proceso de enseñanza aprendizaje, concretamente en esta etapa, siendo las familias y la educación formal los principales actores en la construcción integral de la personalidad del adolescente (Colom Bauzá y Fernández Bennassar, 2009).

Según Bisquerra (2012), sobre las emociones reposan las actividades básicas del cerebro:

1. Actúan en forma de protección ante estímulos peligrosos o impulsa hacia aquellos considerados como afebles, con el objetivo de sobrevivir.

2. Hace que las reacciones emocionales debido a el organismo o comportamiento por sucesos de la vida cotidiana sean transigentes y pueda desempeñar varias funciones.
3. Actúa avisando al sujeto de las funciones mencionadas anteriormente, accionando distintos sistemas como el cerebral, endocrino y metabólico entre otros muchos.
4. Ampara la indagación e interés por lo novedoso como medio de seguridad.
5. Hacen que la comunicación sea más eficiente y veloz forjando lazos que puede conllevar a un éxito tanto a nivel social como biológico.
6. Aquellas experiencias acompañadas por emociones tanto negativas como positivas resultan más fácil de recordar e invocar, ya que todo suceso acompañado de cualquier sentimiento da lugar a un almacenamiento más eficiente.
7. Resulta relevante en lo que respecta al raciocinio, teniendo una influencia primordial en la toma de decisiones (Bisquerra, 2012).

### **3.4. Dificultades en la gestión y dominio en menores infractores.**

Actualmente, se ha percibido un descenso de las habilidades emocionales, no es de extrañar cuando, al día de hoy, la atención que reciben los menores por parte de los adultos ha pasado a ser muy descuidada, esta falta de apoyo por parte de sus responsables ha derivado en que varios aspectos hayan deteriorado de forma significativa (De la Rosa Cortina, 2003).

Por un lado, en lo que se refiere a conflictos sociales, se están observando en los menores una mayor tendencia al aislamiento, ya que se muestran más introvertidos, se ha demostrado más problemas de dependencia emocional y, además, cada vez hay más descontento entre esta población (De la Rosa Cortina, 2003). Por otro lado, las dificultades de atención comienza a ser algo cotidiano, ya que muchos se muestran incapaces a mantener su interés en las actividades que realizan, cada vez los jóvenes están más inquietos e impulsivos, lo que afecta a la mayoría en su productividad escolar, mostrándose, a su vez, más reiterativos con algunos pensamientos (De la Rosa Cortina, 2003). Por último, otro de los aspectos en el cual se ha observado un empeoramiento es en el bienestar mental, los casos de ansiedad y depresión se han multiplicado, además del aumento en miedos, agobios, las

infracciones debido a las malas compañías, la desconfianza, etc (De la Rosa Cortina, 2003).

Por ende, la razón por la cual los menores infractores presentan más dificultades en lo que se refiere a las competencias socioemocionales, según González Álvarez (2015) se debe a que el colectivo diana presenta un autoconcepto más deteriorado, tienden a ser más reservados a la hora de expresarse emocionalmente y racionalizar acerca de estas experiencias, muestran poca comprensión emocional debido a la dificultad de ponerse en el lugar del otro, poseen más inseguridades, sobre todo tienen miedo a quedarse solos a pesar de sus dificultades expresivas, para terminar, suelen inclinarse más a tener problemas con la frustración debido a sus dificultades de gestión de sus competencias socioemocionales.

Tras disponer esta serie de dificultades, se puede observar la escasa inteligencia emocional que posee este colectivo, ya que una persona inteligente emocionalmente, según Cardena Izarra (2021), presenta una gran habilidad comunicativa cuando se refiere de sus sentimientos, presentan una mejor interpretación emocional, resultándoles sencillo ponerse en el lugar del otro analizando sus expresiones emocionales no verbales y por último tienen un mejor dominio sobre sus sensaciones y experiencias emocionales.

Por último, en lo que se refiere a los menores infractores, hay un factor que presentan en común, según De la Rosa Cortina, 2003, la gran mayoría de estos adolescentes provienen de familias disgregadas, en estos casos sus progenitores no se muestran muy involucrados en la crianza de sus hijos, existen otras situaciones en las cuales los familiares están en problemas por dependencia a algún tóxico, en otras ocasiones los progenitores no aparecen o no cursaron la educación básica, etc. Entre otras circunstancias estas dificultades favorecen la delincuencia juvenil, ya que cuando el interés en casa es escasa, tienden a buscar ese apoyo en sus iguales, en esta ocasión es cuando comienzan a estar sumergidos bajo la coacción grupal, donde pueden comenzar a desarrollar infracciones u otro tipo de comportamientos asociales, como puede ser el consumo de drogas, debido a que en su institución educativa o sus familiares se equivocan cuando no procuran favorecer unos comportamientos saludables (Bisquerra, 2003).

#### **4. Antecedentes de proyectos educativos.**

En este apartado se analizará las fortalezas y debilidades de proyectos educativos con el objetivo de gestionar las competencias socioemocionales en menores infractores. En una primera instancia, se evaluará un planteamiento de un programa de Inteligencia Emocional con el colectivo diana, este se desarrolla en base a un proyecto de 1997 sobre la misma temática (Guerra González, 2020) y, se sustenta a partir de cuatro competencias básicas (Fernández Berrocal y Extremera Pacheco, 2005):

1. Aptitud para distinguir, apreciar y manifestar emociones con precisión, de este modo lograr consentir y desarrollar sentimientos que favorezcan el pensamiento.
2. Capacidad para entender las emociones y la consciencia emocional.
3. Destreza para gestionarlas fomentando una progresión emocional e intelectual.

Guerra González (2020) marca los siguientes objetivos en lo que respecta al planteamiento de su programa. A modo general se centrará en la mejoría de las competencias emocionales de los destinatarios con el fin de que desarrollen un mayor dominio y conciencia de sus estados anímico, a su vez, conseguir que los individuos logren mantener unas relaciones intrapersonales e interpersonales más sanas. Entre los objetivos específicos, muy enfocados en el individuo, se echa de menos algunas metas centradas en aquellos contextos sociales en los cuales se ve involucrado el menor en su vida diaria, pues considero relevante la participación de estos en el programa para lograr alcanzar el objetivo principal de este programa; unos adolescentes inteligentes emocionalmente.

En cuanto a los integrantes a los que se dirige el programa se trata de adolescentes juveniles que comprenden las edades de 14-21 años y están bajo disposición jurídica (Guerra González, 2020). En lo que a los miembros se refiere, teniendo en cuenta la base teórica bajo la que se sustenta, podría dirigirse este a los individuos que aún no se encuentran bajo medida judicial, a modo de prevención, de esta forma lograr conducir sus emociones a través de la educación emocional, aspecto muy necesario con este colectivo. Sin embargo, especificar las condiciones de los usuarios que se pretende trabajar en el proyecto, da ventajas a la hora de su desarrollo, ya que al ceñirse a unas características más concretas permiten implantar una serie de actividades que se ajuste más a las necesidades de estos individuos concretamente.

Entre los instrumentos con los que trabaja, se destaca la ficha de observación, a través de la cual se llevará a cabo un seguimiento del comportamiento de los menores durante

del programa, con el fin de constatar posibles dificultades y de esta forma gestionar el programa con la finalidad de que cubra todas las necesidades (Guerra González, 2020). En este caso se puede constatar la flexibilidad de la cual predispone el programa, dispuesto para aclimatarse ante cualquier dificultad. A su vez, también resulta interesante tratar el cuestionario de satisfacción, dirigido exclusivamente a los integrantes del proyecto (Guerra González, 2020), cuando en realidad lo interesante sería dirigirlo también a las familias o tutores legales de los menores, ya que los contextos en los que interactúa el sujeto será una fuente de información clave en lo que se refiere a la mejoría de competencias de los participantes, a su vez, posibilitará comprobar la validez y eficacia de las sesiones tras finalizar la programación.

Por último, Guerra González (2020) presenta una organización del programa basado en Power Points en todas sus sesiones, acompañado en la mayoría de ellos por vídeos de youtube. Sin embargo, en lo que se refiere a los recursos utilizados se considera demasiado teórico, teniendo en cuenta a los destinatarios, se podría optar por métodos más dinámicos, ya que son pocas las sesiones en las cuales se imparten actividades artísticas o interpretativas. Por esta razón, mantener involucrados a los participantes en su aprendizaje y hacerles partícipes de este mediante actividades artísticas o interpretativas, para que a su vez, conozcan otras formas de expresión, podría resultar más efectivo.

Por otro lado, está el proyecto “Diálogo”, cuya aplicación se realiza en Italia desde el año 2014 y su desarrollo continua en la actualidad, en este se trabaja la expresión emocional mediante la escritura creativa. Para comenzar, sería interesante contextualizar el marco de intervención, ya que la legislación italiana es diferente a la española, por esta razón se ve conveniente presentar las fundaciones educativas de este ámbito (Pina Castillo, 2018).

- Por un lado, se encuentra el Instituto Penal para menores (IPM en adelante), esta institución se encarga principalmente del cumplimiento de las disposiciones judiciales impuestas a los adolescentes, a diferencia de en España, muy lejos de enfocarse en el ámbito educativo, se conserva bajo un sistema más autoritario con un enfoque más carcelario (Pina Castillo, 2018).
- Luego se encuentra la comunidad de menores, en esta albergan los usuarios considerados como no reincidentes debido a que los delitos cometidos son estimados como leves, en este caso, se rigen bajo un marco más educativo, en comparación con el anterior (Pina Castillo, 2018).



- Finalmente, está el Centro Juvenil, de carácter cultural y social, consta de diversas instalaciones de carácter lúdico, trabaja como un programa extraescolar al que acuden todos los menores de la institución anterior y, también, aquellos que hayan cumplido con la medida judicial impuesta en la IPM (Pina Castillo, 2018).

En lo que a los objetivos se refiere, en una primera instancia, se puede observar que se pretende proporcionar a los menores una serie de herramientas favorecedoras para la comunicación, útiles tanto para la expresión como la comprensión emocional. En segundo lugar, muchas veces se olvida la importancia que tiene el cuidar el entorno en el que uno trabaja, sobre todo a nivel educativo, ya que si el ambiente no está cuidado o en orden se dificulta el alcance de los objetivos y el desarrollo de las metodologías que se quieran llevar a cabo, en este caso, si el ambiente no acompaña a los menores en su aprendizaje, es muy fácil que su disposición de trabajo tampoco sea la más conveniente. Finalmente, en lo que respecta al último objetivo, dejar momentos al final para reflexionar sobre lo trabajado, brinda la oportunidad a los adolescentes de cavilar acerca de lo aprendido y sobre sus avances, además de ofrecerles la posibilidad de compartir con sus compañeros acerca de sus experiencias durante el aprendizaje. Sin embargo, se sigue echando en falta un objetivo que se centre en esos agentes educadores que tanta influencia tienen sobre estos chicos, las familias o tutores legales también deberían de tomar parte en este proyecto, ya que de ellos depende que cuando sus hijos regresen a su vida cotidiana no vuelvan a reincidir en los mismos errores que les llevaron a donde se encuentran en ese momento.

Pina Castillo (2018) considera responsables del comportamiento antisocial de estos menores a los familiares o tutores legales que les custodian, ya que se encuentra entre sus deberes el criar y enseñarles una serie de normas sociales y morales con el fin de orientarlos hacia una conducta socializadora, destacó este comentario por la razón de que las familias son un agente educador muy importante e influyente en los jóvenes y no hay que dejarlo pasar por desprevenido, por esta razón, considero que en este tipo de proyectos se debería tenerles más en consideración, pues partiendo desde este punto se pueden lograr grandes avances.

En cuanto al desarrollo del proyecto, trabaja a partir de un sistema de escritura creativa, en cuanto a las metas que persigue la presente intervención son las siguientes: En primer lugar, desarrollar la habilidad comunicativa en este colectivo a partir de la mejora en la actitud de escucha, fomentando la expresión tanto oral como corporal, y adoctrinando

emocionalmente. En segundo lugar, se pretende cuidar el entorno de comunicación, con el fin de beneficiar en los avances personales y sociales de estos jóvenes, promoviendo la autoestima e independencia. Por último, se intenta desarrollar un lugar en el cual se pueda dar lugar al diálogo y a la cavilación, de esta forma, a partir de la fomentación de la normativa social disminuir el carácter agresivo en los individuos, a la vez que se desarrolla una serie de pautas favorecedoras para la socialización (Pina Castillo, 2018). En cuanto al desarrollo del proyecto, Pina Castillo (2018) explica que no es necesario tener ningún tipo de habilidad creativa previa para poder participar en este proyecto, pues las actividades se adaptan a las aptitudes de cada uno de sus participantes, simplemente se trata de aportar a los usuarios los mecanismos necesarios para poder cubrir esas carencias que poseen estos jóvenes en lo que a sus capacidades socioemocionales se refiere. La intervención se enfoca en 12 actividades, todas estas comienzan a partir de unos juegos simbólicos y una parte práctica centrada en la improvisación, a modo introductorio de la temática a trabajar. Después, se desarrollaría la parte teórica enfocada en la cavilación e introspección a partir de la escritura creativa, o sea mediante la creación de poesías o relatos.

Se considera óptimo el transcurso de las actividades, ya que comenzar a partir de actividades lúdicas garantiza una mejor atención por parte de los participantes, sobre todo en el caso de los adolescentes. Además, se valora el aspecto reflexivo que posee este programa, ya que brinda a los menores la libertad de expresar emocionalmente todo aquello que guardan consigo desde hace tanto tiempo, presentándoles a su vez otra forma de expresión y desahogo a partir del cual podrán convertir todas sus experiencias en arte a partir de la creación de poemas o relatos, para posteriormente compartirlo con el resto de compañeros que les acompañan en este aprendizaje. Por tanto, en esta metodología encontrarán una herramienta la cual podrán usar cuando más lo necesiten, encontrarán un hobby que les ayudará a desahogarse y a recuperar un poco más la confianza en sí mismos.

Concluyo este apartado destacando la gran variedad de actividades prácticas que se pueden trabajar en este ámbito, sin la necesidad de acudir a una clase esencialmente teórica, los medios audiovisuales, el role playing, la musicoterapia, la escritura creativa, etc todas ellas son herramientas que siempre favorecerán el aprendizaje. Por tanto, en lo que concierne el trabajo con la gestión emocional, sería más oportuno aplicar dinámicas de esencia práctica, pues a través de estas se pueden evocar algunas de esas emociones, consideradas negativas, para trabajarlas junto al educador al cargo, de esta

forma, se desarrollaría un proceso en el cual se hace consciente al individuo de su capacidad para gestionar la reactividad emocional y, además, de la cantidad de recursos existentes para erradicar los conflictos emocionales. Por otro lado, en estos dos proyectos se ha echado de menos un enfoque a aquellos ámbitos en los cuales socializan estos menores, empezando por las familias, ya sea haciendo actividades en conjunto o intentando conocer el contexto en el que se desarrollan, con el fin de que la intervención de sus frutos a la larga y evitar que pierdan esos progresos en los cuales tanto esfuerzo se pone.

## **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.**

### **1. Introducción.**

A lo largo del marco teórico se ha presentado las características de los menores infractores, se ha explicado en qué consiste la gestión de emociones y se ha presentado la problemática, a partir de la cual se enfoca la presente propuesta. Los menores infractores, por lo general, cuentan con una gran variedad de dificultades para gestionar sus emociones, razón por la cual, desarrollan esa conducta infractora que les caracteriza. Sin embargo, como se comentaba en el anterior apartado, estas dificultades derivan, por un lado, al deterioro de su autoconcepto, y por otro lado, a sus familias, en la mayoría de los casos desestructuradas.

Por tanto, tras visualizar las carencias emocionales que presentan el colectivo diana y conociendo el poder que tiene las familias en la socialización de sus hijos, se desarrollan tres bloques de contenidos; Grupal, Individual y Familiar, a partir de estos tres se realizará la presente propuesta de intervención, que consta de quince sesiones caracterizadas por las prácticas alternativas a través de las cuáles el educador presenta al colectivo una serie de recursos y alternativas que facilitarán la gestión de sus propias emociones, reflexionando, a su vez, sobre el origen y la constitución de estas a partir de un aprendizaje activo.

### **2. Objetivos**

El presente proyecto centrará su líneas de actuación a este **objetivo general**:

- Lograr que los destinatarios adquieran las competencias necesarias para aprender a gestionar sus propias emociones.

Para alcanzar este objetivo general, se abordarán los siguientes **objetivos específicos**:

- Conseguir que los menores infractores logren anticiparse a las situaciones de reactividad emocional.
- Coordinar el trabajo con aquellas familias dispuestas a participar en la gestión emocional de los menores.
- Alcanzar la gestión de la reactividad emocional por parte de los participantes.

### **3. Metodología**

Este proyecto parte de la necesidad de aportar recursos y trabajar la gestión emocional en los menores infractores, debido a la carencia de competencias que tiene este colectivo en este ámbito. Por otro lado, el presente trabajo tiene actividades orientadas a las familias, ya que se trata de un componente de gran influencia en la vida de estos adolescentes, por esta razón, se ha considerado de especial relevancia desarrollar dinámicas orientadas a los padres de los participantes.

La intervención con la población diana se desarrollará en 15 sesiones, de 45 minutos aproximadamente, caracterizadas por sus dinámicas creativas y aprendizaje activo, evitando en gran medida todo aquello relacionado con presentaciones teóricas, por tanto el educador trabajaría como un agente orientador en el aprendizaje activo de los participantes. En cuanto a las sesiones del programa; 4 de estas se desarrollarán con los 12 destinatarios del proyecto, otras 5 se realizarán de manera individual, 4 de estas serán enfocadas a las familias de los destinatarios y una de ellas se realizará de forma conjunta con el grupo de adolescentes y sus familiares.

En lo que se refiere al trabajo en grupo, se desarrollaron dinámicas de expresión emocional a través de la composición de canciones, otra actividad se centra en la creación de un cómic con el fin de utilizar el recurso como medio de reflexión, en otra se trabaja la gestión emocional mediante la actuación de esta forma se tratan aspectos como la autoconfianza y la comprensión emocional. En cuanto a las dinámicas individuales, se llevan a cabo ejercicios de carácter musical, artístico y físico, se aplican actividades de improvisación musical, de autorretrato y yoga. En lo que respecta a los familiares se trabaja mediante la terapia en grupo, en este caso el educador adopta el papel de mediador durante el proceso de feedback de los padres, también se lleva a cabo una sesión de mindfulness con el fin de aportar a los participantes una técnica de relajación apta para cualquier contexto y otra actividad de técnicas proyectivas orientada a la reflexión acerca de una serie de imágenes relacionadas con las emociones.

En la mayoría de las intervenciones se concluyen con una actividad de respiración diafragmática, ya que esta técnica sirve como recurso para manejar la reactividad emocional, por esta razón, se considera relevante el manejo de esta. En lo que respecta a las actividades realizadas con los menores, en todas las sesiones grupales e individuales terminarán reflexionando sobre lo aprendido en el “Diario de las emociones”, de este modo, garantizar la meditación sobre lo trabajado en las dinámicas. Finalmente, la sesión realizada con los adolescentes y sus familiares en conjunto se trata del Teatro Foro, que consiste en la intervención de los participantes en una obra teatral con el fin de reflexionar sobre la situación expuesta en la representación.

En lo que respecta a las evaluaciones, se realiza una evaluación inicial a los menores y sus familiares, que consistiría en una entrevista semiestructurada (Martínez Vispo, s.f.), también durante las sesiones se hará evaluaciones de cada actividad realizada mediante técnicas como la observación participante, registro narrativo, autoinforme, matrices de interacción y registro de conducta. Finalmente, se concluiría el proyecto con una evaluación final, en la cual en las sesiones 14 (bloque de contenidos individual) y 15 (bloque de contenidos familia) se repartiría unos cuestionarios relacionados con lo trabajado durante el proyecto, con el fin de conocer la efectividad de los recursos y actividades sobre los participantes.

#### **4. Participantes/Destinatarios.**

Los destinatarios de este proyecto son 12 adolescentes vallisoletanos con historial delictivo bajo medidas judiciales de régimen abierto , cuyas edades comprenden los 14-17 años, entre ellos contamos con 6 varones y 6 mujeres.

#### **5. Actividades.**

##### **SEMANA 1.**

##### **SESIÓN 1.**

##### **Bloque Grupal.**

**Tiempo:** 45 minutos.

##### **Objetivos:**

- Conocer a los participantes del proyecto.
- Crear un clima de confianza de confianza entre los miembros del grupo.

- Informarse acerca de los conocimientos previos de los chicos sobre las emociones.
- Presentar el proyecto a los miembros.

**Actividad:** Conozcámonos.

**Tiempo.** 5 minutos.

**Objetivos.**

- Conocer al grupo y sus gustos e intereses.
- Contemplar cuáles son las expectativas que tienen los miembros sobre el presente proyecto.
- Generar un ambiente óptimo de expresión entre los participantes.

**Recursos:** Pelota de tenis.

**Desarrollo:**

Todos los participantes junto al educador se sentarán en círculo, dará comienzo a la actividad el propio educador haciendo una breve presentación y dando a conocer sus gustos e intereses. Una vez, este haya terminado, le pasará la pelota a una persona aleatoria, que deberá presentarse y hablar un poco sobre sí mismo, así consecutivamente.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>1</sup>

Se prestará atención al lenguaje no verbal de los participantes, su forma de expresión, las relaciones que se mantienen entre los chicos.

Se valorará también la predisposición a participar y la motivación que estos tienen.

**Presentación del proyecto.**

**Tiempo:** 5 minutos.

**Actividad principal:** Brainstorming.

**Tiempo:** 20 minutos.

**Objetivos.**

- Introducir las emociones mediante un aprendizaje activo.
- Recabar información sobre los conocimientos previos que poseen los participantes sobre el contenido.

---

<sup>1</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

**Recursos:** Pizarra, posits y pelota de tenis.

**Desarrollo.**

Los miembros del grupo se sentarán en el suelo, cada uno de ellos tendrá un total de 5 posits. Las emociones a desarrollar en esta actividad serán: la alegría, el enfado, la tristeza, la ira, la vergüenza y el miedo, estas serán presentadas una a una, con cada una de estas los participantes deberán comentar cuáles son las causas que pueden generar esta emoción, cómo se sienten a nivel físico, qué tipo de pensamientos tienen cuando se encuentran en ese estado anímico, cómo reaccionan, qué herramientas o métodos usan para sobrellevarlas, etc.

Al igual que en la primera actividad de esta sesión, el educador irá pasando la pelota de tenis a cada persona, con el fin de asegurar que participan todos, el que posee la pelota en el momento será el único que tendrá permiso para intervenir. Los participantes compartirán sus ideas de forma verbal y, posteriormente, escribirá está en un posit que deberá pegar en la pizarra.

**Evaluación:** Registro Narrativo.<sup>2</sup>

El educador se llevará los posits una vez finalizada la sesión, pasará todas las ideas al ordenador con el fin de conocer cuál es el punto de partida de los miembros. Además, se realizarán anotaciones acerca de aspectos que se hayan observado sobre el comportamiento de los chicos, sus participaciones y actitud.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos.**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Brindar una herramienta de relajación a los chicos.
- Dar a conocer los efectos de esta en la gestión emocional.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo.**

Comenzará el educador presentando la actividad y comentando los beneficios que estos tienen en las situaciones de reactividad emocional, posteriormente, se preguntará a los chicos si alguno de ellos sabe cómo se respira de este modo, en caso afirmativo, se le invitaría a sentarse junto al educador y entre los dos se enseñará la técnica al resto de

---

<sup>2</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

compañeros, en caso contrario, si ninguno sabe cómo se realiza o no se anima a enseñar a acompañar al educador, sería este el que proceda a presentar la técnica.

Se pondría música de fondo en el ordenador y dedicaremos el tiempo restante a respirar vía diafragmática. Al final, se comentará las distintas sensaciones que se han tenido durante la actividad.

***Evaluación.*** Observación participante.<sup>3</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

### **Presentación del Diario de las Emociones.**

***Temporalización:*** 5 minutos.

## **SESIÓN 2.**

### **Bloque individual.**

***Temporalización:*** 50 minutos.

#### **Objetivos:**

- Conocer el autoconcepto que tiene la persona sobre sí misma a partir del dibujo.
- Invitar a la reflexión sobre la autopercepción..
- Realizar una valoración del proceso con el menor para trabajar la autoconfianza y autopercepción en los alumnos.
- 

### **Presentación de la actividad.**

***Temporalización:*** 5 minutos.

**Actividad:** Me dibujo a mí mismo.<sup>4</sup>

***Temporalización:*** 30 minutos

#### **Objetivos:**

- Invitar al menor a sumergirse en un proceso autoevaluativo mediante el dibujo.
- Valorar el impacto de la mirada de una persona ajena a través de la comparación de retratos.

---

<sup>3</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>4</sup> Nota: Adaptado de Pascual Fernández, Martínez Samper y Fernández Turrado (2016).



- Reflexionar acerca de las fortalezas y debilidades como medio para tratar la autopercepción.

**Recursos:** Papel, lápiz y otras pinturas de colores.

**Desarrollo:**

En una primera instancia, se invitará al menor a que haga un dibujo de sí mismo, de cuerpo entero, sin ninguna ayuda de otras referencias como puede ser una fotografía, tiene que retratarse tal y como él considere que es. Al mismo tiempo, el educador, procurando que el sujeto no se de cuenta, esbozará un retrato de este tal cual le percibe este.

Una vez terminado los dibujos, será el sujeto el primero en mostrar su retrato, hará una breve reflexión de su experiencia dibujándose, valorará su propia percepción y lo cercano de la realidad que considere que está. Posteriormente, será el educador el que muestre el retrato que ha elaborado este del menor, dando comienzo a un ejercicio de comparación entre los retratos y reflexionando acerca de las sensaciones al ver la percepción de otra persona sobre sí mismo.

A continuación, la persona tiene que realizar otro dibujo teniendo como referencia su dibujo y el de su educador, en este punto el participante debe reflexionar acerca de con que aspectos se queda y cuales elimina de cada retrato. Ya terminado el segundo autorretrato, se debatirá acerca de los cambios realizados entre el primer y segundo dibujo del individuo, reflexionando acerca de los aspectos relacionado y los añadidos. Finalmente, se dará pie a valorar cada aspecto físico del dibujo a partir de una estimación numérica del 1 al 10, en esta parte del ejercicio el individuo valorará su aspecto y reflexionará acerca de la nota puesta, posteriormente se debatirá con el educador y se le dará otra oportunidad de para cambiar algunas notas.

**Evaluación:** Autoinforme.<sup>5</sup>

Los retratos y valoraciones numéricas realizadas por el menor valdrá para informarse sobre el desarrollo y el proceso de reflexión por el que paso el individuo. De este modo, el educador anotará aspectos relacionados con la autopercepción del joven, así como las sensaciones percibidas durante la actividad y las necesidades del individuo relacionado con el nivel de autoestima.

**Actividad:** Respiración.

---

<sup>5</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, será el estudiante quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de la persona en su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>6</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

**Actividad:** Diario de las emociones.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

- Incitar a los individuos a la reflexión sobre las actividades realizadas.
- Hablar con los menores acerca de los beneficios de este recurso.
- Valorar la utilidad de la actividad en la vida diaria una vez finalizado el proyecto.

**Recursos:** Diario.

**Desarrollo:**

Se le cederán los últimos 10 minutos de la sesión para que el menor escriba en su diario acerca de la sesión realizada, lo aprendido, las sensaciones experimentadas en su proceso y otras objeciones que considere de su conveniencia.

**Evaluación:** Autoinforme<sup>7</sup>.

Estos diarios serán revisados por el educador como medio de valoración de las reflexiones de los menores acerca de las actividades trabajadas y sus progresos. Por tanto, funcionaría como un autoinforme, ya que son ellos los que mediante la escritura libre proporcionan al educador la información necesaria sobre su evolución.

---

<sup>6</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>7</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

## **SEMANA 2.**

### **SESIÓN 3.**

#### **Bloque grupal.**

**Temporalización:** 45 minutos.

#### **Objetivos:**

- Aportar una herramienta nueva para una gestión de emociones eficiente.
- Presentar la música como un recurso eficaz en la regulación emocional.
- Favorecer la aclimatación de los destinatarios en situaciones hostiles.

#### **Presentar la nueva actividad.**

**Temporalización:** 5 minutos.

**Actividad:** Song writting.<sup>8</sup>

**Temporalización:** 25 minutos.

#### **Objetivos:**

- Disminuir las tendencias agresivas.
- Fomentar el soporte interpersonal y las relaciones sociales.
- Favorecer el aprendizaje a partir del problema.

**Recursos:** Papel, bolígrafo, ordenador y posits de la sesión 1.

#### **Desarrollo:**

A partir de las aportaciones dadas sobre las emociones por parte de los miembros del grupo durante la primera sesión, cada miembro escribirá una canción, para ello cada uno tendrá que inspirarse en aquella emoción que consideren que les cuesta más gestionar. Con el fin de facilitar la composición de la letra, se les dará una estructura que les servirá de apoyo para la realización de la actividad.

- Estribillo: Definición de la emoción y utilidad.
- Primera estrofa: Cómo la sienten a nivel físico, que tipos de cambios corporales perciben cuando se encuentran en ese estado de ánimo.
- Segunda Estrofa: Pensamientos intrusivos a consecuencia de esta.

---

<sup>8</sup> Nota: Adaptado de Fernández (2021).

- Tercera Estrofa: Experiencias vividas con esta emoción, situaciones que dieron lugar a emocionarse de este modo.
- Cuarta Estrofa: Reflexión sobre aquellas reacciones y conductas inadaptadas derivadas de esta, así como proponer otras vías de gestión y expresión para controlar la reactividad emocional.

Finalmente, la dinámica terminara con una presentación de las composiciones con los compañeros.

**Evaluación:** Autoinforme.<sup>9</sup>

Serán los mismos miembros los que a partir de sus letras expresen aquellas situaciones que más les ha costado manejar, se podrá valorar cuáles son las dificultades y necesidades de carácter emocional que presentan los chicos.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, será el estudiante quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de la persona en su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>10</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

**Actividad:** Diario de las emociones.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

---

<sup>9</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>10</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

- Incitar a los individuos a la reflexión sobre las actividades realizadas.
- Hablar con los menores acerca de los beneficios de este recurso.
- Valorar la utilidad de la actividad en la vida diaria una vez finalizado el proyecto.

**Recursos:** Diario.

**Desarrollo:**

Se le cederán los últimos 10 minutos de la sesión para que el menor escriba en su diario acerca de la sesión realizada, lo aprendido, las sensaciones experimentadas en su proceso y otras objeciones que considere de su conveniencia.

**Evaluación:** Autoinforme.<sup>11</sup>

Estos diarios serán revisados por el educador como medio de valoración de las reflexiones de los menores acerca de las actividades trabajadas y sus progresos. Por tanto, funcionaría como un autoinforme, ya que son ellos los que mediante la escritura libre proporcionan al educador la información necesaria sobre su evolución.

## **SESIÓN 4.**

### **Bloque Individual.**

**Temporalización:** 45 minutos.

**Objetivos:**

- Regular las experiencias previas de reactividad emocional a partir del feedback con el educador.
- Anticiparse a las conductas agresivas en situaciones similares.
- Reflexionar sobre las circunstancias y medio sobre el cual se desarrollaron esas conductas hostiles.

### **Presentación de la sesión.**

**Temporalización:** 5 minutos.

**Actividad:** Termómetro.

**Temporalización:** 25 minutos.

**Objetivos:**

- Evaluar la gestión de experiencias emocionales previas.
- Buscar otras alternativas de regulación emocional para esas situaciones.

---

<sup>11</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

- Valorar el cambio del estado anímico a partir del termómetro emocional.

**Recurso:** Papel y bolígrafo.

**Desarrollo:**

Empieza la dinámica el educador dibujando rápidamente un termómetro de mercurio, este dibujo será el reconocido como el termómetro de las emociones. A continuación se le mencionará al menor una emoción; tristeza, enfado, culpa, vergüenza, etc y este tiene que recordar una experiencia en la que haya pasado por el estado anímico mencionado por el educador. Por tanto, el participante explicaría cómo se sentía, qué cambios fisiológicos percibía y cuál fue su reacción en consecuencia, a su vez, se le preguntará al individuo si considera qué lo regula con eficacia o se podría haber gestionado de otra manera.

A continuación se muestra el termómetro, se le explica al sujeto que las temperaturas más altas corresponden a esas emociones cuya reactividad es muy potente y se considera que es difícil de gestionar o actuar con mente fría, mientras en las temperaturas más bajas correspondería a aquellos estados anímicos más leves, en los cuales es más sencillo mantener la calma. Por ende, una vez el menor explica todo lo relacionado con la experiencia emocional en cuestión, debe señalar en qué parte del termómetro se encontraría la actividad emocional en aquel instante, una vez elegido el punto se procede a valorar su estilo de gestión y después se valorarán otras alternativas para controlar esa reactividad emocional. Por tanto, se reflexiona acerca de cómo hubiera cambiado la experiencia si hubiésemos actuado de ese modo, posteriormente se le volvería a pedir al menor que localice la temperatura que correspondería a esa emoción si el sujeto hubiera tenido más control emocional. Concluyendo la dinámica con una breve reflexión sobre el cambio en el estado anímico desde el principio hasta el final.

**Evaluación:** Registro narrativo.<sup>12</sup>

En esta dinámica se grabaría la sesión por audio, para posteriormente el educador pasar la sesión al ordenador y valorar los progresos del estudiante durante la sesión, evaluando cuál ha sido la emoción que más le costó reaccionar, la autoconfianza que posee este para gestionar estas emociones de otra forma en un futuro, cuáles son las alternativas propuestas por estas y qué conocimientos posee en ese momento sobre las emociones. De este modo, se valorarán los avances del menor en la educación emocional y cuáles son las necesidades o dificultades.

---

<sup>12</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, será el estudiante quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de la persona en su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>13</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

**Actividad:** Diario de las emociones.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

- Incitar a los individuos a la reflexión sobre las actividades realizadas.
- Hablar con los menores acerca de los beneficios de este recurso.
- Valorar la utilidad de la actividad en la vida diaria una vez finalizado el proyecto.

**Recursos:** Diario.

**Desarrollo:**

Se le cederán los últimos 10 minutos de la sesión para que el menor escriba en su diario acerca de la sesión realizada, lo aprendido, las sensaciones experimentadas en su proceso y otras objeciones que considere de su conveniencia.

**Evaluación:** Autoinforme.<sup>14</sup>

Estos diarios serán revisados por el educador como medio de valoración de las reflexiones de los menores acerca de las actividades trabajadas y sus progresos. Por

---

<sup>13</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>14</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

tanto, funcionaría como un autoinforme, ya que son ellos los que mediante la escritura libre proporcionan al educador la información necesaria sobre su evolución.

## **SESIÓN 5.**

### **Bloque Familia**

**Temporalización:** 40 minutos.

**Objetivos:**

- Encuentro entre familias en situaciones similares.
- Fomentar la ayuda interpersonal.
- Ordenar de las problemáticas personales mediante la interacción social.

### **Presentación del grupo.**

**Temporalización:** 10 minutos

**Objetivos:**

- Estrechar la primera toma de contacto entre las familias.
- Crear un clima de confianza óptimo para la conversación.
- Regulación de los estados de ánimo a través del feedback con el grupo.

**Recursos:** Ninguno

**Desarrollo:**

Todas las familias junto al educador se sientan en círculo, toma la palabra el educador (mediador en este bloque de contenidos) presentándose brevemente y explicando por encima los contenidos a tratar durante estas sesiones. Siguiendo las agujas del reloj, los padres se van presentando, hablarán un poco de sus expectativas con las sesiones a trabajar y de las razones por la cuales piensan que están en el proyecto.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>15</sup>

En una primera instancia, el mediador se fijará en el lenguaje no verbal entre los padres, el respeto a sus compañeros en los turnos de palabras y los intereses que les han traído al proyecto.

**Actividad:** Terapia grupal.

**Temporalización:** 20 minutos.

**Objetivos:**

---

<sup>15</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)



- Trabajar la confidencialidad intragrupo.
- Aportar recursos que favorezcan la comunicación intrafamiliar.
- Valorar la importancia de una comunicación sana entre padres e hijos.

**Recursos:** Ninguno.

**Desarrollo:**

El mediador da pie a la dinámica explicando la importancia de mantener la confidencialidad entre los integrantes del grupo, ya que algunas temáticas que se compartan serán de carácter personal para los miembros. Posteriormente, en esta primera sesión con las familias, se introducirá la importancia de mantener una comunicación sana en la vida diaria de los hijos, se hablará de dificultades que se dan en el contexto familiar en este aspecto, cuál es el papel de los padres como figura de ejemplo en la vida de sus hijos y cómo se puede mejorar la comunicación.

En estas terapias grupales, tras haber explicado el tema a debatir, los padres deberían ir comentando dificultades comunicativas que tienden a presentarse en el hogar cuando se trata de relacionarse con sus hijos, también otros pueden explicar experiencias en las cuales consideren que se dio un feedback sano con sus hijos, de esta forma, entre los miembros del grupo crearán sus propios recursos y se servirán de apoyo en algunas situaciones personales que puedan tener en común. En este caso, el papel del mediador es cuidar el ambiente de confianza, fomentando el respeto, brindar los turnos de palabra para procurar que todos participen y dar alguna aportación si es necesario.

Por último, se valorarán las sensaciones en la primera sesión, qué les ha parecido trabajar con otros padres y destacar algunos recursos nuevos que consideren que les resultará de utilidad en su vida familiar.

**Evaluación:** Matrices de interacción.<sup>16</sup>

En cada familia se desarrollará una matriz de interacción, esta se trata de una tabla en la cual se valora los tipos de interacción que se realiza con los otros miembros del grupo (crítica, comentario constructivo, comentario neutro, elogio), el tipo de verbalizaciones (positivas o negativas) y las participaciones en el feedback. De este modo, conocer el interés y la predisposición a participar entre los miembros del grupo.

**Actividad:** Respiración diafragmática.

**Temporalización:** 10 minutos.

---

<sup>16</sup> Nota. Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

**Objetivos:**

- Enseñar la técnica a los participantes.
- Fomentar la respiración diafragmática como método de relajación ante la reactividad emocional.
- Valorar sensaciones y utilidades del recurso.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Primero, el mediador pregunta a los demás si conocen la respiración diafragmática, en caso afirmativo, se invita a uno de ellos para que explique al resto cómo se realiza, por lo contrario, será el mismo mediador quien explique la técnica. Después, se da comienzo a la actividad durante los 5 minutos restantes acompañados por una música de fondo, mientras tanto el mediador se encarga de observar el transcurso de la actividad y realizar correcciones en caso de ser necesario.

**Evaluación:** Observación Participante.<sup>17</sup>

El evaluador atenderá a los patrones básicos de la dinámica y su puesta en práctica, interviniendo en las dificultades que presenten los individuos y favoreciendo aquellos que se realizan correctamente.

**SEMANA 3.****SESIÓN 6.****Bloque grupal.**

**Temporalización:** 45 minutos.

**Objetivos:**

- Presentar un nuevo recurso para la regulación de emociones.
- Reflexionar sobre experiencias anteriores de reactividad emocional.
- Valorar otras opciones de gestión emocional.

**Presentación de la sesión.**

**Temporalización:** 5 minutos.

**Actividad:** Cómic.

---

<sup>17</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

**Temporalización:** 25 minutos.

**Objetivos:**

- Representar una experiencia personal de conflicto emocional mediante el cómic.
- Reflexionar sobre cómo se actuó en el problema en mente.
- Proponer a través del recurso como considera el sujeto que debería de haber reaccionado.
- Intercambiar entre los miembros del grupo los cómics y meditar sobre las distintas historias.

**Recursos:** Papel, reglas, bolígrafos, lapiceros y pinturas de colores.

**Desarrollo:**

Se comienza la sesión dando un folio a cada participante, mientras tanto el educador les explica los requisitos a seguir para la creación del cómic:

- Amplitud máxima de una hoja, aunque se recomienda delimitarse a una cara para que de tiempo a conocer todas las historias al final de la sesión.
- En cuanto a la cara del folio se debe dividir en 4 columnas y 5 filas, dando lugar a un total de 20 viñetas.
- No es obligatorio completarlas todas, como mínimo 12 viñetas.

Una vez las instrucciones son impartidas y los folios repartidos, los miembros ya pueden comenzar a relatar sus experiencias, tendrán más o menos un cuarto de hora para sus elaboración. En los últimos 10 minutos comienzan las presentaciones, por tanto, se colocan todos en un círculo junto al educador y siguiendo las agujas del reloj desde el sitio del psicopedagogo, cada menor explicará cómo se desarrollo la situación en realidad y cómo reaccionó ante ella, para posteriormente explicar a la clase a través de su cómic cómo considera que debería haber gestionado la situación. Al terminar todos, se entregan los cómics al educador.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>18</sup>

A través de los cómics realizados y las anotaciones realizadas por el educador durante las presentaciones, se valoraría tanto lo narrado en la presentación como la conducta propuesta en el cómic, evaluando de esta forma el ejercicio de reflexión realizado por cada participante. Otro aspecto del cual se hará valoraciones, será durante el desarrollo de la actividad aspectos como los resultados, la motivación o interés mostrada, las distracciones, dificultades que puedan presentar, el respeto a los otros compañeros

---

<sup>18</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

durante las presentaciones y las distintas intervenciones por parte de los menores a lo largo de la dinámica.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, será el estudiante quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de la persona en su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>19</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

**Actividad:** Diario de las emociones.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

- Incitar a los individuos a la reflexión sobre las actividades realizadas.
- Hablar con los menores acerca de los beneficios de este recurso.
- Valorar la utilidad de la actividad en la vida diaria una vez finalizado el proyecto.

**Recursos:** Diario.

**Desarrollo:**

Se le cederán los últimos 10 minutos de la sesión para que el menor escriba en su diario acerca de la sesión realizada, lo aprendido, las sensaciones experimentadas en su proceso y otras objeciones que considere de su conveniencia.

**Evaluación:** Autoinforme.<sup>20</sup>

---

<sup>19</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>20</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

Estos diarios serán revisados por el educador como medio de valoración de las reflexiones de los menores acerca de las actividades trabajadas y sus progresos. Por tanto, funcionaría como un autoinforme, ya que son ellos los que mediante la escritura libre proporcionan al educador la información necesaria sobre su evolución.

## **SESIÓN 7.**

### **Bloque Individual.**

**Temporalización:** 50 minutos

#### **Objetivos:**

- Brindar a los menores una herramienta nueva de regulación emocional.
- Reflexionar sobre los beneficios de la expresión corporal como recurso para lidiar con la reactividad emocional.
- Valorar las mejoras en la técnica de respiración.

### **Presentación de la nueva actividad.**

**Temporalización:** 5 minutos.

**Actividad:** Expresión corporal.<sup>21</sup>

**Temporalización:** 35 minutos.

#### **Objetivos:**

- Aportar una herramienta física para facilitar la gestión de emociones en situaciones de tensión a través del yoga.
- Realizar las distintas posturas para lograr la relajación total del cuerpo.
- Reflexionar sobre las distintas sensaciones físicas percibidas durante la actividad y sus beneficios en el estado anímico

**Recursos:** Dos esterillas.

#### **Desarrollo:**

En esta sesión se practicarán una serie de posturas de yoga con el fin de gestionar las diversas sensaciones físicas ocasionadas por el estado anímico en el que se encuentre el individuo, para ello el educador orientará al estudiante durante todo el proceso. Se realizarán 10 posturas diferentes y se repetirán cada una 5 veces (Ver Anexo I):

---

<sup>21</sup> Nota: Adaptado de Hola Yoga (2018).

- El individuo tiene que cerrar los ojos, debe ir relajando los hombros y estirando la columna mientras inspira y exhala pausadamente.
- El sujeto levantará los hombros mientras inhala, después mientras exhala debe relajar todo el cuerpo.
- Con los ojos cerrados, el sujeto debe taparse con el pulgar el orificio derecho de la nariz y percibir la exhalación e inhalación del lado izquierdo, después se realizaría lo mismo pero tapándose el lado izquierdo, al terminar las repeticiones abre los ojos.
- El menor se coloca de rodillas sobre la esterilla, apoyando las manos a la altura de los hombros y las rodillas a la par de las caderas. Manteniendo la postura debe ir echando la cadera hacia atrás mientras apoya los codos, relajando así el cuerpo y la cabeza, manteniendo siempre una respiración pausada.
- Se apoya la frente en la esterilla junto a los codos y palmas de la mano, mantiene esa postura unos 3 minutos mientras respira lentamente.
- Vuelve a apoyar las palmas de la mano sobre la colchoneta, sube el coxis y levanta la mirada, respira profundamente. Después, alterna la postura anterior con esta, encorvando la espalda, tocando con el mentón el pecho y respira lentamente.
- Apoya los pies en la esterilla, las manos se mantienen apoyadas y con los pies camina, sin desplazarse, mantiene la respiración, este ejercicio durante unos 3 minutos.
- Se incorpora en la esterilla, apoyando solo una rodilla y la otra pierna la dobla hacia delante, estirando todo el cuerpo de cadera hacia arriba. Después, la rodilla de delante se tiene que estirar hacia atrás. Debe alternar los ejercicios con las dos piernas.
- Se procede a estirar la columna, apoyando una rodilla en la esterilla, adelantando una pierna y apoyando el respectivo pie, y levanta el brazo contrario a este. Tendría que hacer el ejercicio con el lado derecho e izquierdo de la columna.
- Terminaría la actividad, apoyando sólo las rodillas sobre la esterilla y reposando los codos, las palmas de las manos y bajando la cabeza, a la vez que se respira profundamente.

Finalmente, al completar todos los ejercicios, el educador y el individuo compartirían las diferentes sensaciones físicas experimentadas durante el proceso, así como se pediría

al menor en qué estado anímico se encontraba antes de comenzar la actividad y en qué circunstancias se encuentra en ese momento.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>22</sup>

Mientras el educador dirige la práctica de los ejercicios, debe encargarse de corregir aquellas posturas que estén mal, controlando que mantiene una respiración pausada en todo momento y completa la actividad sin problemas. Otro aspecto a evaluar, será el lenguaje no verbal del sujeto mientras realiza la actividad, si se encuentra tenso, qué transmite al terminar la actividad y prestar atención a la reflexión del menor tras terminar el ejercicio.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, será el estudiante quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de la persona en su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>23</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

**Actividad:** Diario de las emociones.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

- Incitar a los individuos a la reflexión sobre las actividades realizadas.
- Hablar con los menores acerca de los beneficios de este recurso.

---

<sup>22</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>23</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

- Valorar la utilidad de la actividad en la vida diaria una vez finalizado el proyecto.

**Recursos:** Diario.

**Desarrollo:**

Se le cederán los últimos 10 minutos de la sesión para que el menor escriba en su diario acerca de la sesión realizada, lo aprendido, las sensaciones experimentadas en su proceso y otras objeciones que considere de su conveniencia.

**Evaluación:** Autoinforme.<sup>24</sup>

Estos diarios serán revisados por el educador como medio de valoración de las reflexiones de los menores acerca de las actividades trabajadas y sus progresos. Por tanto, funcionaría como un autoinforme, ya que son ellos los que mediante la escritura libre proporcionan al educador la información necesaria sobre su evolución.

## **SESIÓN 8.**

**Bloque Familiar.**

**Temporalización:** 50 minutos.

**Objetivos:**

- Fomentar el apoyo entre los miembros del grupo.
- Orientar en el aprendizaje activo de recursos para lidiar con los conflictos mediante el feedback.
- Valorar los efectos del Mindfulness sobre la gestión de emociones en familias.
- Aportar a los padres un recurso nuevo para la gestión de emociones.

**Presentación de la sesión.**

**Temporalización:** 5 minutos.

**Actividad:** Terapia Grupal.

**Temporalización:** 20 minutos.

**Objetivos:**

- Mediar en el aprendizaje activo mediante el feedback de los miembros del grupo.
- Promover el apoyo entre las familias y las interacciones.
- Regular las experiencias de carácter emocional mediante el feedback.

**Recursos:** Ninguno.

---

<sup>24</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)



**Desarrollo:**

Antes de comenzar, el mediador recordará a la familia lo importante que es guardar la confidencialidad de lo que se cuente durante la terapia y la relevancia del respeto de los turnos de palabra. En esta ocasión, se tratará el tema del afrontamiento de los problemas en el hogar, la importancia del lenguaje no verbal, se compartirán recursos para el control de la reactividad emocional en situaciones de este tipo y entre los miembros del grupo se compartirán logros y fracasos con la gestión de emociones en las disputas familiares, de este forma, mediante el feedback con los otros compañeros

**Evaluación:** Matrices de interacción.<sup>25</sup>

En cada familia se desarrollará una matriz de interacción, esta se trata de una tabla en la cual se valora los tipos de interacción que se realiza con los otros miembros del grupo (crítica, comentario constructivo, comentario neutro, elogio), el tipo de verbalizaciones (positivas o negativas) y las participaciones en el feedback. De este modo, conocer el interés y la predisposición a participar entre los miembros del grupo.

**Actividad:** Mindfulness.<sup>26</sup>

**Temporalización:** 20 minutos.

**Objetivos:**

- Generar en los participantes una interconexión durante la práctica del Mindfulness.
- Crear un ambiente propicio para que los individuos se sumerjan en sus experiencias emocionales de una forma más intensa y completa.
- Fomentar la aceptación del dolor de las experiencias desagradables y su gestión.

**Recursos:** Sillas.

**Desarrollo:**<sup>27</sup>

El mediador va a comenzar la sesión de mindfulness, será este el que oriente al grupo en todo el proceso. En primer lugar, se le pedirá a los participantes que enfoquen la atención en su respiración, no es necesario que tengan los ojos cerrados durante la sesión, mientras tanto el guía les hará preguntas al respecto de su respiración, que no es necesario que contesten, simplemente estas preguntas serán las que guíen su atención,

---

<sup>25</sup> Nota. Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>26</sup> Nota. Adaptado de Salazar Seguro (2016).

<sup>27</sup> Nota. Adaptado de Vanessa and om (2017).

se les pedirá que perciban aspectos de su respiración tales como si va acelerada o lenta, esta pausada o rápida, etc.

Posteriormente, se les orientará la atención hacia su cuerpo en general, sus sensaciones físicas y su postura, haciendo de esta manera un recorrido por todo el cuerpo. A continuación, se guiará a el foco de atención de los familiares hacia sus emociones, se les solicitará que no hagan ningún tipo de juicio al respecto de las sensaciones emocionales que perciban en ese momento, tan solo se les demandará que se fijen en estas. Terminamos el mindfulness requiriendo a los individuos que conecten con su entorno, que se fijen en lo que escuchan y ven, siempre sin emitir ningún tipo de opinión ni juicio al respecto de lo que estén observando.

Tras haber realizado este proceso, se les preguntará a todos los individuos cuáles han sido las sensaciones que han percibido durante la actividad, tanto a nivel físico como emocional, cómo se sienten tras haber realizado la actividad y que reflexionen al respecto.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>28</sup>

El educador se encargará de prestar atención a lo largo del proceso, fijándose bien en que los participantes realicen la actividad adecuadamente, respetando todos los pasos.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, serán las familias quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de los miembros durante su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>29</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

#### **SEMANA 4.**

##### **SESIÓN 9.**

##### **Bloque Grupal.**

**Temporalización:** 45 minutos.

##### **Objetivos:**

- Presentar los beneficios del teatro como herramienta de reflexión.
- Intentar que los miembros se pongan en el papel de sus familiares, amistades o terceros a través de la actuación.
- Invitar a los menores a buscar alternativas para evitar y anticiparse a la reactividad emocional.

##### **Presentación de la sesión.**

**Temporalización:** 5 minutos.

##### **Actividad:** Role Playing.

**Temporalización:** 25 minutos.

##### **Objetivos:**

- Fomentar el apoyo intragrupo respecto a conflictos hipotéticos.
- Mejorar las habilidades de resolución de conflictos.
- Potenciar las conductas correctas sobre las agresivas.

**Recursos:** Papel y bolígrafo.

##### **Desarrollo:**

Se crearán 4 grupos de 3 participantes aleatorios, cada grupo debe de pensar en representar una situación de conflicto emocional con dos finales; el primero en el cual una de las personas implicadas no la gestiona correctamente derivando en una serie de consecuencias negativas, mientras en el segundo se representará el mismo conflicto pero gestionado de una manera eficaz en el cual las consecuencias sean favorecedoras para la resolución de este. Cada representación debe tener una duración de 5 minutos y está será mostrada al resto de compañeros en la última sesión grupal del proyecto.

Por otro lado, deben anotar en un papel, que después se entregará al educador, la situación que trabajarán, las alternativas para resolver el conflicto y qué papel desarrollará cada compañero. Estos papeles se entregarán al terminar la dinámica al educador en cuestión.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>30</sup>

Se valorará a través de la información aportada por cada grupo sobre su roleplaying, lo trabajado durante la hora y el interés puesto en este. Por otro lado, durante la consecución de la dinámica, se evaluará los tipos de interacciones que hay entre los miembros del grupo, la motivación, interés y empeño puesto en la actividad a realizar.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, será el estudiante quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de la persona en su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>31</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

**Actividad:** Diario de las emociones.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

- Incitar a los individuos a la reflexión sobre las actividades realizadas.
- Hablar con los menores acerca de los beneficios de este recurso.

---

<sup>30</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>31</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

- Valorar la utilidad de la actividad en la vida diaria una vez finalizado el proyecto.

**Recursos:** Diario.

**Desarrollo:**

Se le cederán los últimos 10 minutos de la sesión para que el menor escriba en su diario acerca de la sesión realizada, lo aprendido, las sensaciones experimentadas en su proceso y otras objeciones que considere de su conveniencia.

**Evaluación:** Autoinforme.<sup>32</sup>

Estos diarios serán revisados por el educador como medio de valoración de las reflexiones de los menores acerca de las actividades trabajadas y sus progresos. Por tanto, funcionaría como un autoinforme, ya que son ellos los que mediante la escritura libre proporcionan al educador la información necesaria sobre su evolución.

## **SESIÓN 10.**

**Bloque Individual.**

**Temporalización:** 50 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la expresión de emociones mediante la música.
- Aportar un recurso nuevo de regulación emocional a los participantes.
- Fomentar el control de la agresividad y frustración.

**Presentación de la sesión.**

**Temporalización:** 5 minutos.

**Actividad:** Primer contacto instrumental.<sup>33</sup>

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

- Dotar de libertad a los participantes para que perciban y valoren su entorno.
- Invitar a los menores a una primera toma de contacto con algunos de estos instrumentos.
- Fomentar la autoconfianza en los individuos a través de la exploración instrumental.

---

<sup>32</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>33</sup> Nota: Adaptado de López Ruiz (2015).

**Recursos:** Instrumentos de pequeña percusión y una mesa.

**Desarrollo:**

El individuo se encontrará con todos los instrumentos colocados por el suelo, tiene total libertad para acercarse y tocar los instrumentos que más le llamen la atención, además puede hacer preguntas al educador en caso de no conocer alguno de ellos. El papel del educador aquí se ciñe a contestar las dudas que se le vayan ocurriendo y en observar el desarrollo de la actividad.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>34</sup>

A lo largo de la actividad el educador anotará aquellos comportamientos que considere de interés, actitudes tales como el acercamiento a los instrumentos, la toma de contacto, si conoce alguno o ya sabe tocarlo, la predisposición a preguntar al educador, etc.

**Actividad:** La gran familia sonora.<sup>35</sup>

**Temporalización:** 20 minutos.

**Objetivos:**

- Regulación de las emociones y sensaciones a través de la música.
- Anticiparse a las conductas agresivas y a los problemas de frustración.
- Brindar un foco de atención en un recurso motivador y no agresivo.

**Recursos :** Mesa y los instrumentos de pequeña percusión utilizados en la actividad anterior.

**Desarrollo:**

En esta actividad, el menor debe elegir ese instrumento con el que más se identifique, ya sea por el sonido, aspecto de este o modo de empleo. Posteriormente, debe desarrollar la misma intervención con sus familiares, o sea debe identificar a sus padres y hermanos, en caso de tener alguno, con uno de los instrumentos que se encuentran en la sala.

En segundo lugar, debe colocar todos estos instrumentos alrededor de la mesa, como si fuera una comida familiar típica en la que surge algún tipo de discusión y debería interpretarlo a través de los instrumentos.

Por último, el educador invita a reflexionar al participante a cerca de sus elecciones sobre los instrumentos y el transcurso de la demostración de una discusión, por último

---

<sup>34</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>35</sup> Nota: Adaptado de López Ruiz (2015).

se comentarían que aspectos desearía que cambiasen y hasta que punto tiene la capacidad el sujeto de influir sobre estos.

**Evaluación:** Registro Narrativo.<sup>36</sup>

Durante el desarrollo de la dinámica el educador va anotando las distintas acciones y explicaciones dadas por el menor, otros aspectos que se valorarán serán los de lenguaje no verbal, en el sentido de como son sus interacciones con estos instrumentos desconocidos, si el sujeto se muestra tenso o calmado.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, será el estudiante quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de la persona en su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>37</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

**Actividad:** Diario de las emociones.

**Temporalización:** 10 minutos.

**Objetivos:**

- Incitar a los individuos a la reflexión sobre las actividades realizadas.
- Hablar con los menores acerca de los beneficios de este recurso.
- Valorar la utilidad de la actividad en la vida diaria una vez finalizado el proyecto.

**Recursos:** Diario.

---

<sup>36</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>37</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

***Desarrollo:***

Se le cederán los últimos 10 minutos de la sesión para que el menor escriba en su diario acerca de la sesión realizada, lo aprendido, las sensaciones experimentadas en su proceso y otras objeciones que considere de su conveniencia.

***Evaluación:*** Autoinforme.<sup>38</sup>

Estos diarios serán revisados por el educador como medio de valoración de las reflexiones de los menores acerca de las actividades trabajadas y sus progresos. Por tanto, funcionaría como un autoinforme, ya que son ellos los que mediante la escritura libre proporcionan al educador la información necesaria sobre su evolución.

**SESIÓN 11.**

**Bloque Familiar.**

***Temporalización:*** 50 minutos.

***Objetivos:***

- Favorecer un clima de feedback entre los miembros.
- Evaluar las percepciones de las familias acerca de las láminas mostradas.
- Valorar los avances en la respiración diafragmática.
- Reflexionar sobre los beneficios de la terapia en grupo.

**Presentación de la sesión.**

***Temporalización:*** 5 minutos.

**Actividad:** Improvisemos.<sup>39</sup>

***Temporalización:*** 20 minutos.

***Objetivos:***

- Aportar a los padres recursos para mediar con sus hijos.
- Reflexionar sobre cómo intervenir ante las conductas infractoras de los hijos.
- Dotar a los padres de las competencias necesarias para afrontar las dificultades en casa.

***Recursos:*** Ninguno.

***Desarrollo:***

---

<sup>38</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>39</sup> Nota. Adaptado de Cuenca Sánchez y Mendoza González (2017).



En este caso se desarrollaría un role playing con los familiares, pero a diferencia de cómo se desarrollo con el grupo de menores, en este caso se trabajará mediante la improvisación. La actividad comenzará con el educador invitando a los padres a que rememoren algún conflicto con sus hijos en casa y que les haya costado solucionar, una vez expuestas las experiencias, se invitará a los padres a que eligen a un compañero que represente a su hijo en esa situación y trabajar con él una alternativa para resolver el problema de una forma eficaz. Lo idóneo sería que participasen todos los padres, en cambio, se cederán los últimos 5 minutos de la actividad para reflexionar sobre lo presenciado en las improvisaciones.

**Evaluación:** Matrices de interacción.<sup>40</sup>

En cada familia se desarrollará una matriz de interacción, esta se trata de una tabla en la cual se valora los tipos de interacción que se realiza con los otros miembros del grupo (crítica, comentario constructivo, comentario neutro, elogio), el tipo de verbalizaciones (positivas o negativas) y las participaciones en el feedback. De este modo, conocer el interés y la predisposición a participar entre los miembros del grupo.

**Actividad:** Terapia Grupal.

**Temporalización:** 20 minutos

**Objetivos:**

- Reflexionar sobre la influencia parental sobre los hijos.
- Gestión de sus capacidades como padres para ayudar a sus hijos en la gestión de emociones.

**Recursos:** Ninguno.

**Desarrollo:**

A raíz de las interpretaciones realizadas en la actividad anterior, se invitará a los familiares de qué forma consideran que podrían usar esa influencia que tienen sobre sus hijos para ayudarles a gestionar sus emociones, por tanto, en esta dinámica, como en las anteriores, el educador mantiene su papel como mediador entre los familiares, orientando el feedback de tal manera que sean ellos mismos los que creen sus propios recursos y estrategias, fomentando de esta forma su capacidad de acción y creatividad.

**Evaluación:** Matrices de interacción.<sup>41</sup>

---

<sup>40</sup> Nota. Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

<sup>41</sup> Nota. Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

En cada familia se desarrollará una matriz de interacción, esta se trata de una tabla en la cual se valora los tipos de interacción que se realiza con los otros miembros del grupo (crítica, comentario constructivo, comentario neutro, elogio), el tipo de verbalizaciones (positivas o negativas) y las participaciones en el feedback. De este modo, conocer el interés y la predisposición a participar entre los miembros del grupo.

**Actividad:** Respiración.

**Temporalización:** 5 minutos.

**Objetivos:**

- Trabajar la respiración diafragmática.
- Fomentar el aprendizaje de la técnica.

**Recursos:** Ordenador.

**Desarrollo:**

Acompañados por la música ambiental del ordenador, serán las familias quien comience con la práctica de la respiración diafragmática mientras el educador realiza algunas correcciones. La actividad finalizará con una breve reflexión sobre los beneficios y dificultades de los miembros durante su práctica.

**Evaluación:** Observación participante.<sup>42</sup>

El educador durante la actividad se encargará de atender a la respiración de los individuos, anotando las dificultades durante el proceso y valorando las opiniones de los participantes sobre esta como recurso de apoyo emocional.

## **SEMANA 5.**

### **SESIÓN 12.**

**Bloque Grupal y Familia.**

**Temporalización:** 1 hora.

**Objetivos:**

- Puesta en práctica de lo aprendido a lo largo de las sesiones sobre la gestión de emociones a partir de la participación en Teatro Foro.
- Desarrollar una actividad en la cual puedan participar tanto las familias como sus hijos.

---

<sup>42</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

- Crear vínculos y reflexionar acerca de las distintas intervenciones de otras personas.

**Actividad:** Teatro Foro.<sup>43</sup>

**Temporalización:** 1 hora.

**Objetivos:**

- Puesta en práctica de las competencias desarrolladas durante el proyecto.
- Invitar a los participantes a intervenir en una obra teatral aportando consejos sobre situaciones de carácter antisocial.
- Lograr la cooperación de las familias e hijo en la actividad.

**Recursos:** Salón de actos y el grupo de Técnicas de Dinamización de 2º de Educación Social (Facultad de Educación y Trabajo Social de la Universidad de Valladolid).

**Desarrollo:**

Se trataría una actividad en la que los menores y sus familias participarían en conjunto, el teatro foro se trata de un alternativa al teatro en la cual los espectadores pueden intervenir intercambiándose el papel con los actores en escena para darle un cambio drástico a la escena. Por ende, se pediría a las familias y menores su participación, de este modo se les daría la oportunidad de participar en escenas de carácter emocional, en las cuales ellos puedan poner en práctica lo aprendido en el proyecto acerca de la gestión emocional a partir de la colaboración con otros actores.

Para el desarrollo del teatro se pediría la colaboración de los alumnos de Técnicas de Dinamización de 2º de Educación Social de la Universidad de Valladolid a través del Teatro Foro que organiza dicha universidad para tratar temas relacionados con la gestión de emociones en la vida cotidiana.

**Evaluación:** Registros de Conducta.<sup>44</sup>

El Registro de Conducta es una herramienta de evaluación que pertenece a la categoría de Observación, este consiste en una tabla con una serie de conductas en la columna y en la fila la situación en la que se da esa conducta. Por tanto, el educador desarrollaría una específica para el contexto y actividad realizada, para poder evaluar las aportaciones e interés mostrado tanto por las familias como por sus hijos.

---

<sup>43</sup> Nota: Adaptado de Espitia (2011).

<sup>44</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

### **SESIÓN 13.**

#### **Bloque Grupal.**

**Temporalización:** 45 minutos

**Objetivos:**

- Reforzar la autoconfianza en los participantes a través de la actuación.
- Reflexionar sobre las actuaciones realizadas por los compañeros.

**Actividad:** Representación de los role playing.

**Temporalización:** 25 minutos.

**Objetivos:**

- Mejorar la autoconfianza en el grupo.
- Fomentar la empatía a través de la actuación.
- Reflexionar sobre las conductas antisociales y sus alternativas.

**Recursos:** Ninguno.

**Desarrollo:**

Tal y como se comentaba en la última sesión grupal, los menores harían las representaciones de sus role playings a lo largo de esta sesión, de este modo, contar con más tiempo para poder debatir acerca de las representaciones vistas por otros compañeros y poder aportar aportaciones, como por ejemplo preguntarles por qué se inspiraron en esa situación y esa conducta en una primera parte, qué tal fue el desarrollo y la preparación de este, además de permitir a otros menores preguntar sus dudas a sus compañeros o proponer otros métodos de actuación.

**Evaluación:** Registro narrativo.

A lo largo de la sesión el educador se encargaría de escribir sobre esos detalles de la actuación que considere pertinentes como por ejemplo: la interacción entre los alumnos, la gestión de los nervios o miedos a actuar ante la clase, etc. Por otro lado, otro aspecto que también sería interesante destacar, trataría de las preguntas de sus compañeros, el respeto hacia la interpretación y las opiniones o tipos de verbalizaciones ocasionadas por otros menores que estaban presenciando las actuaciones.

**Actividad:** Reflexionar sobre lo aprendido a lo largo de la sesión.

**Temporalización:** 20 minutos.

**Objetivos:**

- Debatir acerca de los beneficios de la actuación como recurso para la gestión emocional.
- Comentar las sensaciones experimentadas a lo largo de la representación al grupo.

**Recursos:** Ninguno.

**Desarrollo:**

En este caso se pediría a los menores que cada uno compartiese con el grupo las inseguridades o sensaciones percibidas a lo largo del role playing, además de comentar cómo gestionaron la vergüenza en caso de tenerlo o el miedo. También me gustaría tratar el aspecto del trabajo en grupo, conocer si el hecho de estar acompañados por otros compañeros en la actuación les ayudo a controlar mejor las emociones o sensaciones que iban surgiendo.

**Evaluación:** Registro Narrativo.<sup>45</sup>

Al igual que en la actividad anterior, se iría tomando notando de los aspectos vitales compartidos por los participantes en el grupo, ya que conocer cómo gestionaron esas sensaciones mientras actuaban frente a un grupo reducido, le da una perspectiva al educador de los progresos de los menores tras el programa.

**SESIÓN 14.**

**Bloque Individual.**

**Temporalización:** 30 minutos.

**Objetivos:**

- Comprobar la eficacia de la intervención mediante recursos artísticos.
- Valorar las competencias de gestión emocional de los participantes.
- Conocer la valoración de los estudiantes sobre las herramientas otorgadas para la gestión emocional.

**Recursos:** Cuestionario.

**Desarrollo:**

En esta última sesión con los menores se les daría un cuestionario, a través del cual se evaluará su evolución en la gestión de emociones, en comparación con la entrevista inicial, se hará una valoración de los recursos y dinámicas desarrolladas, además de la utilidad de los recursos aplicados en el afrontamiento de la reactividad emocional.

---

<sup>45</sup> Nota: Adaptado de Martínez Vispo (s.f.)

## **SESIÓN 15**

### **Bloque Familia.**

**Temporalización:** 30 minutos.

#### **Objetivos:**

- Evaluar la eficiencia de la terapia grupal como medio de aprendizaje activo en los participantes.
- Evaluar los progresos de las familias en lo que respecta a la gestión emocional en conflictos intrafamiliar.

**Recursos:** Cuestionario.

#### **Desarrollo:**

En esta última sesión con las familias, se les daría a cada participante un cuestionario en el cual evaluarán las actividades y recursos desarrollados, además de todo lo relacionado con lo trabajado durante las sesiones, de este modo, evaluar sus habilidades o actitudes en la gestión de emociones.

## **6. Temporalización.**

El transcurso de las semanas en este proyecto se organizaría de la siguiente forma; los lunes tendrían lugar las sesiones en grupo y los viernes se desarrollaría las sesiones destinadas a las familias. En lo que respecta al bloque de contenidos individual, como se trata de unas dinámicas en las cuales el educador trabaja de manera individual con cada menor y contando con que el proyecto se destina a 12 participantes, el educador recibiría, de manera individual, a 3 adolescentes las tardes de los lunes, martes, miércoles y jueves.

SESIONES.	OBJETIVOS.	BLOQUE	ACTIVIDADES.	SEMANAS.				
				SEMANA 1.	SEMANA 2.	SEMANA 3.	SEMANA 4.	SEMANA 5.
<b>SESIÓN 1.</b>	Conocer a los participantes del proyecto.	<b>GRUPAL.</b>						
	Crear un clima de confianza entre los miembros del grupo.		Conozcámonos.					
	Presentar el proyecto al grupo.		Presentación del proyecto.					
	Informarse acerca de los conocimientos previos de los chicos sobre las emociones.		Brainstorming. Respiración. Presentación Diario de las Emociones.					
<b>SESIÓN 2.</b>	Conocer el autoconcepto que tiene la persona sobre sí misma a partir del dibujo.	<b>INDIVIDUAL.</b>	Presentación actividad.					
	Invitar a la reflexión sobre la autopercepción.		Me dibujo a mí mismo.					
	Realizar una valoración del proceso con el menor para trabajar la		Respiración. Diario de las emociones.					

	autoconfianza en los participantes.							
<b>SESIÓN 3.</b>	Aportar una herramienta nueva para una gestión de emociones eficiente.	<b>GRUPAL.</b>	Presentación de la actividad.					
	Presentar la música como un recurso eficaz en la regulación emocional.		Song writting.					
	Favorecer la aclimatación de los destinatarios en situaciones hostiles.		Respiración. Diario de las emociones.					
<b>SESIÓN 4.</b>	Regular las experiencias previas de reactividad emocional a partir del feedback con el educador.	<b>INDIVIDUAL.</b>	Presentación de la sesión.					
	Anticiparse a las conductas agresivas en situaciones similares.		Termómetro.					
	Reflexionar sobre las circunstancias y medio sobre el		Respiración. Diario de las emociones.					



	cual se desarrollaron esas conductas hostiles.							
<b>SESIÓN 5.</b>	Encuentro entre familias en situaciones similares.	<b>FAMILIA.</b>	Presentación del grupo.					
	Fomentar la ayuda interpersonal.		Terapia Grupal					
	Ordenar las dificultades personales mediante la interacción social.		Respiración diafragmática.					
<b>SESIÓN 6.</b>	Presentar un nuevo recurso para la regulación de emociones.	<b>GRUPAL.</b>	Presentación de la sesión.					
	Reflexionar sobre experiencias anteriores de reactividad emocional.		Represento las emociones.					
	Valorar otras opciones de gestión emocional.		Cómic.					
			Respiración. Diario de las emociones.					
<b>SESIÓN 7.</b>	Brindar a los menores de una herramienta de regulación emocional.	<b>INDIVIDUAL.</b>	Presentación de la sesión.					

	Reflexionar sobre los beneficios de la expresión corporal como recurso para lidiar con la reactividad emocional.		Expresión corporal.					
	Valorar las mejoras en la técnica de respiración.		Respiración diafragmática. Diario de las emociones.					
<b>SESIÓN 8.</b>	Fomentar el apoyo entre los miembros del grupo. Orientar en el aprendizaje activo de recursos para lidiar con los conflictos mediante el feedback. Valorar los efectos del Mindfulness sobre la gestión de emociones en familias. Aportar a los padres un recurso nuevo para la gestión de emociones.		<b>FAMILIA.</b>					

<b>SESIÓN 9.</b>	Presentar los beneficios del teatro como herramienta de reflexión.	<b>GRUPAL.</b>	Presentación de la sesión.					
	Intentar que los miembros se pongan en el papel de sus familiares, amistades o terceros a través de la actuación.		Role Playing.					
	Invitar a los menores a buscar alternativas para evitar y anticiparse a la reactividad emocional.		Respiración. Diario Emocional.					
<b>SESIÓN 10.</b>	Trabajar la expresión de emociones mediante la música.	<b>INDIVIDUAL</b>	Presentación de la sesión.					
	Aportar un recurso nuevo de regulación emocional a los participantes.		Primer contacto musical.					
	Fomentar el control de la agresividad y la frustración.		La gran familia sonora.  Respiración Diario Emocional					

<b>SESIÓN 11.</b>	Favorecer un clima de feedback entre los miembros.	<b>FAMILIA.</b>	Presentación de la sesión.					
	Evaluar las percepciones de las familias acerca de las láminas mostradas.		Improvisemos.					
	Valorar los avances en la respiración diafragmática.		Terapia Grupal.					
	Reflexionar sobre los beneficios de la terapia en grupo.		Respiración diafragmática.					
<b>SESIÓN 12.</b>	Incitar a los participantes a colaborar en la dinámica.	<b>GRUPAL Y FAMILIA</b>	Teatro Foro.					
	Fomentar la regulación de emociones en situaciones de reactividad emocional.							
	Anticiparse a las conductas hostiles en caso de conflicto.							
<b>SESIÓN 13.</b>	Reforzar la autoconfianza en los participantes a	<b>GRUPAL.</b>	Representación de los role playing.					

	través de la actuación.							
	Reflexionar sobre las actuaciones realizadas por los compañeros		Reflexionar sobre lo aprendido tras ver las representaciones de los compañeros					
<b>SESIÓN 14.</b>	Comprobar la eficacia de la intervención mediante recursos artísticos.	<b>INDIVIDUAL.</b>	Evaluación final.					
	Valorar las competencias de gestión emocional de los participantes.							
	Conocer la valoración de los estudiantes sobre las herramientas otorgadas para la gestión emocional.							
<b>SESIÓN 15.</b>	Evaluar la eficiencia de la terapia grupal como medio de aprendizaje activo en los participantes.	<b>FAMILIA.</b>	Evaluación final.					
	Evaluar los progresos de las							

familias en lo que respecta a la gestión emocional en conflictos intrafamiliar.								

## **7. Evaluación y resultados esperados.**

Previamente al comienzo de las dinámicas del proyecto, se realizaría una evaluación inicial a los menores de manera individual y, por otro lado, a los familiares o tutores legales correspondientes. Se realizaría una entrevista semiestructurada (Martínez Vispo, s.f.), en la cual se tratarían cuatro áreas: trayectoria de vida, familia y tiempo libre. Por tanto, se desarrollarían las preguntas que se considerasen convenientes por el entrevistador en base a los campos delimitados.

Por otro lado, a lo largo de las sesiones se realizan una serie de evaluaciones que le sirve al psicopedagogo para informarse sobre los avances de los participantes durante las sesiones. Las técnicas aplicadas a lo largo de la intervención son las siguientes (Martínez Vispo, s.f.):

- Observación participante, se denomina de este modo debido a que es el educador el que evalúa mientras desarrolla la actividad.
- Registro narrativo, en este caso el evaluador va escribiendo los distintos aspectos que se consideran relevantes durante la actividad.
- Registro de conductas, se trata de una tabla en la cual aparece en el eje vertical una serie de conductas observables y en el vertical distintas situaciones que se dan durante la dinámica, por tanto, el educador debe ir marcando en cada situación qué conductas o actitudes tienen lugar.
- Las matrices de interacción, en este caso se desarrolla una tabla en la cual se evalúa el lenguaje que aplican los participantes, teniendo en la línea vertical los distintos tipos de interacciones que se pueden intercambiar (crítica, alago, comentario neutro,...) y en la horizontal el tipo de verbalización desarrollada (negativa, positiva o no responde).
- Autoinforme, en este caso se evalúa los productos de conducta desarrollados por los propios destinatarios, como por ejemplo: el diario de las emociones.

Una vez finalizado el proyecto, se desarrollaría la evaluación final que se aplicaría a través de unos cuestionarios, en las cuales se evaluará distintas habilidades o competencias típicas de la gestión emocional, además de los recursos y actividades desarrolladas (Ver Anexo II).

Por último, en lo que respecta a los resultados que se desearían alcanzar, en primer lugar sería de esperar que los menores apliquen alguno de los recursos mostrados durante el

proyecto o creen los suyos propios como medio para gestionar la reactividad emocional, por otro lado, que los individuos evolucionen en el control emocional, pudiendo afrontar experiencias emocionales intensas, por último, sería de interés que la relación entre los familiares y los menores se sane y comience haber más comunicación entre padres e hijos.

## **CONCLUSIONES.**

La relevancia del presente documento reside en el rasgo común que comparten los participantes de este proyecto que es la conducta infractora, generada en gran parte por la escasa Inteligencia Emocional que estos presentan. Por tanto, es de deducir que si los destinatarios de este proyecto poseyeran la capacidad de regular las emociones negativas, lo que se llamaría gestión emocional, seguramente esta conducta no se hubiese desarrollado. Por esta razón, este trabajo se basó en la planificación de una intervención destinada a este colectivo, con el fin de que a través de distintas dinámicas y actividades los protagonistas adquieran unas competencias y recursos que les ayude a gestionar esas emociones negativas en su vida diaria.

Gámiz Ruiz, Ibáñez Ortiz, Rodríguez Aznar y Espigares Escudero (2014) argumentan que la conducta infractora en la adolescencia influencia negativamente en el desarrollo psicosocial de los menores si no se interviene eficazmente. Es típico de esta etapa del desarrollo el distanciamiento de los padres y el interés por pasar más tiempo con los iguales, sin embargo, esta oportunidad para mejorar las aptitudes prosociales tiene sus peligros también, ya que las relaciones con grupos de riesgo, la ingesta de drogas y otros tipos de prácticas tienden a realizarse debido a la influencia ejercida por las amistades o grupo de iguales (Gámiz Ruiz, Ibáñez Ortiz, Rodríguez Aznar y Espigares Escudero, 2014). Por ende, Pérez Sotomayor (2017) explica que el colectivo diana precisa de la adquisición de una serie de competencias que le permita sustituir la violencia, de esta forma, lograr gestionar aquellas situaciones de estrés o ansiedad a través de la aplicación de unos recursos que les ayude afrontar los problemas de una forma eficiente, siendo los familiares, profesorado y el apoyo social los agentes claves para la consecución de este objetivo.



Esta propuesta de intervención parte de la necesidad de los menores por aprender a gestionar sus emociones, siendo la educación emocional un proceso que permitirá una evolución afectiva y social idónea para estos jóvenes, ya que este tipo de educación no solo aporta las habilidades socioemocionales necesarias para la adaptación social e individual de los destinatarios (Garaigordobil Landazabal, 2018) si no también genera un bienestar emocional que orienta al individuo hacia un desarrollo pleno a nivel personal y social (Bisquerra y Hernández Paniello, 2017).

En conclusión, a través del diseño de este proyecto se busca orientar al colectivo hacia el control emocional con el fin de reducir esas conductas agresivas consecuentes de la pobreza emocional que los menores presentan (Inglés, Torregrosa, García Fernández, Martínez Monteagudo, Estévez y Delgado, 2014). Por esta razón, a partir de estas 15 sesiones tanto con las familias, como agentes influyentes que son, en grupo e individual, se pretende crear una conciencia en estos adolescentes y sus parientes acerca de la relevancia que tiene contar con recursos y estrategias que les ayude a ser dueños de sus emociones, cambiando, de este modo, las sensaciones negativas por las positivas (Bisquerra y Pérez Escoda, 2007).

## **LIMITACIONES Y PROSPECTIVAS.**

En lo que concierne al marco teórico, el proceso de búsqueda de información acerca de los menores infractores y los distintos aspectos que influyen en su carácter ha resultado complicada debido a la poca documentación. Se han dado muchas situaciones durante la investigación en las cuáles no se podía acceder a los textos o a las fuentes de documentación, sobre todo en el campo de las emociones enfocada a este colectivo, en estos casos las fuentes de información se han visto reducidas, mientras que en los documentos disponibles sobre la temática trabajada la documentación al respecto era muy escueta y muy similar. Por tanto, se llega a la conclusión de que este campo de investigación ha sido muy poco trabajado, pues se trata más la relación de estos adolescentes con el consumo de drogas o de la delincuencia en adultos.

En cuanto a los proyectos educativos destinados a la delincuencia juvenil se repite la problemática explicada en el párrafo anterior, pues es muy probable que muchos autores se hayan visto en una situación similar a la hora de recolectar datos. En la mayoría de

proyectos educativos disponibles, se puede observar una intervención puramente teórica caracterizada por un aprendizaje pasivo por parte del colectivo. Dado la problemática a trabajar en este proyecto; la gestión de emociones en menores infractores, se ha optado por el desarrollo de una serie de dinámicas de carácter artístico que invite a sus participantes a desarrollar un aprendizaje activo, en el cual los destinatarios y sus familiares construyan de manera autónoma los conocimientos a través de un proceso reflexivo. Por tanto, el desarrollar la propuesta en base a unas actividades de carácter creativo con ausencia de presentaciones teóricas, deriva en un acotamiento de fuentes de documentación dando como resultado una serie de ejercicios adaptados de proyectos destinados a adolescentes, en su mayoría.

En cuanto al marco práctico y las sesiones desarrolladas en este, empezando por el bloque de contenidos destinados al trabajo en grupo con los menores infractores, la ejecución de las dinámicas puede contar con dificultades en su práctica debido al carácter introvertido y la falta de autoestima típica en los menores infractores. El hecho de abrirse a su grupo de iguales puede resultarles complicado debido a la fase del desarrollo en la que se encuentran; la adolescencia, pues en esta etapa los iguales posee una influencia mucho mayor en los destinatarios, por tanto, sería muy probable que los menores experimenten pensamientos intrusivos caracterizados por la falta de confianza en sí mismos, dando lugar a una escasa participación o motivación sobre las dinámicas. Por otro lado, en lo que respecta a las dinámicas pertenecientes al bloque de contenidos destinados a la familia, las fuentes de información para trabajar con este colectivo tan específico era muy escueto, por tanto a penas se encontraron actividades que pudieran encajar bien en el proyecto. Por esta razón, se optó por las terapias en grupo para los parientes, ya que se considero un recurso idóneo, el encuentro entre familias puede ofrecer muchas ventajas, por lo que respecta al apoyo que podrían brindarse entre ellos. Sin embargo, esta dinámica posee también algunos inconvenientes, pues se pueden ver circunstancias en las cuales alguno de los familiares no respete la confidencialidad de sus compañeros, originando muchas dificultades, además este puede ser un miedo que presenten muchos allegados antes de presentarse a la dinámica, entonces se correría el riesgo de que fueran muchos los destinatarios que no quisieran participar o no mostrarán interés por intervenir en la situación de feedback con sus compañeros.

Otro factor a tener en cuenta en este bloque de actividades destinado a los padres o tutores legales de los menores sería la compatibilidad de horarios debido a sus trabajos,

llegar a un acuerdo con estos participantes podría ser complicado e incluso imposible dado el número de destinatarios del proyecto, por tanto se puede contar con la posibilidad de que hubiese más ausencias de lo esperado.

Concluimos este trabajo hablando de las perspectivas del proyecto, centrándonos en la importancia que tiene la educación emocional en la sociedad actual, si se tuviese la oportunidad de ampliar el número de sesiones dando más margen para la intervención con este colectivo, se trabajaría las otras dos competencias necesarias para tener unos adolescentes inteligentes emocionalmente; la regulación y comprensión emocional. Sería interesante mantener la línea artísticas que siguen las actividades presentadas en el proyecto, al igual que sería conveniente abrir otro bloque de contenidos en el cual el educador o psicopedagogo pudiese trabajar a nivel personal con los menores y sus familiares, al igual que se podrían dar más dinámicas en las cuales se trabajase simultáneamente con los parientes y menores infractores, tal y como se daría en el Teatro Foro.

Otros destinatarios a los que sería conveniente dedicar unas líneas de intervención sería al profesorado de los institutos a los que asistan los menores, debido a la relevancia que estos poseen en la educación de los destinatarios y su autoestima. Por ende, en este bloque de contenidos se trabajaría la relevancia que posee la educación emocional en los centros, la influencia de las etiquetas peyorativas sobre los estudiantes y la relevancia de atender a los pequeños logros por encima de los negativos como método para mantener la motivación en los chicos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Andreu Rodríguez, J.M., Peña Fernández, M., y Ranírez, J.M. (2009). Cuestionario de agresión reactiva y proactiva: Un instrumento de medida de la agresión en adolescentes. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 14(1), 37-49. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.14.num.1.2009.4065>
- Bauzá, J. y Fernández Bennassar, M.D.C (2009). Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 235-242. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832320025>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Bisquerra, R. Y Pérez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>
- Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. *Cómo educar las emociones*, 24-35. <https://bit.ly/3aWVkJr>
- Bisquerra, R. y Hernández Paniello, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del Psicólogo*, 38(1), 58-65. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77849972006>
- Boletín Oficial de Castilla y León. (2011, 2 de noviembre). *Consejería de familia e igualdad de oportunidades*. BOCyL n° 211. <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2011/11/02/pdf/BOCYL-D-02112011-2.pdf>
- Boletín Oficial del Estado. (2021, 18 de febrero). *Resolución de 4 de febrero de 2021, de la Dirección General de Trabajo, por la que se registra y publica el IV Convenio colectivo estatal de reforma juvenil y protección de menores*. BOE n°42. <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2021-2543>
- Cano Figueroa, P. y Carreño Rivero, L. (2012). Consumo de sustancias psicoactivas en menores/jóvenes infractores. *Intervención psicoeducativa en la desadaptación social*, 5, 31-36. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4659739>

- Cardena Izarra, A.J. (2021). *Competencias socioemocionales, toma de decisiones y conducta antisocial-delictiva en adolescentes: Un estudio transcultural* [tesis doctoral, Universitat de Valencia]. <https://bit.ly/3RdjQ9W>
- Colom Bauzá, J. y Fernández Bennsar, M.C. (2009). Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1, 235-242.
- Contreras Martínez, L., Molina Banqueri, V. y Cano Lozano, M.C. (2011). Consumo de drogas en adolescentes con conductas infractoras: análisis de variables psicosociales implicadas. *Adicciones*, 24(1), 31-38. <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/115>
- Cuenca Sánchez, V. y Mendoza González, B. (2017). Comportamiento prosocial y agresivo en niños: tratamiento conductual dirigido a padres y profesores. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(2). <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2017.03.005>
- De la Rosa Cantina, J.M. (2003). El fenómeno de la delincuencia juvenil: causas y tratamientos. *Encuentros Multidisciplinares*, 13, 1-14. <http://hdl.handle.net/10486/680382>
- Espitia, E. (2011). Arte: Teatro foro. *Magazín Aula Urbana* (81), 16-16. <https://revistas.idep.edu.co/index.php/mau/article/view/558>
- Extremera Pacheco, N. y Fernández-Berrocal, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers* (352), 34-39. <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1170/993>
- Fernández Berrocal, P. y Extremera Pacheco, 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. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/35428/01420073000724.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fernández, T. (2021). La musicoterapia y las emociones como recurso para la resolución de conflictos en el aula. *Revista de Investigación en Musicoterapia*, 4(4), 45-55. <https://doi.org/10.15366/rim2020.4.003>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436-443. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
- Galván Moya, A.E., y Durán Palacio, N.M. (2019). Adolescentes infractores y promoción de acciones prosociales: una tarea pendiente. *El Ágora USB: Revista de Ciencias Sociales*, 19(2), 583-595. <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Agora/article/view/3756>

- Gámiz Ruiz, J., Ibáñez Ortiz, G., Rodríguez Aznar, P. y Espigares Escudero, M.J. (2014). La prevención de la conducta antisocial del adolescente en su contexto: Programa de intervención socioeducativa con menores infractores de 12 a 14 años. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente*, 57(1), 95-99. <https://www.seypna.com/revista-seypna/articulos/prevencion-conducta-antisocial-adolesce>
- Garaigordobil Landazabal, M. (2018). La educación emocional en la infancia y la adolescencia. *Participación educativa. Revista del consejo escolar del estado. Participación, educación emocional y convivencia*, 5(8), 107-127. <http://hdl.handle.net/11162/178711>
- González Aguilera, A.I. (2020). *La responsabilidad penal del menor* [trabajo de fin de máster, Universidad a Distancia de Madrid]. <https://udimundus.udima.es/bitstream/handle/20.500.12226/816/Anabel%20Gonzalez%20Aguilera.%20La%20responsabilidad%20penal%20del%20menor.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- González Arévalo, A. (2015). Dificultades y retos en el trabajo psicoterapéutico con menores infractores. *Derecho y cambio social*, 15(54), 1-11. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6678112>
- Guerra González, T. (2020). *Propuesta de un programa de inteligencia emocional para menores infractores*. [trabajo de fin de grado, Universidad de Almería] <http://repositorio.ual.es/handle/10835/9721>
- Hola Yoga (2018). *Yoga para la ansiedad: Calma sus nervios* [vídeo]. YouTube, <https://www.youtube.com/watch?v=vit0LlvI9Gc>
- Inglés, C.J., Torregrosa, M.S., García Fernández, J.M., Martínez Monteagudo, M.C., Estévez, E. y Delgado, B. (2014). Conducta agresiva e inteligencia emocional en la adolescencia. *European Journal of Education an Psychology*, 7(1), 24-91. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4834177>
- Jiménez Gutiérrez, T.I., Musitu Ochoa, G. y Murgui Pérez, S. (2005). Familia, apoyo social y conducta delictiva en la adolescencia: efectos directos y mediadores. *Anuario de Psicología*, 36, 181-195.
- Larraín. M.E. y Arrieta, M. (2010). Adolescencia: Identidad, Moda y Narcisismo. Adolescence: Identity, Fashion and Narcissism. *Revista de Comunicación*, 9, 174-189.
- León Rodríguez, D.A. y Sierra Mejía, H. (2008). Desarrollo de la Comprensión de las consecuencias de las emociones. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(1), 35-45.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-05342008000100003](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342008000100003)

Ley Orgánica 8/2006, de 4 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 5/2000, de 12 de enero, reguladora de la responsabilidad penal de los menores. Boletín Oficial del Estado 290, de 5 de diciembre de 2006. <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2006-21236>

Linares Insa, L.I. y Benedito Monleón, M.A. (2007). El grupo de iguales como contexto de la inadaptación. *Acciones e investigaciones sociales*, (24), 65-99. [https://doi.org/10.26754/ojs\\_ais/ais.200724316](https://doi.org/10.26754/ojs_ais/ais.200724316)

López Roca, N., Fernández Hawylak, M., Soldevila Pérez, J. y Muntaner Guasp, J. (2020). Programa escolar en educación secundaria con menores infractores. *Revista Colombiana de Educación*, 1(82), 15-36. <https://doi.org/10.17227/rce.num82-10340>

López Ruiz, A. (2015) Musicoterapia con adolescentes bajo medidas judiciales en régimen abierto. *Música Terapia y comunicación*, (31). <https://bit.ly/3MtqPBp>

Machado Pérez, Y. (2021). Origen y evolución de la educación emocional. *Alternancia*, 4(6), 35-47. <https://revistaalternancia.org/index.php/alternancia/article/view/819/2073>

Mampaso Desbrow, J., Pérez Fernández, F., Corbí Gran, B., González Lozano, M.P. y Bernabé Cárdaba, B. (2014). Factores de riesgo y protección en menores infractores. Análisis y prospectiva. *Psychologia Latina*, 5(1), 11-20. <https://repositorio.ucjc.edu/bitstream/handle/20.500.12020/618/29-2014-07-29-02%20MAMPASO%20%282%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martínez Pérez, M. y Sánchez Aragón, R. (2011). Evaluación Multidimensional de la Expresión Emocional. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 1(31), 11-35. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645439002.pdf>

Martínez Vispo, C. (s.f.). *Evaluación Psicológica*. Departamento de Educación y Trabajo Social. Universidad de Valladolid.

Moral Jiménez, M.D.L.V (2004). Jóvenes, redes sociales de amistad e identidad psicosocial: la construcción de las identidades juveniles a través del grupo de iguales. *Revista galego-portuguesa de psicoloxia e educación*, 9(11), 183-206. [https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/7011/RGP\\_11-12.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/7011/RGP_11-12.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Moreno, A. (2015). La relación entre cambios biológicos y psicológicos. En A. Moreno, *La adolescencia* (38-41). Editorial UOC. <https://bit.ly/3ader1M>

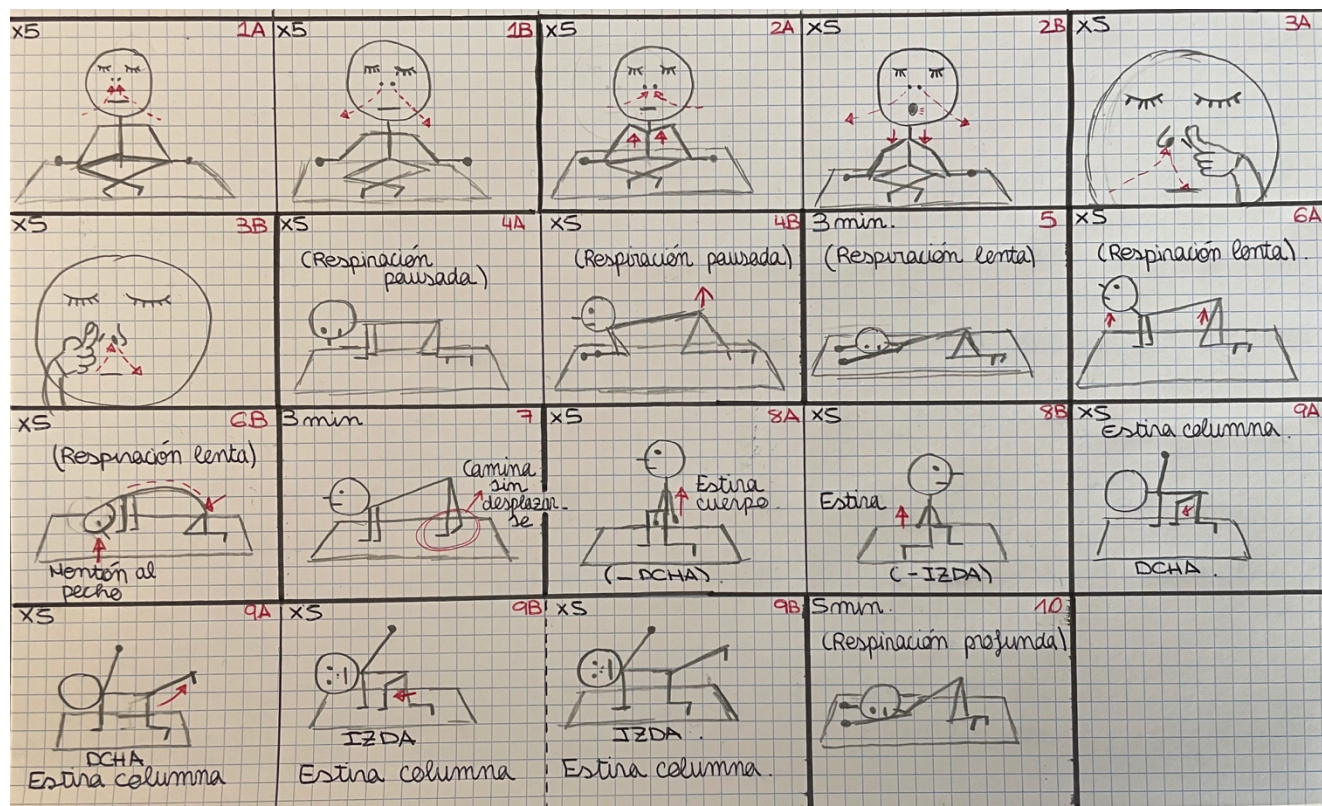
- Pascual Fernández, A., Martínez Samper, C. Y Fernández - Turrado, T. (2016). “*Cuerpo, autorretratos y miradas*” experiencia didáctica para el desarrollo de la imagen corporal a través del autorretrato. *Inteligencia Emocional y Bienestar II: Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. Ediciones Universidad San Jorge (310-320). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5572578>
- Pedreira Massa, J.L. y Martín Álvarez, L. (2000). Desarrollo Psicosocial de la adolescencia: bases para una comprensión actualizada. *Documentación Social*, 120, 69-90.
- Pérez Sotomayor, S.M. (2017). *Desarrollo Socio-Emocional de los Menores infractores* [trabajo fin de máster, Universidad de Oviedo]. [https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/43819/TFM\\_SofiaMicaelaPer ezSotoma?sequence=11](https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/43819/TFM_SofiaMicaelaPer ezSotoma?sequence=11)
- Peña Fernández, M.E. y Graña Gómez, J.L. (2005). *Conducta antisocial en adolescentes factores de riesgo y de protección*. Universidad Complutense de Madrid. <https://elibro-net.eu1.proxy.openathens.net/es/ereader/uoc/89342>
- Pina Castillo, M. (2018). La expresión creativa con menores infractores: Una experiencia de éxito en la justicia italiana. *Derecho y Cambio Social*, 51. [https://www.derechocambiosocial.com/revista051/LA\\_EXPRESION\\_CREATIVA\\_CON\\_MENORES.pdf](https://www.derechocambiosocial.com/revista051/LA_EXPRESION_CREATIVA_CON_MENORES.pdf)
- Pineda Pérez, S. y Aliño Santiago, M. (2002). El concepto de adolescencia. *Manual de Prácticas Clínicas para la atención en la adolescencia*, 2, 15-23.
- Ribé Buitrón, J.M. (2008). Regulación emocional. Influencias del cuidador y socialización de la regulación emocional en la familia. *Aperturas psicoanalíticas. Revista de Psicoanálisis*, (29). <https://bit.ly/3yH2R8u>
- Romero Batista, A. (2020). Menores infractores: causas, consecuencias y tratamiento. *Academia*. [https://www.academia.edu/49063539/Menores\\_infractores\\_causas\\_consecuencias\\_y\\_tratamiento](https://www.academia.edu/49063539/Menores_infractores_causas_consecuencias_y_tratamiento)
- Salazar Segura, M.G. (2016). Beneficios del mindfulness y su influencia en las relaciones familiares: Un estudio de caso. *Alternativas psicología*, 34, 121-131. <https://bit.ly/3leZKYB>
- Salovey, P. y Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, conocimiento y personalidad*, 9(3), 185-211. <https://bit.ly/39w127g>



- Torrente Hernández, G. y Rodríguez González, A. (2004). Características sociales y familiares vinculadas al desarrollo de la conducta delictiva en pre-adolescentes y adolescentes. *Cuadernos de Trabajo Social*, 17, 99-115.
- UNICEF. (2002). *Adolescencia: Una etapa fundamental*. UNICEF. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=9ZjGWivzrEUC&oi=fnd&pg=PA1&dq=adolescencia&ots=jKsfCkgCFE&sig=8E4FipfAQSgfn06DknzDEeZucWw#v=onepage&q=adolescencia&f=false>
- Valero Moza, S. (2016). *Influencia del grupo de iguales sobre el menor infractor*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de Jaén]. <https://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/3663/1/TFG-Valero%20Maza%2c%20Sara.pdf>
- Vanessa and om (2017, 1 de Octubre). *Mindfulness: aprende cómo practicarlo/ paso a paso/ Tips de transcendencia* [vídeo]. YouTube, <https://www.youtube.com/watch?v=ZzdVqeyN1Ck>
- Vilariño, M., Amado, B.G. y Alves, C. (2013). Menores infractores: un estudio de campo de los factores de riesgo. *Anuario de Psicología Jurídica* 2013, 23, 39-45. <https://doi.org/10.5093/aj2013a7>
- Yurrebaso Macho, A., Picado Valverde, E.M. y Orgaz Baz, B. (2021). Estudio de los factores de riesgo en menores infractores para el diseño de intervención social. *Revista de Internet, Derecho y Política*, 35, 1699-8154. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8399207>

# ANEXOS

## Anexo I.



## Anexo II.

A continuación se presenta el cuestionario final que se usará como una evaluación final del proyecto, este ha sido extraído de la investigación de Andreu, Peña y Ramírez (2009, p.13).

Desde que participaste en el proyecto, ¿Con qué frecuencia

1. Has gritado a otros cuando te han irritado.....Nunca- A veces-A menudo.
2. Has tenido peleas con otros para mostrar quién era superior...  
Nunca- A veces-A menudo.
3. Has reaccionado furiosamente cuando te han provocado otros.....  
Nunca- A veces-A menudo.
4. Has cogido cosas de otros compañeros sin pedir permiso...  
Nunca- A veces-A menudo.
5. Te has enfadado cuando estabas frustrado.....Nunca- A veces-A menudo.
6. Has destrozado algo para divertirte.....Nunca- A veces-A menudo.
7. Has tenido momentos de rabietas.....Nunca- A veces-A menudo.
8. Has dañado cosas porque te sentías enfurecido.....Nunca- A veces-A menudo.
9. Has participado en peleas de pandillas para sentirte “guay” .....  
Nunca- A veces-A menudo.
10. Has dañado a otros para ganar en algún juego.....Nunca- A veces-A menudo.
11. Te has enfadado o enfurecido cuando no te sales con la tuya.....  
Nunca- A veces-A menudo.
12. Has usado la fuerza física para conseguir que otros hagan lo que quieres.....  
Nunca- A veces-A menudo.
13. Te has enfadado o enfurecido cuando has perdido en un juego.....  
Nunca- A veces-A menudo.
14. Te has enfadado cuando otros te han amenazado.....Nunca- A veces-A menudo.
15. Has usado la fuerza para obtener dinero o cosas de otros.....  
Nunca- A veces-A menudo.
16. Te has sentido bien después de pegar o gritar a alguien.....  
Nunca- A veces-A menudo.
17. Has amenazado o intimidado a alguien.....Nunca- A veces-A menudo.
18. Has hecho llamada obscenas para divertirte.....Nunca- A veces-A menudo.
19. Has pegado a otros para defenderte.....Nunca- A veces-A menudo.
20. Has conseguido convencer a otros para ponerse en contra de alguien.....  
Nunca- A veces-A menudo.
21. Has llevado un arma para usarla en una pelea.....Nunca- A veces-A menudo.
22. Te has enfurecido o has llegado a pegar a alguien al verte ridiculizado.....  
Nunca- A veces-A menudo.
23. Has gritado a otros para aprovecharte de ellos.....Nunca- A veces-A menudo.

(