



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

*La educación emocional y su
relevancia en el proceso educativo: el
acto dramático como práctica
comunicativa*

TRABAJO FIN DE GRADO
MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTOR: HÉCTOR SAIZ FERNÁNDEZ

TUTORA: MARÍA JESÚS SANTOS MALDONADO

Palencia.

El lenguaje que dice la verdad, es el lenguaje sentipensante.
El que es capaz de pensar sintiendo y sentir pensando.

Eduardo Galeano

Nota:

Como norma general, con el objetivo de facilitar la fluidez lectora del Trabajo de Fin de Grado, vamos a emplear el sufijo correspondiente al género masculino entendiendo que se está haciendo alusión a ambos sexos.

RESUMEN

Elaboramos este trabajo con la finalidad de compartir una visión general y esperanzadora sobre la relevancia de la *educación emocional* y sus beneficios. Nos centramos en la capacidad comunicativa de las *emociones* y en su educación a través del *acto dramático*.

Exponemos un soporte teórico compuesto por los conceptos, ideas y conclusiones más relevantes sobre la influencia de las *emociones* en el comportamiento humano, el cual fundamenta la importancia de la *educación emocional* en el contexto escolar. Asimismo, presentamos una propuesta práctica donde se combinan *técnicas dramáticas y comunicativas* en un proceso de *educación emocional* continuo y abierto a la comunidad educativa.

Pretendemos que este trabajo sea un complemento útil para lo que supone el desafío de educar en la sociedad actual.

PALABRAS CLAVE: Educación emocional, inteligencia emocional, proceso educativo, acto comunicativo, acto dramático.

ABSTRACT

This project is developed with the purpose of sharing a general and hopeful view about the relevance of the emotional education and its benefits. We focused on the communicative possibilities of the emotions and their education through the dramatic act.

It includes a theoretical basis composed of the main concepts, ideas and results about the influence of emotions in human behaviour that supports the importance of the emotional education in scholar contexts. Moreover, we added a practical proposal where dramatic and communicative technics are combined in a continuous design that open up the community to the process of educating emotions.

To conclude our goal is to offer a useful project that helps professionals to educate in present-day society.

KEY WORDS: Emotional education, emotional intelligence, learning process, communicative act, dramatic act.

ÍNDICE

1- INTRODUCCIÓN -----	5
2 – JUSTIFICACIÓN -----	6
2.1 Relevancia del tema -----	7
2.2 Relación con las competencias del título -----	9
3 – OBJETIVOS-----	10
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA -----	10
4.1 Aproximación al concepto de emoción y su influencia en el comportamiento humano -----	11
4.1.1 Emociones y sentimientos-----	12
4.1.2 Funciones de las emociones-----	15
4.1.3 Relación mente - emoción-----	16
4.1.4 El código comunicativo de las emociones-----	17
4.2 Teorías y propuestas representativas-----	18
4.2.1 Antecedentes de la inteligencia emocional: la teoría de las inteligencias múltiples-----	19
4.2.2 El origen del término inteligencia emocional -----	21
4.2.3 Modelos de inteligencia emocional: mixtos y de habilidades-----	22
4.3 Las emociones en el contexto educativo -----	24
4.3.1 La relación inteligencia emocional y aprendizaje -----	26
4.3.2 La educación emocional -----	26
4.3.3 Marco legislativo de la educación emocional-----	28
4.4 Educación emocional en el aula -----	30
4.4.1 El medio: los actos comunicativos como base para la educación emocional ----	31
4.4.2 La dramatización y el teatro como instrumento para la educación emocional---	32
5. CONCEPCIÓN METODOLÓGICA -----	34

5.1 El enfoque por tareas-----	36
6. PROPUESTA PRÁCTICA: “TE-ATRO, YO TE-ATRO A TI TAMBIÉN”-----	39
6.1 Contexto -----	39
6.2 Area de estudio y transversalidad-----	40
6.3 Temporalización-----	41
6.4 “TE-ATRO, YO TE-ATRO A TI TAMBIÉN” -----	41
6.4.1 Tarea final -----	41
6.4.2 Desarrollo de la sesión de teatro foro -----	42
6.4.3 Secuenciación de tareas -----	50
6.4.4 Sugerencias de la puesta en práctica -----	52
6.4.5 Evaluación -----	53
7. CONCLUSIONES-----	54
8. LISTA DE REFERENCIAS -----	57
ANEXOS-----	60

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Esquema sobre el proceso emocional	13
Ilustración 2. Tipos de emociones.....	14
Ilustración 3. Funciones de las emociones.....	15
Ilustración 4. Desarrollo del concepto de inteligencia emocional	21
Ilustración 5. Proceso de elaboración de una secuencia didáctica por tareas.	39

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

1- INTRODUCCIÓN

A lo largo de los años la educación se ha orientado hacia la producción y gestión de información, creyendo en el proceso educativo como un camino hacia el éxito profesional. Hoy en día, comprobamos como esa concepción academicista de la educación exitosa no tiene los resultados positivos esperados. La ansiedad, el estrés y la depresión tan presentes hoy en día entre nosotros, son una consecuencia de una mala o inexistente *educación emocional*.

Vivimos en una sociedad cada vez más caracterizada por un creciente *analfabetismo emocional*. El sistema educativo forma para la excelencia académica cuantificable y desatiende la dimensión emocional de los estudiantes. Olvidamos que ante todo somos personas vivas, seres emocionales capaces de sentir y sobre todo, capaces de pensar. Es el momento de un cambio profundo y de calidad en los procesos educativos, marcado por el cultivo de la emoción y las prácticas educativas cargadas de realidad. Dejemos de ocultar y negar nuestros sentimientos, aprendamos a gestionar las emociones para un mayor bienestar personal y social.

Para nosotros, no existe éxito educativo separado del éxito personal del estudiante. Identificamos procesos educativos de calidad y exitosos en las prácticas donde se plantean objetivos basados en formar personas libres, felices, emprendedoras y capaces.

La *educación emocional* es nuestra contribución como docentes a la sociedad. Pretendemos formar emocionalmente a las personas para ayudarlas a tomar el rumbo de sus decisiones, a hacerles caminar por la vida siguiendo el sendero adecuado para cada uno, el que les conduzca a ser felices individual y socialmente.

Este trabajo constituye un complemento a toda la formación recibida en estos cuatro años de trabajo y estudio. Además, es un punto de partida en nuestra formación como educadores emocionales. Pretendemos que también pueda serlo para alguno de sus lectores, por lo que lo hemos estructurado de la forma que creemos mejor se comprenda:

- En primer lugar, presentamos el marco teórico. En el que se fundamenta la relevancia del tema a través de los resultados de diversas investigaciones sobre la emocionalidad humana y teorías relacionadas.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

- En segundo lugar, orientamos los contenidos de la fundamentación teórica hacia la consideración y relevancia de la capacidad comunicativa de las emociones. Nos centramos en el *acto dramático* como práctica de calidad educativa.
- Progresivamente a lo largo del proyecto, dirigimos los contenidos hacia lo que la *educación emocional* conlleva en un contexto educativo de aula ordinario.
- A continuación, recogemos una serie de consideraciones relevantes a tener en cuenta en el desarrollo de un proyecto emocional en un contexto educativo.
- Finalmente, presentamos una propuesta práctica diseñada por tareas que sirva de conexión entre la teoría del proyecto y la realidad educativa de los centros escolares. En ella, el *acto dramático* es el medio a través del cual se producen los aprendizajes.
- Por último, añadimos varios anexos que resultarán útiles y clarificadores al lector.

2 – JUSTIFICACIÓN

Son muchas las dudas que surgen cuando nos encontramos tan cerca de concluir el periodo de estudio y trabajo que supondrá llegar a ser maestro especialista en Educación Primaria. En general, todas esas incógnitas se orientan hacia las perspectivas de futuro que cada estudiante hemos ido consolidando en estos 4 años. En nuestro caso particular, las dudas siguen girando alrededor de cuáles son y cómo identificar las necesidades del alumno, en conexión con el tipo de profesor que pretendemos ser y lo que eso conlleva.

Para nosotros, las necesidades prioritarias de los niños hoy en día están claras, son todas aquellas que una vez satisfechas contribuyan al aumento de la felicidad y el bienestar de su persona y de las que se encuentran a su alrededor. Creemos que la sociedad en general se ha orientado hacia la búsqueda de resultados evidentes, inmediatos y cuantificables, olvidándonos que somos seres emocionales, capaces de sentir un millón de emociones diferentes que, sin que en muchos casos seamos conscientes, determinan nuestras decisiones y conducen nuestras vidas.

Del mismo modo que la escuela y los maestros han orientado su práctica a lo largo del tiempo hacia la enseñanza basada en conceptos y aprendizajes estáticos, creemos que es tiempo para el cambio. Cambio que conlleve la consideración de la *dimensión emocional* de las personas y las necesidades que ello implica. Esto supone concebir un nuevo tipo de

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

inteligencia a desarrollar así como un nuevo modelo de educación en el que basarse: la *inteligencia y educación emocional*.

Nuestro objetivo futuro es formar personas libres, felices y emocionalmente estables. Si analizamos la situación de muchos alumnos y jóvenes de hoy en día, podemos observar como el sistema educativo formal produce personas emocionalmente débiles, las cuales no saben gestionar sus propias emociones y por ende, tampoco las de los demás. Son personas condicionadas por la incapacidad de identificar qué les ocurre y actuar en consecuencia para guiar sus vidas hacia el bienestar. Los resultados a nivel social son evidentes: aumento de actitudes individualistas, poco solidarias, egoístas e incluso violentas; consecuencias en la salud de los niños y jóvenes, depresión, ansiedad, consumo de sustancias adictivas, etc.; pérdida del carácter social de las personas, aislamiento, abusos o soledad entre otras variadas consecuencias.

Muchas teorías educativas e investigaciones actuales respaldan los beneficios de un proceso educativo que incluya la *educación emocional* como parte esencial del desarrollo de las personas. A lo largo de los 4 años de trabajo en este Grado, se nos ha introducido en alguna de estas teorías, sentando precedente en nuestro caso para investigaciones futuras. Es por eso que consideramos este tema un complemento valioso a la formación recibida, pretendiendo poder iniciarnos profundamente en lo que la *educación emocional* supone y también, con el deseo de saber transmitírselo a los lectores de la mejor manera posible.

2.1 RELEVANCIA DEL TEMA

Mi interés por la *educación emocional* y en particular por su consideración en el aula, tiene su origen en la formación recibida en varias materias del Grado. Sin embargo, es durante un periodo como estudiante Erasmus en pequeñas comunidades de la provincia ecuatoriana de Esmeraldas, cuando mi interés por el tema realmente se enfatiza. Es en Ecuador y en sus pequeñas comunidades esmeraldeñas, más específicamente, en sus centros escolares, donde realmente me hago consciente de la falta de consideración emocional que domina nuestro sistema educativo y social.

El carácter sociable y cercano de la población latinoamericana con la que me relacioné, me evidenciaron la importancia de valorar las emociones personales y la necesidad de considerar al alumno como un ser complejo siempre condicionado por cada

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

emoción y sentimiento que experimenta. Pude acompañar y compartir experiencias con un grupo de docentes cuyos objetivos se centran en formar estudiantes capaces de gestionar sus vidas de la mejor manera posible, para su bienestar personal y colectivo. En parte, estos docentes se veían obligados a atender las necesidades emocionales de los alumnos ya que las condiciones y situaciones familiares así lo requerían. Era en esos momentos cuando yo me daba cuenta de que, independientemente del lugar y situaciones, todos necesitamos expresar nuestras emociones, muestras de afecto, identificar qué sentimos y ayuda formativa externa para gestionar adecuadamente nuestra emocionalidad.

Allí también tuve la oportunidad de acudir a diversos actos formativos, en especial, a un seminario impartido por *Pedagogos Teatrales* licenciados¹ como tal. Su planteamiento pedagógico se basa en el uso de recursos expresivos/emotivos en el aula como facilitadores del aprendizaje. Dichos recursos educativos se centran en potenciar la creatividad del alumnado, su desarrollo afectivo-emocional, auto-motivación y capacidad expresiva, utilizando siempre planteamientos basados en experiencias reales propias de su entorno más cercano.

Mientras que en los países europeos y de occidente, gran parte de los caminos hacia los que la educación se orienta, son la excelencia educativa cuantificable y competitiva, algunos educadores innovadores inmersos en las corrientes de renovación pedagógica, consideran igualmente relevante formar al alumno emocionalmente para enfrentar el mundo que lo rodea. Para ellos, resulta esencial potenciar emociones positivas y que estas puedan condicionar los actos del día a día. Sentimientos de felicidad, alegría, solidaridad, empatía, así como valorar el amor y el afecto, son algunos de los centros de actuación de estas corrientes metodológicas. También educan para superar problemas, extraer aprendizajes positivos de experiencias negativas como la superación del rechazo, hacer frente a la frustración, aceptar y valorar la crítica (sin que conlleve una destrucción personal), liderar la propia personalidad, afrontar la pérdida, entre otros objetivos.

¹ El término que los define no tiene un reconocimiento similar en España, al contrario que en Latinoamérica. Allí la Pontificia Universidad Católica de Chile ofrece la posibilidad de diplomarse como Pedagogo Teatral.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

2.2 RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO

Este trabajo conlleva y contiene un compendio de las competencias que se deben desarrollar para la obtención del título de Maestro de Educación Primaria. Exponemos a lo largo de su elaboración, como hemos adquirido las destrezas necesarias en relación a las competencias generales que se recogen en el documento elaborado por la Universidad de Valladolid. Específicamente, los contenidos de este proyecto se relacionan con las siguientes competencias del Título:

1. Poseer unos conocimientos fundamentados en relación con el área de estudio que es *la educación*, expresados mediante un lenguaje adecuado y terminología específica. Donde se tienen en cuenta aspectos psicológicos y evolutivos del alumnado y criterios de evaluación propios de un correcto proceso de enseñanza aprendizaje. Todo ello contenido en el marco educativo establecido por la legislación aplicable.
2. Ser capaz de planificar secuencias didácticas y prácticas educativas fundamentadas en teorías del aprendizaje. En las que se considera durante su elaboración el contexto específico de actuación, las posibilidades interdisciplinares que ofrecen y el trabajo conjunto entre profesionales.
3. Desarrollar diferentes habilidades de comunicación que nos hagan capaces de transmitir y compartir información a cualquier tipo de público más fácilmente.
4. Reflexionar sobre la práctica docente. Con el fin de elaborar planificaciones adaptadas a las necesidades educativas actuales y cargadas de significado para los alumnos.
5. Iniciarse en procesos de investigación relacionados con el campo de la educación y centrados en un tema determinado.
6. Desarrollar un compromiso ético profesional donde se potencien los valores democráticos, no discriminatorios, inclusivos, interculturales, de respeto, equidad e igualdad.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

3 – OBJETIVOS

Este trabajo se elabora con la perspectiva de llegar a ser un documento útil, que nos sirva para ampliar y reforzar los conocimientos relacionados con la presencia e influencia de las emociones en diferentes contextos sociales, específicamente en el educativo. Partimos de los objetivos propios del Grado en Educación Primaria para redactar a continuación los que nos proponemos con este proyecto:

1. Profundizar en los conceptos relacionados con la *emocionalidad humana*. Conocer las teorías más representativas y relevantes sobre la emoción y su conexión con el proceso educativo.
2. Aprender a afrontar positivamente situaciones conflictivas que surgen como consecuencia del choque entre diferentes lenguas. Especialmente, entre actos comunicativos no verbales basados en el lenguaje de las emociones.
3. Atender las necesidades educativas emocionales del alumnado mediante una satisfactoria *educación emocional*.
4. Planificar una secuenciación didáctica como base de un proyecto emocional. Donde la colaboración con otros profesionales se valore positivamente e involucre al resto de miembros de la comunidad educativa.
5. Desarrollar una propuesta práctica que recoja los contenidos del proyecto, que sirva para educar emocionalmente al alumnado y fomentar el bienestar entre los miembros de la comunidad educativa.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La fundamentación teórica que a continuación se presenta se ha elaborado en base a diferentes perspectivas teóricas y prácticas relacionadas con la *emoción* y sus constituyentes. En un principio, presentamos las definiciones y fundamentos teóricos sobre la emoción para en base a ello, avanzar hacia la dimensión práctica de la denominación *educación emocional*, y más particularmente, enfocada hacia su desarrollo en diferentes contextos

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

educativos. Consideramos necesario dedicar, esta primera parte del trabajo, al desarrollo de significados relacionados con conceptos y procesos emocionales. Estos se enmarcan en corrientes psicológicas, filosóficas, psicosociales y educativas que nos permitirán, además de fundamentar el proyecto, hacer evidente la importancia, pertinencia y estrecha relación de la dimensión emocional del ser humano con el desarrollo de nuestras vidas, toma de decisiones, capacidades de aprendizaje y habilidades exitosas.

4.1 APROXIMACIÓN AL CONCEPTO DE EMOCIÓN Y SU INFLUENCIA EN EL COMPORTAMIENTO HUMANO

El cerebro humano es una máquina compleja que nos caracteriza y nos diferencia de los animales. Durante la historia de la humanidad no ha dejado de ser objeto de estudio y análisis debido a la complejidad de las funciones que en él se desarrollan. No ha sido hasta las pasadas décadas cuando la tecnología ha permitido comprender más profundamente parte de su funcionamiento. Invenciones como el escáner cerebral han permitido identificar las reacciones que se producen en él mientras pensamos, sentimos o imaginamos.

Con el fin de comprender su funcionamiento y acotar lo más posible las funciones de las diferentes áreas que lo componen, los investigadores han realizado gran variedad de estudios que finalmente han evidenciado que el elemento consciente-racional² no es el único responsable de regular su actividad. Gracias a los estudios de importantes neurólogos y científicos como Joseph LeDoux y António Damásio, citados por Belmonte en su obra *Emociones y Cerebro* (2007), se ha llegado a considerar hoy en día el elemento emocional como principio destacable e influyente en la actividad cerebral.



Desde la Prehistoria hasta nuestros días los comportamientos y reacciones del ser humano han estado siempre condicionados por la parte emocional del cerebro. En consecuencia, hoy en día las emociones conforman una parte innata en el ser humano construida a lo largo de siglos de historia y vivencias. Para ilustrar cómo las emociones

² Caracterizado por atenerse a las leyes de la lógica y la reflexión.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

determinan nuestra actuación, imaginemos el caso atemporal de unos padres que sacrifican su vida por salvar la de su descendencia ante una situación caótica (como puede ser un accidente o el ataque de un depredador). Desde el punto de vista racional, puede considerarse un sacrificio totalmente ilógico, ya que el acto conlleva el sacrificio del propio ser. Sin embargo, desde la perspectiva emocional, el acto se concibe como una decisión justificada, incluso como la única posible, sin considerar el sacrificio personal que conlleva para los progenitores. En una situación normal, la parte racional y emocional del cerebro negocian cuál será la respuesta más adecuada, pero en casos extremos como el del ejemplo, una de las partes se superpone a la otra siendo decisiva en el comportamiento.

En este caso puede parecer que las emociones, cuando son decisorias en una situación tan dramática, juegan un papel perjudicial para el ser humano. Sin embargo, según determinados socio-biólogos, son las emociones las que nos permiten hacer frente a determinadas decisiones que superan la capacidad de nuestro intelecto, de nuestra parte racional (Goleman, 1996). Se hace evidente, a través de este ejemplo, la responsabilidad e implicación de las emociones en actos determinantes para el ser humano. También, la imperiosa necesidad de estudiar el comportamiento emocional humano, decisorio en nuestras vidas y desafortunadamente obviado a lo largo de la historia.

4.1.1 EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

En general toda persona está familiarizada con el término *emoción*, pero la mayor parte no es capaz de definirlo de forma expresa. *Emoción* resulta ser un concepto muy amplio que consideramos importante definir antes de continuar. Después de revisar algunas de las muchas definiciones, nos decantamos por la de Bisquerra (2003) que las describe como:

Una emoción se produce de la siguiente forma: 1) Unas informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro. 2) Como consecuencia se produce una respuesta neurofisiológica. 3) El neocortex interpreta la información.

De acuerdo con este mecanismo, en general hay bastante acuerdo en considerar que una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno. (p. 12)

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

En base a la definición de Bisquerra elaboramos a continuación la que consideramos mejor describe el concepto de *emoción* en el contexto del proyecto:

Una *emoción* es el estado corporal complejo (físico y psíquico) que experimenta una persona inmediatamente ante una perturbación externa o interna significativa para su vida. Se produce de forma automática y conlleva un condicionamiento de la respuesta según la situación y su interpretación previa. Las vivencias emocionales responden al siguiente esquema de funcionamiento:

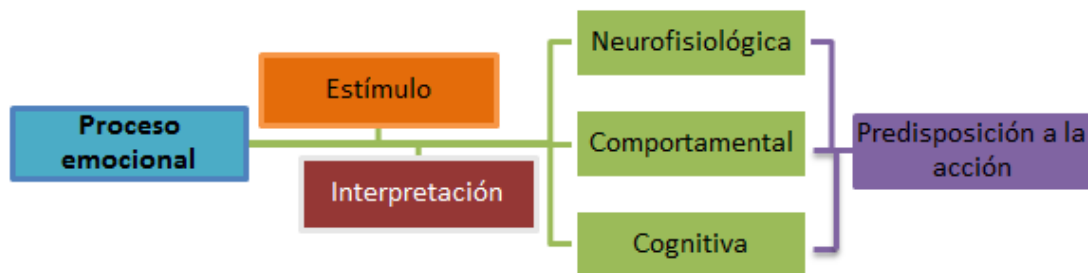


Ilustración 1. Esquema sobre el proceso emocional.

En relación con las tres formas de interpretación del estímulo presentes en el esquema, el componente neurofisiológico es el responsable de respuestas involuntarias imposibles de controlar (taquicardias, tono muscular, sudoración, cambios hormonales, rubor, etc.). La parte comportamental hace referencia al comportamiento del individuo y sus evidencias físicas (expresiones, lenguaje no verbal, tono de voz, ritmo, etc.) Estas últimas son signos bastantes precisos de qué tipo de emociones está experimentando en ese momento y de su estado emocional general. Por último, la parte cognitiva, la más racional de todas, se relaciona con la identificación consciente de la emoción experimentada. Está ligada al concepto de *sentimiento*, hace que demos nombre a las emociones que experimentamos a través del componente neurofisiológico.

En muchos casos, se entiende emoción y *sentimiento* como sinónimos pero no lo son. Después de repasar varias definiciones nos apoyamos en la de LeDoux (1999) para crear nuestra propia descripción del término:

Un *sentimiento*, al contrario que la mayoría de respuestas emocionales innatas, es una reacción emocional voluntaria. Se produce debido a la codificación en el cerebro de una determinada emoción, posibilitando a la persona la identificación de la emoción específica que experimenta y clasificándose estos sentimientos en positivos o negativos.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

Respecto a los diferentes tipos de emoción, después de comparar varias clasificaciones, nos apoyamos en la de Fernández Abascal y Domínguez (2001) para organizarlas en los siguientes grupos:

- Emociones primarias: de carácter inmediato y conductual. Están presentes en toda persona independientemente de su cultura y se definen por sus características compartidas entre los individuos. Ejemplo: alegría, ira, miedo, tristeza y repugnancia.
- Emociones secundarias: a diferencia de las primarias éstas se diferencian claramente entre los individuos que las experimentan. Tienen su base en las primarias pero son fruto de la experiencia y desarrollo individual. Ejemplo: placer, deseo, orgullo, vergüenza, odio, celos, envidia, culpa, etc.
- Emociones negativas: se relacionan con sentimientos desagradables y dañinos. Son emociones difíciles de gestionar y con un gran impacto en la personalidad y desarrollo individual.
- Emociones positivas: implican sentimientos agradables y beneficiosos. Se experimentan durante un corto espacio de tiempo y son difíciles de mantener. En nuestro caso, son el tipo de emociones cuyo objetivo pretendemos prolongar y saber desarrollar.
- Emociones neutras: son reacciones que no producen un sentimiento claro de agrado o desagrado. Son facilitadoras de futuros estados emocionales. Ejemplo: la sorpresa.

TIPOS DE EMOCIONES

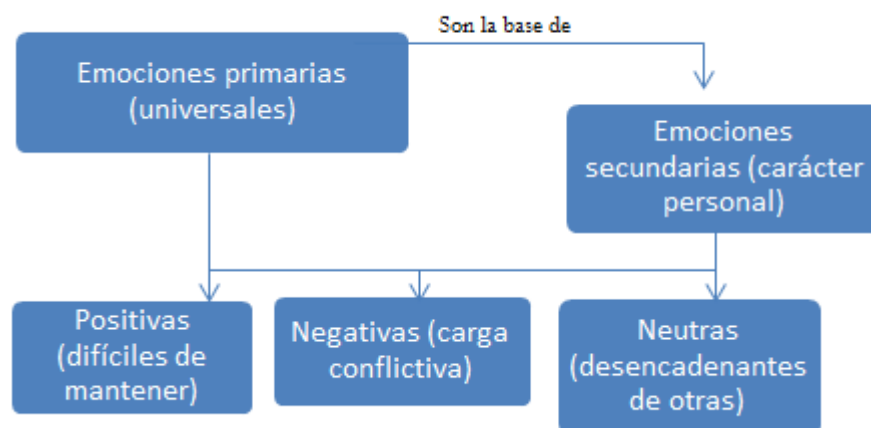


Ilustración 2. Tipos de emociones.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

4.1.2 FUNCIONES DE LAS EMOCIONES

Todas las respuestas emocionales que una persona experimenta tienen una función específica. Es decir, esas respuestas son en algún sentido útiles para la persona que las padece. Así Reeve (2003), diferencia tres ámbitos funcionales de las emociones:

Función adaptativa: es la responsable de preparar al organismo para la producción de una respuesta eficaz determinada por el ambiente. Algunos autores han identificado algunas emociones con la respuesta funcional adaptativa que las corresponde. Por ejemplo, el miedo se correspondería con la función de protección del individuo, la ira con la destrucción, la confianza con la afiliación, el asco con el rechazo, la alegría con la reproducción y la sorpresa con la exploración. El primero en poner de relieve la función adaptativa de las emociones fue Charles Darwin (1984), quien remarcó la importancia de estas para facilitar una conducta apropiada.

Función social: además de facilitar la respuesta ante un estímulo que habitualmente es de origen social, la expresión de las emociones a través del lenguaje no verbal, permite a los demás interpretar y predecir comportamientos y situaciones asociadas a ellas. Chóliz (2005) destaca varias funciones sociales de las emociones como: facilitadoras de la interacción social, reguladoras de la conducta de otros y promotoras de conductas pro-sociales. Emociones consideradas positivas socialmente favorecen los vínculos entre personas y las relaciones interpersonales. En relación con la función adaptativa y social la capacidad de reprimir emociones y su expresión también tiene un papel determinante en las conductas sociales.

Función motivacional: las emociones confieren energía a las conductas motivacionales. Es decir, una actividad con una gran carga emocional se realiza de forma más entregada que una con menos carga emocional. Por ejemplo, la ira actúa como motor motivacional que facilita reacciones de carácter defensivo mejores que si no se hubiera experimentado. Debemos señalar que las emociones pueden conllevar un proceso motivacional, del mismo modo que un proceso motivador puede producir mayor carga emocional.



Ilustración 3. Funciones de las emociones.

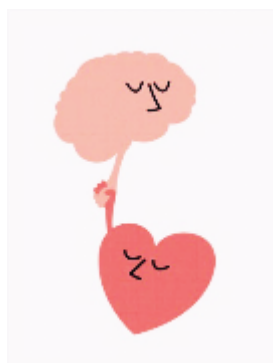
La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

4.1.3 RELACIÓN MENTE - EMOCIÓN

Las investigaciones y estudios sobre las reacciones humanas en relación con el comportamiento del cerebro han llevado a sus autores a diferenciar entre dos tipos de mentes: la *mente racional* y la *mente emocional*. En la mayoría de las ocasiones funcionan sincrónicamente: la *mente racional* (caracterizada por su carácter reflexivo y lógico) limita la actuación automática de la *emocional* (caracterizada por sus respuestas instintivas), esta última nutre a la *racional* completando el significado de lo percibido (Goleman, 1996). Dicha sincronía se rompe en situaciones caóticas como mostramos en el ejemplo de los padres protegiendo su progenie.

En relación con la mente y sus capacidades, la *inteligencia* ha sido ampliamente definida a lo largo del tiempo para concluir en que, independientemente de sus constituyentes, es una facultad humana básica que nos permite el aprendizaje y su aplicación (Galvis Leal, 1999). Tanto la *mente racional* como la *emocional* son componentes complementarios del proceso de aprendizaje y por lo tanto, son constituyentes del concepto de *inteligencia*. Las diferencias entre los dos tipos de mentes han llevado a estudiosos del tema como Goleman, a definir dos tipos de inteligencias: la *racional* y la *emocional*.

Cabe destacar también, el cambio de concepción que se ha producido respecto a lo que entendemos por inteligencia. Se está dejando de considerar la *inteligencia racional*, generalmente cuantificada usando el Cociente Intelectual o CI, como un indicador de éxito personal y social. Goleman (1996) titula el capítulo número 3 de su libro *Inteligencia*



Emocional como “Cuando el listo es el tonto”, título que creemos ejemplifica claramente lo que ocurre en determinadas situaciones en las que la respuesta racional no resulta ser la más satisfactoria. Es en estos casos, cuando se hace evidente el papel de la inteligencia emocional, que además de posibilitar en ocasiones soluciones más adecuadas que las racionales, siempre está presente en las reacciones humanas complementando las decisiones puramente racionales.

En el contexto educativo que nos concierne, el aprendizaje debe conllevar necesariamente la relación de dichos dos tipos de inteligencias y su desarrollo

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

complementario. Las nuevas corrientes pedagógicas y los resultados evidenciados de las nuevas prácticas, han hecho que las teorías educativas y de aprendizaje, se orienten actualmente hacia la consideración de la *inteligencia racional y emocional* en estrecha relación para producir un proceso óptimo de aprendizaje.

4.1.4 EL CÓDIGO COMUNICATIVO DE LAS EMOCIONES

Las emociones han sido a lo largo de los años las que han posibilitado la permanencia en la tierra del ser humano, resolviendo satisfactoriamente determinadas decisiones que ponían en peligro la continuidad de su especie. En su proceso evolutivo, el hombre ha llegado a codificar parte del *lenguaje emocional* para constituir un código de comunicación que, a menudo, conlleva respuestas y disposiciones emocionales involuntarias de quienes nos rodean.

Estudiosos reconocidos del tema como Mora Teruel (2013) señalan que las respuestas emocionales tienen dos acepciones: una interna, que experimenta el individuo y que le resulta difícil de expresar (componente subjetivo), y otra externa con carácter conductual (respuesta vegetativa y motora), cuyo código es comprendido y compartido por los miembros de la comunidad. La interpretación de ese *código emocional* compartido se hace al dotar de significado determinadas respuestas fisiológicas involuntarias representadas a través de la comunicación no verbal (Rulicki & Martín, 2012). Este lenguaje emocional facilita al ser humano la asociación de determinadas respuestas con su significado real, el cual en ocasiones permanece oculto en el lenguaje oral.

Es la carga emocional de las respuestas humanas la que se relaciona directamente con el lenguaje no verbal y con el acto real de comunicar. Como ya hemos señalado más arriba, cuando una persona experimenta una emoción, o se encuentra bajo su efecto, su cuerpo automáticamente se predispone para facilitar un determinado tipo de reacción, las cuales constituyen en este caso un mensaje para otra persona. Así por ejemplo, una reacción emocional de miedo, caracterizada por una respuesta fisiológica como palidez en la cara, sirven de señal a otra persona que automáticamente, interpretará la pérdida de color asociándola con el sentimiento de miedo que sufre el emisor ante el estímulo. Esta traducción fisiológica de las emociones conforma un lenguaje global con millones de interpretaciones diferentes. El lenguaje de las emociones es parte esencial de nuestra capacidad comunicativa como veremos más adelante.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

4.2 TEORÍAS Y PROPUESTAS REPRESENTATIVAS

Desde la antigüedad, filósofos e investigadores han desarrollado teorías intentando comprender mejor al ser humano, y como fin último, con el objetivo de conocerse mejor a ellos mismos. Son muchos los que han estudiado las emociones desde diferentes perspectivas.

Según Casado y Colomo (2006), fue dentro del campo de la filosofía donde primero se consideró el concepto de emoción. Así, Platón (1992) planteó una teoría de la emoción en la que dividía la mente humana en tres dominios: *cognitivo*, *afectivo* y *apetitivo* que hoy en día, se identifican en Psicología, con la *cognición*, *la motivación* y *la emoción*. Como vemos, Platón ya establecía una diferencia entre lo que más arriba señalábamos como mente racional y emocional. Aristóteles (1999), a su vez, fue el que desarrolló en *La Retórica*, la teoría clásica más completa que incluía el tratamiento de las emociones. En ella expone que la emoción es parte de una reacción inmediata que sufre el ser humano y que lo lleva a afrontar una situación con los medios de los que dispone en un momento determinado. Aristóteles, al contrario que Platón, señala una relación entre la parte racional e irracional siendo cada una influyente en la otra.

Además de la filosofía, la psicología también ha desarrollado sendos estudios en el campo de las emociones. Como expone Malo (2006) en su obra, Freud continúa desarrollando dicha relación entre emoción y razón. Sus hipótesis se basan en que la fuente de la emoción es el *Ello*, caracterizado por ser fuente de la *libido* o pulsión instintiva más impersonal y antigua. Y es el *Ello* el que dirige a las otras dos partes de la psique: el *Yo* (caracterizado por el juicio y el pensamiento) y el *Super Yo*. Además identifica los sentimientos como los responsables de interpretar las emociones.

Estas clasificaciones incluyen a la emoción como componente del pensamiento humano y la relacionan con respuestas fisiológicas y actitudinales. Sin embargo, ninguna llega a considerar la emocionalidad como parte fundamental de la inteligencia.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

4.2.1 ANTECEDENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL: LA TEORÍA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Es Gardner (1995) el primero que introduce las que constituyen, entre otros, las premisas de la *inteligencia emocional*. Gardner cuestiona la relevancia del *cociente intelectual* como indicador de inteligencia y éxito, símbolo de una escuela homogeneizadora que no tenía cabida en los resultados de sus investigaciones sobre la naturaleza del potencial humano. Entre 1979 y 1983, llevó a cabo su estudio que concluyó con la

publicación de su obra *Frames of mind*. Sus teorías tuvieron poca repercusión en el ámbito psicológico pero causaron gran revuelo entre los profesionales de la educación, ocasionando que, años más tarde, el mismo autor publicara una nueva obra dirigida específicamente hacia la práctica educativa: *Multiple intelligences. The theory in practice*, considerando las *inteligencias múltiples* como base metodológica. En esta obra expone que existen 7 tipos diferentes de inteligencias propias a cada individuo. Nos basamos en la explicación de Armstrong (2012) para resumir cada una de la siguiente manera:



Musical: se relaciona con capacidades musicales de percepción, discriminación, transformación y expresión. Incluye una mayor sensibilidad al ritmo y a las melodías.

Cinético-corporal: implica el control avanzado del propio cuerpo para expresar a través de él ideas y sentimientos (estrechamente relacionado con la comunicación no verbal). Conlleva una mayor facilidad para usar las manos en las tareas encomendadas y para la transformación de objetos. Incluye habilidades como el equilibrio, fuerza, velocidad, etc.

Lógico-matemática: conlleva un nivel de razonamiento lógico alto y la destreza de emplear los números con eficacia en todas sus vertientes. También se relaciona con la capacidad de abstracción, creación de patrones, relaciones, categorías, deducciones, etc.

Lingüística: uso del lenguaje de manera eficaz, ya sea de forma oral o escrita. Abarca toda la dimensión lingüística y las capacidades relacionadas con ella (mnemotecnia, retórica, metalenguaje, etc.).

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

Espacial: se relaciona con la capacidad de percibir el espacio de manera precisa y administrarlo eficientemente. Implica una sensibilidad más alta ante las formas, disposiciones y relaciones entre elementos. También conlleva una mayor facilidad para orientarse y representar gráficamente ideas con carácter visual/espacial.

Interpersonal: se relaciona con las capacidades de percibir y distinguir estados anímicos, intenciones, motivaciones y sentimientos en otras personas. Incluye las habilidades para responder eficazmente ante el lenguaje no verbal y para influir sobre un grupo.

Intrapersonal: implica un autoconocimiento y un control personal. Se caracteriza por la consideración de una imagen muy precisa de uno mismo, de sus emociones, sentimientos y motivaciones.

Posteriormente, Gardner (2001) añade dos tipos más de inteligencias:

Existencial: se relaciona con capacidades que permiten contemplar la vida más allá de las evidencias físicas. Conlleva cuestionar los sentidos y significados de las acciones y la vida, el más allá. Sugiere incluso la posibilidad de otras inteligencias relacionadas.

Naturalista: conlleva las capacidades de reconocer y clasificar los elementos naturales de flora y fauna a nuestro alrededor. También hacia aquellos fenómenos naturales presentes en contextos tanto rurales como urbanos.

En base a esta teoría, la práctica docente debería dirigirse hacia el desarrollo de todos los tipos de inteligencia a través de la práctica educativa diaria en el centro escolar. De este modo, cada alumno podría desarrollar de manera óptima las habilidades hacia las que se encuentra más predispuesto. De todas ellas, la *inteligencia intrapersonal e interpersonal*, hacen referencia a competencias sociales y personales, lo que supone la consideración de conceptos cargados de aspectos emocionales. Según Fernández Rodríguez (2013), son estas dos inteligencias las que conforman la denominación de *inteligencia emocional* hoy en día, refiriéndose la inteligencia interpersonal a un tipo social de inteligencia y la intrapersonal a uno más individual-personal.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

La teoría de Gardner da pie a que unos años más tarde surja el concepto de *cociente emocional*³ o CE (Bar-On, 1988), el cual se enfrentaba al ya utilizado *cociente intelectual*. Los dos fueron entonces incorporados como elementos de medida de



la inteligencia humana, la cual ya no era únicamente definida por la inteligencia racional. Se comenzaron así a tener en cuenta en el proceso de aprendizaje determinados factores sociales, personales, emocionales y afectivos considerados no cognitivos.

El siguiente esquema elaborado por Kendra Cherry (2014) muestra la evolución del concepto de *inteligencia emocional* a lo largo de los años:

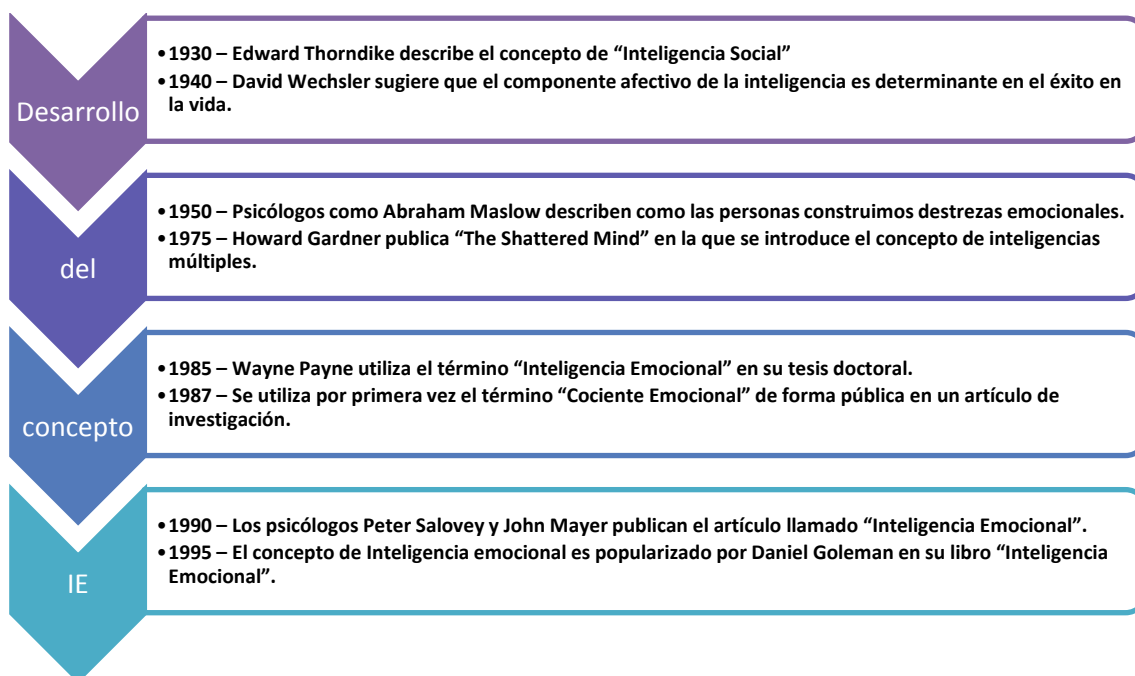


Ilustración 4. Desarrollo del concepto de inteligencia emocional.

4.2.2 EL ORIGEN DEL TÉRMINO INTELIGENCIA EMOCIONAL

El término específico de *inteligencia emocional* fue desarrollado por Salovey y Mayer (1990). La definieron como un tipo de inteligencia social que nos hace capaces de tomar control sobre nuestras propias emociones y sobre las del resto de personas que nos rodean. Nos permite interpretar las emociones propias y ajenas con el fin de orientar nuestro

³ En 1985 Bar-On utilizó el término *cociente emocional* (Emotional Quotient) en su tesis doctoral, el cual adquiere difusión a partir de entonces.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

pensamiento y actuaciones para responder de la manera más satisfactoria y adaptada al contexto cultural en el que se encuentra la persona. La *inteligencia emocional* se manifiesta en cada individuo mediante un amplio abanico de habilidades y rasgos de personalidad. En el año 2000 después de modificar-actualizar sus teorías en base a los estudios realizados, estos autores definen la *inteligencia emocional* como: *La capacidad para procesar la información emocional con exactitud y eficacia, incluyéndose la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones* (Mayer, Salovey, & Caruso, 2000, pág. 109). Posteriormente a la acuñación del término, se produce su difusión a nivel mundial gracias a la obra de Goleman (1996).

Este psicólogo sigue desarrollando el concepto de *inteligencia emocional* en relación con la situación del ser humano en la actualidad, sus necesidades y el hecho de haber infravalorado la dimensión emocional y haber empoderado la racional a lo largo del tiempo. En su obra, modifica esa jerarquización en la que la dimensión racional se superpone a la emocional, posicionando la emoción por encima de la cognición.

Según Fernández Rodríguez (2013), esto se debe a la situación social general del ser humano en el mundo, que se ve afectada por factores como: altos índices de violencia, la evidencia de que la excelencia académica no conlleva la felicidad, la prueba de que la motivación obedece más a factores emocionales que racionales, las aportaciones de la psicología cognitiva, la búsqueda del bienestar antes que los ingresos económicos y el aumento de estrés, ansiedad y depresión entre otros. Para este autor, el ser humano pierde cada día capacidades emocionales que influyen en su autocontrol y conllevan repercusiones negativas a nivel personal y social. Por todo ello, surge la necesidad de incorporar técnicas de educación emocional en los centros educativos en todos los niveles y modos del proceso de enseñanza aprendizaje (formal, no formal e informal), prolongándose a lo largo de toda la vida.

4.2.3 MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: MIXTOS Y DE HABILIDADES

Cabe destacar que el modelo planteado por Goleman (1996) se incluye dentro de los denominados *modelos mixtos de inteligencia emocional*, que consideran los rasgos de la personalidad humana como constituyentes de la *inteligencia emocional*. Sin embargo, los *modelos de habilidades*, de los que Salovey y Mayer (1990) son representantes, consideran las capacidades y habilidades mentales para procesar la información emocional como parte

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

esencial del proceso de investigación. Como resumen García y Giménez (2010), en este caso no se consideran rasgos de personalidad, sino la presencia de habilidades cognitivas y destrezas que perciben, interpretan, regulan, etc. las emociones de un modo inteligente adaptándose al contexto.

El concepto de *inteligencia emocional*, definido por Goleman (1996), incluye capacidades para hacer frente a lo que las emociones nos predisponen a hacer, en definitiva, para regular las respuestas emocionales. Entre estas capacidades se encuentran algunas para afrontar la frustración, auto-motivarse, regular estados de ánimo, trabajar la empatía, entre otras.

En síntesis, el autor establece cinco puntos que definen lo que implica la *inteligencia emocional*, a saber:

- Conocer las propias emociones
- Reconocer las emociones de los otros
- Saber manejar las propias emociones
- Establecer relaciones
- Saber automotivarse

El modelo de Salovey y Mayer (2000), ha ido reformulándose hasta convertirse, hoy en día, en uno de los más considerados en las investigaciones y prácticas relacionadas con la *inteligencia emocional*. A diferencia del de Goleman (1996) las habilidades consideradas en este modelo son:

- Percepción emocional: capacidad para reconocer las emociones de uno mismo y del resto a través de códigos no verbales.
- Facilitación emocional del pensamiento: capacidad relacional entre emociones y otras sensaciones.
- Comprensión emocional: habilidad de resolver problemas emocionales.
- Dirección emocional: comprender las implicaciones emocionales en uno mismo y en los demás.
- Regulación reflexiva de las emociones para promover el crecimiento personal: capacidad de considerar los sentimientos ya sean positivos o negativos.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

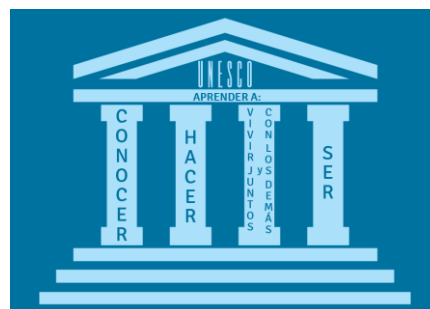
La *educación emocional* se fundamenta en todas estas premisas y conceptos. Se apoya actualmente, en los movimientos de renovación pedagógica que proponen una educación para la vida, considerando la afectividad parte esencial y relevante del proceso para llegar a ser feliz.

Puede extraerse como conclusión que lo que la *inteligencia emocional* nos facilita es una gestión más eficaz y satisfactoria de nuestras vidas. Nos permite disfrutar de nuestros éxitos, afrontar de forma efectiva nuestras frustraciones y posicionarnos en la vida con una actitud positiva capaz de hacer frente a las alegrías y tristezas que nos plantea.

4.3 LAS EMOCIONES EN EL CONTEXTO EDUCATIVO

Los educadores, que a lo largo del tiempo han evaluado el grado de aprendizaje de sus alumnos principalmente según resultados cuantificables (recordemos el uso generalizado del CI), están comenzando a comprobar que además de deficiencias en dichos resultados, existe otra carencia que determina en muchos casos el desarrollo personal y académico del alumno; hablamos del *analfabetismo emocional*. Hoy en día, resulta evidente que un éxito académico no nos asegura un éxito vital en el futuro profesional y personal. Por ello cada vez más, las teorías y prácticas educativas se han ido orientando hacia esa consideración de la parte emocional en el proceso de aprendizaje para complementar las evidentes carencias.

En el informe *Delors, La Educación Encierra un Tesoro* (1996), se exponen los cuatro pilares básicos en los que se basa la educación a lo largo de la vida y que apoyan ese cambio conceptual al que nos hemos referido.



- El primer pilar se titula *aprender a conocer* y hace referencia a la capacidad de aprender a aprender sobre un contexto cultural general que permita profundizar cuando resulte necesario.
- El segundo es el *aprender a hacer*, se refiere a desarrollar una amplia gama de capacidades que posibiliten a la persona hacer frente a un gran número de situaciones.
- El tercero se enuncia como *aprender a convivir* y se basa en valorar las diferencias positivamente así como el trabajo conjunto en un contexto global interdependiente sin abusos y bajo una cultura de paz.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

- Por último, *aprender a ser*, consiste en conformar nuestra personalidad desarrollando un nivel adecuado de autonomía, responsabilidad colectiva y personal, sin menospreciar ninguna de las capacidades que tenemos las personas al aprender.

Junto con las teorías de renovación pedagógica, estas orientaciones son un marco adecuado para considerar las emociones e incluirlas en una práctica educativa de calidad.

Las emociones han sido negadas y sometidas a la razón a lo largo del tiempo en los contextos educativos, creyendo que no formaban parte del proceso de enseñanza/aprendizaje y que negándolas e ignorándolas conseguiríamos hacerlas desaparecer. La experiencia nos indica lo contrario y que su negación nos lleva incluso a nuestro sometimiento ante sus efectos. Por ello, las emociones son en la actualidad objeto de constante estudio, porque cuanto más sepamos sobre ellas y sus implicaciones en nuestro comportamiento, más posibilidades existirán de responder satisfactoriamente, como recoge Carpena Casajuana en su obra (2010).

Ese aprendizaje emocional nos permitirá dar respuestas alternativas a situaciones de riesgo y desconocimiento que habitualmente son mal gestionadas. Como ya hemos señalado, sin un aprendizaje emocional adecuado, respondemos instintivamente como lo hacían nuestros predecesores ante peligros primitivos. Son respuestas violentas, de huida o inhibición las que caracterizan la sociedad actual y están muy presentes en los contextos escolares, fuera y dentro del aula.

En este sentido, es habitual que los profesores se encuentren hoy en las aulas situaciones que se caracterizan por: violencia entre compañeros, abuso entre iguales, conductas disruptivas, maltrato físico o psicológico, trastornos emocionales o fracaso escolar. Para estos alumnos, víctimas de una insuficiente educación emocional, los contenidos académicos impartidos no son algo prioritario, no tienen relación con sus preocupaciones diarias ni con sus verdaderas necesidades. Ante esto, las instituciones educativas responden ampliando el horario para las materias troncales u organizando programas compensatorios, con el fin de hacer llegar a esos alumnos a un nivel de adquisición de contenidos satisfactorio.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

Según señalan Extremera y Fernández (2003), estas medidas, aunque en ocasiones resulten necesarias, no contemplan la realidad detrás de estos alumnos: los problemas familiares, sociales y personales que les empujan a actuar de determinada forma y que inevitablemente afectan al aula y al contexto escolar. Perdemos así el significado etimológico de la palabra “educar” que hace referencia a la guía y orientación hacia el camino acertado en el desarrollo humano. Nosotros creemos en el significado profundo del término como el medio para alcanzar la satisfacción plena y por ende, la felicidad personal.

4.3.1 LA RELACIÓN INTELIGENCIA EMOCIONAL Y APRENDIZAJE

Además de condicionar nuestras respuestas, las emociones influyen notablemente en nuestra capacidad de aprendizaje. Smirnov (1960), expone en su obra como las emociones, además de influir notablemente en la conducta y actividad de la persona, son un condicionante que limita la actividad creadora, hallándose esta únicamente en sujetos con una actitud emocional positiva. Además, las emociones son una parte integrante del aprendizaje. Considerarlas e incorporarlas a todo proceso educacional es una necesidad para nosotros como futuros docentes y miembros de la sociedad.

Las investigaciones realizadas por Sloman (1981), constatan con datos empíricos la relevancia que supone poseer un nivel adecuado de *inteligencia emocional* en los diferentes contextos de la vida humana. Específicamente, en el escolar, se han confirmado relaciones significativas entre la gestión de emociones, según el nivel de *inteligencia emocional* de los estudiantes, y los factores que marcan su día a día. Carpena Casajuana (2010), señala que la ansiedad, la cual es provocada por determinadas emociones, tiene grandes repercusiones a nivel cognitivo impidiendo el buen funcionamiento de los procesos cerebrales involucrados en el aprendizaje. Resulta evidente la relación que existe entre una actitud emocional negativa y una mayor dificultad de aprendizaje. Investigadores como Sloman (1981), concluyeron que las emociones tienen resultados a nivel neuroquímico y cognitivo directamente relacionados con la atención, la memoria, la percepción, la imaginación o la toma de decisiones, todos ellos componentes del proceso de aprendizaje.

4.3.2 LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La *educación emocional* es la respuesta que desde los contextos educativos formales, no formales e informales se puede dar a las necesidades sociales en los currículums académicos

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

ordinarios y en la mayoría de procesos educativos. Necesidades desatendidas que se traducen en ansiedad, depresión, estrés, violencia, consumo de drogas, comportamientos disruptivos, suicidios, etc. Como Bisquerra (2011) enuncia en su obra, todo ello es, en parte, consecuencia del analfabetismo emocional que caracteriza la sociedad actual.

La *educación emocional* se basa en el desarrollo de las *competencias emocionales*. Este desarrollo es parte de un proceso educativo constante que tiene lugar a lo largo de la vida, con el objetivo de potenciar dichas competencias y para aumentar el bienestar personal y social. Se inicia en los primeros años de vida y nunca se detiene. Además, no se incorpora únicamente en los procedimientos oficiales del currículo, sino que forma parte de todo proceso educativo en los diferentes contextos de desarrollo del individuo.

La *competencia emocional* (o competencias emocionales) abarca un conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para gestionar adecuadamente las emociones. Se puede distinguir dos grandes grupos entre ellas: las dirigidas a comprender mejor las propias emociones (*inteligencia intrapersonal*), y las que se orientan hacia la detección de emociones en los demás (*inteligencia interpersonal*). Estas competencias emocionales deben ser objeto de consideración en los contextos educativos. Según Bisquerra (2003, pág. 23) se estructuran en cinco grupos que a continuación resumimos:

1. Conciencia emocional: tomar conciencia de la dimensión emocional.

- Toma de conciencia de las propias emociones (percepción e identificación de emociones y sentimientos).
- Dar nombre a las propias emociones (lenguaje emocional).
- Comprensión de las emociones de los demás (lenguaje no verbal y empatía).

2. Regulación emocional: manejar las emociones de forma apropiada.

- Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento.
- Expresión emocional (correspondencia entre estado emocional interno y expresión externa).
- Capacidad para la regulación emocional (autocontrol y tolerancia ante la frustración).
- Habilidades de afrontamiento (mediante estrategias de auto-regulación).
- Competencia para auto-generar emociones positivas (disfrute y bienestar).

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

3. Autonomía personal (autogestión): autoestima, actitud positiva, responsabilidad y autoeficacia emocional.

- Autoestima (imagen positiva de sí mismo y satisfacción personal).
- Automotivación (implicarse emocionalmente y auto-motivarse).
- Actitud positiva (sentido constructivo del yo y de la sociedad).
- Responsabilidad (implicarse en comportamientos seguros y saludables).
- Análisis crítico de normas sociales (juicios críticos de los mensajes sociales).
- Buscar ayuda y recursos (identificar y satisfacer la necesidad de apoyo y asistencia).
- Autoeficacia emocional (aceptación de la propia experiencia emocional).

4. Inteligencia interpersonal: mantener buenas relaciones con otras personas.

- Dominar las habilidades sociales básicas (saludar, escuchar, agradecer, disculparse, etc.).
- Respeto por lo demás (aceptar y apreciar las diferencias).
- Comunicación receptiva (capacidad de atender a los demás).
- Comunicación expresiva (iniciar y mantener conversaciones).
- Compartir emociones (sinceridad emocional y reciprocidad).
- Comportamiento pro-social y cooperación (respetar turnos, amabilidad).
- Asertividad (comportamiento equilibrado y capacidad de decir que "no").

5. Habilidades de vida y bienestar: comportamientos apropiados en la resolución de problemas.

- Identificación de problemas (identificación y evaluación de riesgos).
- Fijar objetivos adaptativos (realistas y positivos).
- Solución de conflictos (sociales e interpersonales con soluciones positivas).
- Negociación (resolver los conflictos considerando diferentes perspectivas).
- Bienestar subjetivo (disfrute del bienestar y trasmisión a los demás).
- Fluir (generar experiencias óptimas).

Este marco de competencias para la gestión de las emociones fundamenta la propuesta de intervención que exponemos más adelante.

4.3.3 MARCO LEGISLATIVO DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La inclusión y trabajo de las emociones en el proceso de aprendizaje se justifica en las leyes que regulan el sistema educativo de nuestro país. Se basan en el desarrollo integral del alumno y por lo tanto, consideran los diferentes condicionantes que influyen en dicho proceso (Real Decreto 126/2014, 2014). Nos centramos en lo que aparece en la nueva Ley

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa, la cual se basa en el aprendizaje por competencias diciendo:

La competencia supone una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. Se contemplan, pues, como conocimiento en la práctica, un conocimiento adquirido a través de la participación activa en prácticas sociales que, como tales, se pueden desarrollar tanto en el contexto educativo formal, a través del currículo, como en los contextos educativos no formales e informales. (p. 19350)

El conjunto de términos que hacen referencia a actitudes, motivaciones, emociones, componentes sociales y comportamientos, son parte esencial del proceso de educación emocional. Se hace evidente así la necesidad de considerar la dimensión afectiva y emocional del alumnado para fundamentar la actuación docente.

A lo largo de todo el texto legislativo no dejan de emplearse términos con gran significado emocional. En ocasiones con significados implícitos pero en otras explícitos. Es el caso de varios criterios de evaluación que hacen referencia expresa a la capacidad del alumnado para identificar emociones en los demás e interpretarlas. Por ejemplo, en el área de **Lengua Castellana y Literatura** se expone como ítem de aprendizaje evaluable el siguiente:

1.1. Emplea la lengua oral con distintas finalidades (académica, social y lúdica) y como forma de comunicación y de expresión personal (sentimientos, emociones...) en distintos ámbitos. (p. 19381)

Estos son solo algunos ejemplos que justifican legalmente la incorporación y el tratamiento de las emociones en el aula y dentro del proceso de enseñanza/aprendizaje. Nos hemos centrado en el análisis de la presencia de factores de inteligencia emocional en la nueva ley educativa por ser esta la que regulará presuntamente nuestra actuación pedagógica futura. Esto no significa que la Ley Orgánica de Educación que precede a esta no considerara la dimensión emocional del alumnado. El desarrollo de competencias emocionales está igualmente presente aunque es cierto que de manera más implícita en el texto normativo.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

4.4 EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA

A continuación, nos centramos en poner de relieve el contexto de aula del que como maestros formaremos parte y en el que se focaliza este proyecto. Debemos clarificar que aunque centremos nuestra atención en el contexto escolar y específico de aula, siempre que hacemos referencia al concepto de educación, lo hacemos desde su consideración como un proceso mucho más amplio, el cual se expande fuera del propiamente escolar y es también objeto de la educación emocional. Igualmente, hay que recordar, siguiendo a Bisquerra (2011), que una de las metas educativas más importantes que nos planteamos como futuros docentes es el bienestar de las personas, entendiendo como tal la experimentación óptima de emociones positivas que provoquen felicidad personal y social.



Anteriormente, hemos introducido indirectamente la idea de que la mejor forma de desarrollar la inteligencia emocional en las personas es comenzar a hacerlo en las primeras etapas de su vida, cuando se sientan las bases del aprendizaje y las capacidades de relación. Generalmente, este proceso se inicia en la escuela y en el contexto familiar a través del diálogo con los más pequeños, en el que se introducen expresiones y vocabulario referente a las emociones.

Sin embargo, en la sociedad actual ningún maestro puede dar por hecho que esa educación emocional se está desarrollando en contextos fuera del propiamente escolar. Es decir, ningún educador puede dar por hecho que los estudiantes estén recibiendo formación emocional y en valores en sus hogares. Del mismo modo que ningún padre o madre puede dar por hecho que sus hijos estén recibiendo una correcta educación emocional en el contexto escolar.

Para que tanto la familia como los profesores puedan educar emocionalmente, la primera condición que ha de cumplirse es haber recibido la formación necesaria para saber cómo hacerlo. Desafortunadamente, tal hecho no es común en la actualidad. Por ello, en primer lugar se deben potenciar las relaciones entre los miembros de la comunidad educativa con un objetivo de formación, aprovechando los espacios públicos y momentos que ofrecen los centros escolares como recursos facilitadores. En la propuesta práctica que

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

exponemos más adelante se refleja este objetivo formativo. Asimismo, la educación emocional debería integrarse en la formación inicial del docente y continuar a lo largo de la vida según las necesidades que surjan en el contexto de intervención.

4.4.1 EL MEDIO: LOS ACTOS COMUNICATIVOS COMO BASE PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Puede parecer que, por ser más jóvenes, los niños no son capaces de sentir tantas emociones como un adulto, pero no es así. Los niños experimentan las mismas emociones que nosotros, pero debido a su corta edad la mayoría no han sido todavía “educadas” por lo que si no son reconocidas, pueden acarrear complicaciones de conducta. El profesor es el responsable de analizar los estados emocionales del alumnado mediante la observación, la participación, la interacción y el contacto. Es en la historia personal de un niño y en el modo de compartirla con los demás, en sus actos comunicativos, donde se reconoce su primer perfil emocional, el cual lo define y guiará la actuación docente.

A lo largo de esta fundamentación teórica, hemos mostrado el carácter comunicativo de las emociones. Las respuestas y señales que conllevan constituyen un código lingüístico no verbal que según los estudios realizados por Albert Mehrabian (1981), constituyen un 93% del contenido del mensaje. La lengua es una de las áreas curriculares del sistema educativo, cuyo carácter instrumental resulta esencial para que se produzcan situaciones de aprendizaje en el resto de áreas. El desarrollo de las *habilidades comunicativas*, verbales y no verbales, es imprescindible para el desenvolvimiento futuro del alumno en el mundo y para la estructuración de su pensamiento.

Según Gómez (2003), el lenguaje es el instrumento común de comunicación por el que modificamos la realidad que nos rodea. Entendiendo por lenguaje aquello que conlleva un *proceso comunicativo* entre personas o con uno mismo. Producimos un mensaje con la finalidad de influir en la realidad de otra persona y en la nuestra. Las consecuencias de ese mensaje dependerán en mayor o menor medida de la habilidad del emisor de adaptar el acto comunicativo al contexto. Es en esa habilidad donde las competencias emocionales entran en juego determinando un mayor o menor éxito comunicativo.

Según recoge Prado Aragonés (2011), la etnografía de la comunicación es una corriente de estudio, derivada de la sociolingüística, que tiene por finalidad averiguar qué

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

necesita saber un hablante para comunicarse de forma apropiada en un contexto de comunidad y cómo lo aprende. Se centra en el estudio de la competencia comunicativa y su adquisición. Este concepto hace referencia a los conocimientos del hablante que van más allá del código lingüístico, es decir, al cómo decirlo, al qué comunicar y a quién dirigirse. Está ligado al contexto social y cultural donde se desarrolla la persona, determinado por estrategias comunicativas dependientes de relaciones sociales, familiares y personales. Según Canale (1983), la competencia comunicativa estaría compuesta por cuatro sub-competencias: gramatical, sociolingüística, discursiva y estratégica. Es en la competencia sociolingüística donde se hacen evidentes las reacciones emocionales a través del lenguaje no verbal y sus diferentes interpretaciones.

Para reforzar la importancia del acto comunicativo como instrumento de aprendizaje emocional, nos remitimos a la obra de Paulo Freire (1997) *Pedagogía del Oprimido*, donde expone que la educación bancaria⁴ ha de ser sustituida por una escuela donde la comunicación y el diálogo sean la base del aprendizaje. Para ello, el discurso del educador debe partir de la situación en la que el alumno se encuentra y tratar de transformar esa realidad siempre desde el respeto personal. El diálogo entre profesor y aprendiz será la base para el desarrollo de los aprendizajes y de la inteligencia emocional.

4.4.2 LA DRAMATIZACIÓN Y EL TEATRO COMO INSTRUMENTO PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Como hemos ido exponiendo, la formación intelectual en la escuela no se sostiene si no se completa con una correcta educación emocional. Después de exponer la trayectoria del concepto inteligencia emocional, las bases de la educación emocional y la relación que se establece entre emociones y actos de comunicación, pasamos a desarrollar por último el que consideramos es un instrumento práctico de gran valor donde confluyen emociones y comunicación, hablamos del *acto dramático y teatral*.

Para comenzar, definimos lo que se entiende por *pedagogía teatral* y su relación con las emociones. Esta corriente pedagógica surge como respuesta ante la necesidad de renovar metodologías que optimizaran el proceso de enseñanza/aprendizaje dentro de un marco educativo cada vez más centrado en una educación personalizada. Como expone García-Huidobro (1996), en los últimos años, la *pedagogía teatral* se ha centrado en el teatro

⁴ Aquella caracterizada por considerar al estudiante como un recipiente a rellenar de conceptos.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

como recurso de aprendizaje, el cual resulta un medio óptimo para la expresión corporal, es motivador, contendor de la diferencia y de creatividad. En el sistema educativo, la pedagogía teatral puede entenderse como una herramienta que se basa en la acción dramática como facilitadora de momentos de aprendizaje.

Los principios resumidos de la *pedagogía teatral* según García Huidobro son los siguientes:

1. Es una metodología activa relacionada estrechamente con el mundo afectivo de las personas.
2. Se prioriza el desarrollo humano a parte de la vocación artística, es decir, todas las personas pueden participar en esta metodología, no solo las predispuestas artísticamente.
3. Entiende la capacidad de juego/acto dramático como recurso educativo fundamental. El acto dramático no es un fin, sino el instrumento de enseñanza.
4. Se adapta al grado de desarrollo madurativo del alumno y a sus capacidades individuales y sociales.
5. Se entiende más como una actitud hacia el proceso educativo que como una técnica pedagógica.
6. Se prioriza el proceso de aprendizaje sobre el resultado artístico.

Debemos señalar en este punto la diferencia entre los objetivos de la actividad dramática y la teatral. Según Pérez (2004), el teatro se centra en desarrollar capacidades estéticas del individuo, mientras que la dramatización conlleva una resolución de problemas a través de la experiencia simulada de situaciones comunes. Pretendemos aclarar así nuestra concepción de la pedagogía teatral más orientada al acto dramático que al acto estético de teatralizar. Resulta sin embargo interesante establecer una conexión entre las dos técnicas ya que dará lugar a grandes posibilidades educativas. Las propuestas didácticas de este proyecto aúnan ambas disciplinas para producir una mayor variedad de resultados.

Debemos hacer mención especial a una técnica teatral denominada *Teatro Foro* incluida entre lo que su autor, Augusto Boal (2002), denominó el *Teatro del Oprimido*. Nos serviremos de este procedimiento para adaptarlo y utilizarlo en la propuesta práctica, mostrando de forma funcional, como se puede educar emocionalmente a través del acto dramático. Siguiendo las aportaciones de Boal (ídem.) y de Baraúna y Motos (2013), este tipo de representación teatral se caracteriza por considerar a todos los espectadores como

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

posibles actores⁵. Además, la escenificación siempre se basa en situaciones reales y cotidianas con carácter conflictivo. En las experiencias representadas, que constituyen diferentes escenas, siempre existe uno o varios protagonistas oprimidos por la incapacidad de dialogar o expresarse. Una vez la escena concluye, un comodín o guía, expone a los espectadores la posibilidad de parar la escena, que será de nuevo representada, para compartir con el resto su opinión e incluso subir al escenario y participar como actor en el transcurso de la función. De este modo, es el foro de espectadores el que genera la reflexión a partir de sus contribuciones.

El carácter *social y participativo* de esta técnica es un recipiente idóneo para el proyecto que presentamos más adelante. Debido a la gran cantidad de información existente sobre el *Teatro del Oprimido* y la técnica del *Teatro foro*, exponemos brevemente su origen y características para, en la propuesta práctica, plasmar su funcionamiento adaptándolo a la planificación de la misma.

5. CONCEPCIÓN METODOLÓGICA

Una educación emocional útil se basa en la necesidad de que el educador, sea cual sea su función (docente, padre, madre o tutor), tenga suficientemente desarrollada su competencia emocional. El adulto debe haber desarrollado un nivel adecuado de inteligencia emocional a través de las *competencias emocionales* para que el niño pueda reconocerlas, imitarlas e integrarlas en su personalidad.

Como Bisquerra (2011) expone, el estado emocional de los adultos es transmitido a los niños y del mismo modo se contagia entre ellos. Por ello el adulto ha de ser consciente de cuáles deben ser las actitudes y comportamientos que regulen su actuación cuando trata de influir en la educación de un niño. A continuación, presentamos algunos de los principios que deberán ser la base de la actuación educativa de los docentes:



⁵ Su autor, Augusto Boal, les denominó *espect-actores* para evidenciar la capacidad interpretativa de cualquier persona.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

- Siempre debe estar permitido expresar las emociones. Si un niño necesita llorar tiene derecho a expresar sus emociones. Por lo tanto, no son tolerables en un contexto educativo comentarios del tipo: “No llores”, “No digas tonterías”, “Parece un bebe llorando”, etc.
- Cualquiera debe poder expresar sus emociones pero es indispensable que se haga del modo apropiado, empleando el diálogo y sin que en ningún momento conlleve actos violentos.
- Las emociones negativas también forman parte de nuestra vida diaria. No se deben negar o ignorar, deben sentirse y tratar de aprender a gestionarlas de la mejor forma posible.
- Hablar de las emociones personales de manera sincera. El acto dramático facilitará la representación, pero es esencial crear un diálogo sin guion donde las emociones sean las que dirijan la conversación.
- Reconocer y respetar las emociones de los niños servirá de elemento facilitador para que ellos también lo hagan.
- Recordar que aunque las emociones del educador o del niño puedan ser negativas, sigue queriendo y sintiendo afecto por las personas con las que se relaciona. Un enfado no significa cese de afecto por otra persona.
- Incluir el lenguaje emocional en el lenguaje verbal y corporal. Compartir mensajes positivos y muestras de afecto.
- Incluir estrategias que fomenten el bienestar en la práctica educativa cotidiana como masajes, bailes, diálogos positivos, risa, etc.
- Utilizar las equivocaciones para evolucionar, realizando críticas constructivas que ayuden a la persona a seguir adelante y aprender de los errores.
- Hacer entender que las emociones no son determinantes en el comportamiento, ya que pueden ser reguladas sin desembocar en acciones no deseadas.
- Fomentar el reconocimiento de situaciones y emociones en los demás. Desarrollar la empatía a través de expresiones como: “Tu que sentirías si...”, “Ella se siente... porque...”, etc.

Además de estas recomendaciones generales que deberán constituir la base de nuestra actuación, existen técnicas específicas para educar emocionalmente en el contexto de aula. Como ya señalábamos en el primer punto de la fundamentación, las emociones se constituyen con tres componentes: neurofisiológico, comportamental, y cognitivo.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

Cada uno de ellos es educable de un modo u otro:

El componente neurofisiológico (responsable de los actos involuntarios) se puede regular con técnicas de relajación y distensión, con el fin de prevenir las reacciones involuntarias perjudiciales para la persona que las sufra y para los demás. Esta prevención puede entenderse dentro del marco de educación para la salud ya que conlleva consecuencias beneficiosas para el cuerpo.

El componente comportamental es difícil de regular. Una expresión puede ser más determinante que una conversación compleja. De todos modos, las evidencias de este componente pueden ser disimuladas. Aprender a regular la expresión emocional es símbolo de equilibrio y conlleva beneficios en las relaciones interpersonales.

Respecto al componente cognitivo, la etiquetación de la emoción con un nombre se encuentra limitada al dominio del lenguaje y al aprendizaje previo para la identificación de emociones. El grado de dominio por la persona del lenguaje le hará capaz de nombrar, y por lo tanto reconocer, lo que está sintiendo en ese momento. La sensación que en ocasiones experimentamos de “no sé qué me pasa” tiene efectos negativos en el individuo al no saber cómo actuar ante ello. De ahí la importancia de trabajar en diferentes competencias emocionales con el fin de adquirir un adecuado nivel de lenguaje emocional, que nos permita reconocer lo que nos ocurre en determinados momentos.

Para Bisquerra (2003), existe una relación entre estos tres componentes emocionales y los contenidos curriculares a partir de los cuales se suelen planificar las unidades didácticas, relación que puede facilitar su inclusión en la práctica docente. Los contenidos actitudinales se relacionan con una dimensión emocional general, los conceptuales se corresponden con el componente cognitivo de las emociones, y por último, los procedimentales tienen cabida en el componente comportamental de las mismas.

5.1 EL ENFOQUE POR TAREAS

El enfoque por tareas es un método de enseñanza aprendizaje que se incluye en la corriente metodológica comunicativa de la enseñanza y aprendizaje de lenguas. Es un método que además es totalmente aplicable al resto de áreas de estudio en los contextos escolares. Su principal objetivo es provocar el aprendizaje mediante el uso real y funcional

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

de la lengua. Es decir, toda tarea-actividad que se lleva a cabo tiene una finalidad comunicativa real y de utilidad fuera del contexto escolar. En el caso de otras áreas, las tareas persiguen los mismos objetivos: la aplicación real y útil de los conocimientos y habilidades que se están desarrollando. Áreas como las ciencias naturales enfocan sus unidades hacia la elaboración de un producto final que responda a una necesidad o situación real en el ambiente más cercano al estudiante (González, 2009).

Uno de sus principios más importantes radica en la consideración de los procesos de comunicación como algo más que una simple codificación y descodificación de mensajes. En el proceso de comunicación, resulta esencial la capacidad interpretativa de los receptores y su nivel de habilidad a la hora de identificar los factores contextuales que caracterizan el acto comunicativo y le otorgan sentido. Dichos factores están cargados de componentes emocionales repletos de significados. Según Basterra (2012), el enfoque por tareas requiere:

- Tener siempre presente que estamos trabajando inmersos en un modelo por competencias, por lo que el alumno deberá demostrar su capacidad para poner en práctica unos conocimientos y destrezas.
- Trabajar en tareas y que estas no sean confundidas con actividades. Las tareas son definidas en el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas como: *Cualquier acción intencionada que un individuo considera necesaria para conseguir un resultado concreto en cuanto a la resolución de un problema, el cumplimiento de una obligación o la consecución de un objetivo* (p. 9). Deben incluir el planteamiento de una situación real y la puesta en práctica de conocimientos, habilidades y actitudes para su resolución. Son las actividades las que componen el cuerpo de una tarea.
- Requiere la capacidad del maestro para crear un ambiente de trabajo agradable, organizar el aula de la manera apropiada, dar protagonismo al alumnado, ofrecer orientación, proponer tareas variadas sin soluciones únicas y trabajar de diferentes modos en agrupamientos flexibles.
- Contextualizar las actividades y hacerlas alcanzables para todo el alumnado.
- La explicación clara sobre cómo va a ser el proceso de evaluación, que se va a esperar y valorar de los alumnos en cada tarea y actividad.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

Una secuencia didáctica planificada en base al enfoque por tareas sigue la estructura que Estaire (2007), propone en el siguiente esquema:

1- Elección del tema y tarea final: el tema deberá estar relacionado con los intereses y motivaciones del alumnado así como sus experiencias diarias. La tarea final será el resultado de todas las tareas intermedias que se verán representadas en ella.

2- Especificación de objetivos: que representen lo que los alumnos deberán ser capaces de hacer en la tarea final y las habilidades y destrezas que desarrollarán a lo largo de la secuenciación.

3- Especificación de contenidos: basándonos en el producto final, qué contenidos va a ser necesario desarrollar, reforzar, aprender, etc. Los contenidos podrán ser específicos del área de conocimiento de Lengua o hacer referencia a otra.

4- Planificación del proceso y secuencia de tareas: en este paso se planificarán las tareas intermedias que darán lugar al producto o tarea final. Debemos considerar la mejor forma de organización que facilite el proceso de aprendizaje a lo largo de la secuenciación, del mismo modo que se incluirán las tareas intermedias que mejor capaciten a los estudiantes para llegar al producto final. A parte de la temporalización también deberán incluirse las actividades a realizar, los objetivos que se pretenden alcanzar en cada tarea así como los contenidos trabajados y la evaluación del proceso.

5- Revisión y ajuste de los pasos anteriores: una vez planificada la secuencia completa será necesario revisarla con el fin de detectar posibles aspectos a mejorar, ajustar o eliminar.

6- Evaluación como parte del proceso de aprendizaje: además de la evaluación continua de cada tarea intermedia. Tanto alumnos como maestro deberán evaluar el grado de consecución de objetivos y desarrollo de contenidos de la secuenciación.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.



Ilustración 5. Proceso de elaboración de una secuencia didáctica por tareas.

6. PROPUESTA PRÁCTICA: “TE-ATRO, YO TE-ATRO A TI TAMBIÉN”

En la propuesta que se desarrolla a continuación hemos pretendido otorgar la importancia que se merece a la educación emocional y plasmar la esencia de todo lo expuesto hasta el momento. Seguimos el proceso de secuenciación didáctica de la metodología por tareas. Sin embargo, debido a las limitaciones de espacio de este trabajo elaboraremos únicamente el diseño de la unidad didáctica, dando indicaciones de cómo llevar y adaptar las tareas intermedias según la situación pedagógica concreta.

6.1 CONTEXTO

Para desarrollar un *proyecto emocional* eficazmente, nos centramos en el ámbito escolar, poniendo de relieve nuestra concepción de la educación emocional relacionada con todo proceso educativo en la vida de las personas. Pretendemos que este proyecto sea lo

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

suficientemente flexible como para que pueda aplicarse en procesos educativos fuera de la escuela.

A la hora de la elaboración del proyecto tenemos en cuenta un aula modelo constituida por el ratio habitual de veinticinco alumnos, donde exista la diversidad cultural y funcional propia de las aulas de nuestro país. Consideramos nuestra aula y nuestro centro como espacios inclusivos definidos por la diversidad de los alumnos, valorando las diferencias individuales como base del enriquecimiento y del aprendizaje colectivo. Dichas diferencias constituirán un conjunto de experiencias que compartir y de las que aprender. Serán también contenedoras de multitud de posibilidades de educación emocional, al considerar la personalidad de cada uno y conllevar una gran carga vivencial. En nuestra aula no existe el concepto de necesidad educativa especial como determinante de discapacidad o adaptaciones curriculares. Todos los individuos del grupo somos diferentes y por lo tanto, somos considerados especiales, únicos y sobre todo valiosos. Cada uno tenemos millones de necesidades especiales a las que debemos atender entre todos.

La propuesta específica desarrollada podrá llevarse a cabo a partir del segundo ciclo de Educación Primaria. No resulta excluyente para los de primer ciclo, pero conllevaría otro tipo de enfoque debido al grado de desarrollo del alumnado, sus habilidades de relación conceptual y las de producción oral.

6.2 AREA DE ESTUDIO Y TRANSVERSALIDAD

Como se ha recogido en la fundamentación teórica, la inteligencia emocional y la educación emocional se basan principalmente en procesos comunicativos. Por lo tanto, consideramos el área de *Lengua Castellana y Literatura* idónea para desarrollar la propuesta. Las tareas que serán encomendadas a los alumnos se ajustarán lo más posible a los contenidos que deben ser contemplados en el trabajo dentro del área, así como a las competencias y habilidades que se deben desarrollar a lo largo del curso.

La elección del área de *Lengua Castellana y Literatura* para el desarrollo de la propuesta no implica que se vaya a trabajar de forma aislada. Es más, el marcado carácter transversal de la educación emocional hace posible que la propuesta se desarrolle en colaboración con otras áreas de conocimiento adecuando los contenidos de las tareas. También podrían considerarse dentro de un plan de acción tutorial, pero al no existir en la

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

etapa de Educación Primaria un tiempo fijo dedicado a la tutoría, resulta necesario incorporarlo en alguna de las áreas de estudio.

6.3 TEMPORALIZACIÓN

En nuestro caso, la secuencia didáctica va a desarrollarse a lo largo de un curso escolar completo. Cada mes se dedicarán dos sesiones a llevarlo a cabo y el producto final será expuesto en el último mes del curso, aprovechando las habituales representaciones y convivencias escolares de este periodo. Se pretende así conceder al proyecto un carácter continuo, a lo largo del tiempo, para facilitar además, la incorporación de actividades relacionadas en otras áreas o momentos.

6.4 “TE-ATRO, YO TE-ATRO A TI TAMBIÉN”

Con el título de esta propuesta pretendemos transmitir al lector el carácter emocional, positivo y afectivo que deseamos desarrollar y conseguir con nuestra práctica educativa. Vivimos en una sociedad en la que nos resulta difícil expresar nuestros sentimientos ¿Por qué cuesta tanto decir “te quiero” a otra persona? ¿Por qué un sentimiento tan importante y necesario como el amor no es expresado libremente? Para facilitar esta libertad emocional y comunicativa hemos diseñado la siguiente secuencia didáctica, con el fin de que el acto dramático y el teatro nos hagan personas libres y bien educadas emocionalmente. La expresión de emociones aunque es solo una de las competencias que pretendemos desarrollar, ejemplifica el rumbo hacia el que se orienta nuestra actuación docente.

6.4.1 TAREA FINAL

La tarea final consistirá en la representación por los alumnos de un conjunto de escenas según los principios del *teatro foro*. Como ya hemos expuesto en este trabajo, esta técnica hace partícipes tanto a los actores, en este caso los niños, como a los espectadores, que podrán intervenir en el desarrollo de las escenas. Los espectadores serán los familiares y miembros de la comunidad educativa que deseen asistir a la puesta en escena. La técnica de *teatro foro* en origen se concibe como una herramienta de cambio social, tal como la define su creador Augusto Boal (2002). Las diferentes escenas que constituyen la representación tienen carácter social y en todas ellas se desarrolla algún tipo de conflicto o

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

situación problemática entre iguales. En nuestro caso, adaptaremos en parte esta técnica escenificando diferentes situaciones en las que no se gestionan adecuadamente las emociones en situaciones cotidianas para espectadores y actores.

La representación se compondrá de cinco escenas y otras cinco repeticiones en las que podrá contribuir el público aportando sus ideas y opiniones sobre lo representado. Cada una de ellas, en la que participarán cinco alumnos y que no durará más de 4-5 minutos, desarrollará una situación cercana a los niños y a sus familias y caracterizada por cada uno de los cinco grupos de competencias emocionales definidos por Bisquerra (2003).

6.4.2 DESARROLLO DE LA SESIÓN DE TEATRO FORO

Presentamos a continuación un esquema que describe el desarrollo de una sesión de *teatro foro*, la cual tiene un carácter general siempre abierto a adaptaciones:

PRESENTACIÓN

El docente actuará como “comodín”. Es el responsable de presentar en un primer momento el teatro foro, a sus integrantes, su finalidad y funcionamiento. Durante la presentación del teatro deberá poner de relieve su carácter emocional y el trabajo previo realizado en educación emocional desarrollado a lo largo del curso en colaboración con los estudiantes. Compartirá su preocupación por la pérdida de emocionalidad que caracteriza nuestra sociedad. Ofrecerá al público la posibilidad de aprender a ser un poco más feliz si colabora y se implica a lo largo de las escenas que se van a representar.

El comodín explicará cómo los diferentes grupos de alumnos van a escenificar *cinco situaciones* que a todos les resultarán familiares y en las que existen varios aspectos conflictivos. También expondrá brevemente el funcionamiento y sentido del teatro, explicando cómo cada escena será repetida. Es entonces cuando los *espect-actores* tendrán la oportunidad de detener su desarrollo, en cualquier momento, para exponer su punto de vista, sus opiniones o incluso intercambiarse con algún actor para interpretar según crea conveniente.

El comodín tiene la función de *dinamizador* del foro de espectadores, por lo que si nadie interviene deberá pedir la colaboración del público hasta que ellos mismos tengan la confianza suficiente como para participar activamente. Es importante remarcar algunas

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

reglas que toda persona que actúe debe cumplir: siempre se considerarán las ideas de los demás, nunca se ridiculizará a nadie de ninguna manera, se respetará el turno de palabra cedido por el comodín y siempre se deberán aportar ideas u opiniones positivas y libres de cualquier tipo de violencia.

a) Objetivos de la tarea final

Los objetivos de esta tarea final se centran en compartir con el público asistente lo que se ha venido desarrollando a lo largo del curso con el alumnado. Se pretenden hacer evidentes unas necesidades emocionales que toda persona tiene y que no suelen ser consideradas. Como un ejemplo vale más que mil palabras, las diferentes escenas transmitirán al público un mensaje cargado de contenido emocional y enmarcado en el concepto de educación emocional. Es el comodín, en este caso el docente, el que deberá transmitir al público la intención del *teatro foro*, haciendo evidente la necesidad de educarnos emocionalmente para gestionar nuestros actos y lograr el bienestar personal. Los objetivos de la tarea pueden resumirse en los siguientes:

- Compartir con el público asistente los aprendizajes desarrollados por los alumnos a lo largo del proyecto emocional.
- Utilizar el acto dramático como medio comunicativo con los asistentes.
- Representar situaciones conflictivas cercanas al público y alumnos, que sean mal y bien gestionadas emocionalmente.
- Motivar a los asistentes para que participen en la función aportando sus opiniones e ideas.
- Hacer evidentes los beneficios de la educación emocional.
- Desarrollar aprendizajes en el público y despertar su interés por la educación emocional.
- Fomentar actitudes cooperativas entre los miembros de la comunidad educativa.

b) Contenidos de la tarea final

La representación se basa como ya hemos indicado en los cinco grandes grupos de competencias emocionales definidos por Bisquerra (2003). Se habrá trabajado en cada uno de ellos a lo largo de las sesiones previas, la representación será el acto que las contenga a todas y por el cual se compartan con los espectadores. Los contenidos serán los siguientes:

- Conceptos relacionados con la educación emocional, la inteligencia emocional y las competencias emocionales.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

- Principios básicos de lo que significa y supone la educación emocional.
- Representación de situaciones basadas en los cinco grupos de competencias emocionales expuestos por Bisquerra (2003).
- Demostración de buenas técnicas de gestión emocional en respuesta a situaciones conflictivas.
- Adquisición de competencias emocionales básicas.
- Colaboración y participación de los miembros de la comunidad educativa.

PRIMERA ESCENA

Una vez presentado el teatro y su funcionamiento se explicará la primera escena y el tema que se representa en ella: la conciencia emocional. Se rogará atención y se recordará que no es este el momento de intervenir, se debe esperar a que acabe y vuelva a repetirse.

1ª escena, Conciencia emocional: tomar conciencia de la dimensión emocional

Esta escena se basará en la identificación de las emociones propias y de otros, dándoles nombre e intentando comprender su origen. A lo largo de las tareas intermedias habrán surgido situaciones que ejemplifiquen bien el carácter de esta escena. Por ejemplo, podrán representarse situaciones en las que:

- Algunos actores tengan una expresión facial o corporal identificativa de ciertos estados de ánimo. Otros les preguntarán qué les ocurre a lo que no sabrán responder, haciendo evidente la ansiedad que provoca no saber gestionar lo que te ocurre.
- Los actores reflexionen individualmente sobre cómo se sienten a raíz de una situación vivida (un problema familiar, escolar, etc.) haciendo evidente la incertidumbre que surge al no poder definir lo que sienten ni saber responder ante ello.
- Los actores dialoguen entre ellos compartiendo estados emocionales equivocados. Es decir, su actitud y lenguaje no verbal no concuerdan con lo que exponen. Se pone de



La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

manifiesto así la necesidad de saber etiquetar correctamente las emociones sentidas.

- Mientras unos actores muestran una situación emocional, otros intentan interactuar con ellos sin valorar lo que están experimentando en ese momento. Se representaría así la incapacidad de determinadas personas de identificar emociones en los demás.

Contribuciones *espect-actores* primera escena

Una vez que se ha visto la primera escena, el comodín recordará que se va a volver a representar de la misma forma. Es entonces cuando cualquier integrante del público puede detener la función y aportar su opinión, punto de vista o incluso intercambiarse con un actor para actuar según él crea necesario. Cuando un *espect-actor* se intercambie por un actor el resto de actores deberán seguir escenificando la escena como antes, para de este modo hacer ver al *espect-actor* la resistencia que ofrecen las personas al cambio, aunque este sea favorable. La actitud del resto de actores cambia poco a poco cuando el *espect-actor* sigue actuando, pero nunca en el primer momento. Esta dinámica dependerá también del nivel y capacidades teatrales y de improvisación del grupo de actores. El comodín gestionará la duración de la participación del público para adecuar el resto de escenificaciones al tiempo de que se disponga.

En esta primera repetición, se pretende que el público sea capaz de identificar algunas de las emociones representadas, además de comprender que no gestionar bien nuestras propias emociones o no considerar las de los demás, puede acarrear consecuencias.

SEGUNDA ESCENA

Se procederá a presentar la segunda escena y el tema que abarca, la regulación emocional.

2ª escena, Regulación emocional: manejar las emociones de forma apropiada

La regulación emocional supone la capacidad de manejar las emociones de forma adecuada (concordancia entre estado emocional interno y externo) según el contexto y la situación en la que nos encontremos. También se relaciona con capacidades de autocontrol, auto-regulación, generar emociones positivas y tolerancia a la frustración. Las situaciones representables pueden basarse en:

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

- Un conflicto entre el estado emocional interno de una persona y su aspecto emocional externo. Unos actores pueden mostrar una situación de preocupación o miedo ante el público y después interactuar con otra persona mostrándose feliz aunque con evidencias de que algo no concuerda en su actuación.
- La no-regulación de emociones con consecuencias impulsivas y negativas como la ira y comportamientos disruptivos. En la escena, los actores harían evidente su incapacidad de reflexionar antes de actuar de forma violenta. Después de actuar impulsivamente, deberían preguntarse por qué lo han hecho, que podrían hacer para controlarse, etc. Esto dará pie a intervenciones del público en la repetición.



- Una respuesta negativa como la depresión, ante un pequeño error (sería interesante representarlo en relación con el contexto escolar). Hacer ver que, si la frustración no se sabe regular, puede acarrear consecuencias muy negativas. Exponer la idea de error como medio de aprendizaje constructivo mediante dos escenas donde sea considerado como un fracaso o un punto de mejora.

- Un deseo insano por la recompensa inmediata, relacionándolo con la capacidad de autocontrol para aplazar recompensas.

Contribuciones *espect-actores* segunda escena

En esta repetición se pretende que el público identifique las capacidades de autorregulación y autocontrol como necesarias y favorecedoras de las relaciones sociales y situación personal.

TERCERA ESCENA

El comodín presentará la tercera escena e introducirá el tema sobre el que se desarrolla, la autonomía personal y autogestión.

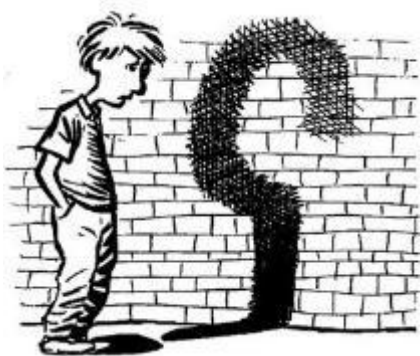
3ª escena, Autonomía personal: autoestima, actitud positiva, responsabilidad y autoeficacia emocional

La autonomía personal está compuesta por una variedad de sub-competencias relacionadas con la capacidad de autogestión personal. Son la autoestima (imagen positiva

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

de uno mismo), la automotivación (capacidad de implicarse emocionalmente), autoeficacia emocional (balance personal emocional), responsabilidad (capacidad de responder de los actos propios), actitud positiva (ante situaciones negativas y como facilitador de buenas conductas), análisis crítico de normas sociales (juzgar comportamientos estereotipados, irreflexivos y acríticos) y resiliencia (capacidad personal de hacer frente a situaciones adversas). Recogiendo estas ideas la representación puede basarse en:



- La escenificación de situaciones donde la falta de autoestima provoque emociones y sentimientos negativos.
 - Situaciones en las que un actor no se valora lo suficiente como para implicarse en un proyecto con más personas por miedo al rechazo o fracaso.
 - Actitudes negativas ante diferentes situaciones que tienen por resultado consecuencias evitables si se emplearía una actitud más positiva.
- Actos irresponsables con claro sentido social que puedan ser juzgados por el público en la repetición.
 - Situaciones donde la frustración es mayor que la capacidad de superación de un actor.

Contribuciones *espect-actores* tercera escena

Se pretende que el público identifique en esta escena comportamientos negativos que si son sustituidos por otros positivos conllevan mejores resultados. También comportamientos personales de frustración y falta de autoestima a la hora de afrontar problemas. Dichas actitudes, cuando son abordadas de manera positiva, aunque requiera mayor esfuerzo, conllevan mejores resultados y benefician emocionalmente a la persona que los experimenta.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

CUARTA ESCENA

El docente presentará la cuarta escena y el tema sobre el que se desarrolla, la inteligencia social (Ver ANEXO 1).

4ª escena Inteligencia interpersonal: mantener buenas relaciones con otras personas

La inteligencia social se basa en la capacidad de mantener buenas relaciones con otras personas. Existen una serie de competencias sociales básicas sobre las que se construye este grupo de competencias emocionales. Se trata de habilidades sociales básicas (escucha activa, saludos, etc.), el respeto por los demás (aceptando y apreciando las diferencias individuales y grupales), comunicación receptiva (atender a los demás adecuando nuestro lenguaje verbal y no verbal), comunicación expresiva (mostrar nuestros sentimientos y valorar los del resto de personas), compartir emociones (sentimientos profundos que a menudo son difíciles de expresar), comportamiento prosocial (a favor de otras personas) y asertividad (balance entre respuestas agresivas y pasivas). Este grupo de competencias emocionales es más sencillo de representar al identificarse con muchas de las situaciones habituales que todos vivimos día a día.



Algunos ejemplos pueden ser:

- Situaciones en las que las habilidades sociales básicas no se tienen en cuenta (falta de atención cuando se habla a alguien, falta de respeto, no pedir disculpas, no saludar, etc.)
- Actos de desprecio ante diferencias culturales y sociales, injusticias sociales donde una parte abusa de otra, comportamientos violentos e individualistas en el centro escolar, etc. Este punto es el que más se asemeja a la finalidad de la técnica original del teatro foro.
- Situaciones comunicativas en las que un actor no responde en una conversación utilizando su lenguaje verbal y no verbal (signo de falta de atención), actitudes negativas del receptor que provocan en el emisor sensaciones de frustración y pérdida de contacto con la otra parte.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

- Situaciones cotidianas donde resulta difícil mostrar los sentimientos y hacerlos evidentes con una expresión.
- Situaciones donde unos actores son sumisos ante las órdenes y acciones de otros y al contrario, situaciones donde un actor reacciona agresivamente ante otro.

Contribuciones *espect-actores* cuarta escena

Pretendemos en esta escena hacer al público partícipe de muchas de las situaciones que vivimos día a día en las que nuestros comportamientos afectan a las relaciones con otras personas. Es una de las escenas en las que el comodín deberá hacer que el público colabore ya que al encontrarse en gran grupo, el poder relacional de las contribuciones las carga de significatividad.

QUINTA ESCENA

Por último, el comodín presentará la escena final y expondrá el tema sobre el que se desarrolla, las habilidades de vida y bienestar.

5ª escena, Habilidades de vida y bienestar: comportamientos apropiados en la resolución de problemas

Las habilidades de vida y bienestar se componen de aquellos comportamientos y actitudes que nos hacen afrontar satisfactoriamente los retos que nos plantea la vida en cualquiera de sus dimensiones (social, personal, familiar, etc.). Se compone de varias competencias: fijar objetivos adaptativos (alcanzables a largo o corto plazo), toma de decisiones (responsable y autónomamente), solución y negociación de conflictos (con resultados positivos para las partes involucradas) y bienestar subjetivo (disfrute del propio bienestar y transmisión a los demás). Las escenas podrían basarse en:



- Situaciones donde un actor aspira a conseguir algo en un periodo de tiempo demasiado corto. La incapacidad por alcanzar los objetivos en un tiempo excesivamente corto le crea ansiedad y frustración.
- Acciones decisorias donde los actores no pueden decidir por sí mismos y lo que les recomiendan las personas de su entorno no favorece su bienestar.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

- Un proceso de resolución de conflictos cuya gestión violenta por las partes tiene consecuencias negativas para alguien.
- Experiencias en las que una persona crea que no es merecedora de la felicidad ni el bienestar que le producen sus acciones.

Contribuciones *espect-actores* quinta escena

Pretendemos que los espectadores experimenten indirectamente la dificultad que a menudo suponen las propias limitaciones. También, que se construyan cooperativamente opiniones y posibles soluciones a estos conflictos personales a través de la educación emocional.

CONCLUSIONES Y CIERRE DEL TEATRO FORO

El comodín reconocerá el trabajo de los actores y agradecerá al público su participación. En este momento resultaría interesante exponer una serie de conclusiones con carácter emotivo para concluir la experiencia y remarcar la importancia de la educación emocional. Puede concluirse la representación con una reflexión como la que inicia este Trabajo de Fin de Grado y que ejemplifica cuál es nuestra actitud ante la vida emocionalmente feliz.

El lenguaje que dice la verdad, es el lenguaje sentipensante. El que es capaz de pensar sintiendo y sentir pensando. Eduardo Galeano.

6.4.3 SECUENCIACIÓN DE TAREAS

Las diferentes tareas intermedias se desarrollarán a lo largo de los **diez meses** de curso escolar. Se distribuirán a razón de dos sesiones mensuales que se llevarán a cabo en el área de Lengua Castellana y Literatura. Durante al menos **quince sesiones** se realizarán prácticas de educación emocional en relación con lo que en ese momento se esté trabajando. El resto de sesiones, hasta alcanzar las veinte, se destinará a la elaboración, preparación y ensayo de la tarea final que hemos expuesto más arriba. La planificación dependerá de las habilidades teatrales del alumnado y podrá ampliarse o reducirse cuando sea necesario.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

Consideramos adecuado desarrollar entre trece y quince sesiones de educación emocional con el alumnado previas a la preparación de la tarea final. Nos basaremos en los cinco grupos de competencias que define Bisquerra (2003) para elaborar la planificación de las sesiones:

1. Conciencia emocional: tomar conciencia de la dimensión emocional.
2. Regulación emocional: manejar las emociones de forma apropiada.
3. Autonomía personal (autogestión): autoestima, actitud positiva, responsabilidad y autoeficacia emocional.
4. Inteligencia interpersonal: mantener buenas relaciones con otras personas.
5. Habilidades de vida y bienestar: comportamientos apropiados en la resolución de problemas.

Las primeras sesiones se planificarán para trabajar emocionalmente los tres primeros grandes grupos de competencias. De este modo, los alumnos serán introducidos en los conceptos emocionales para ampliar, progresivamente, la abstracción y profundidad de los contenidos a desarrollar.

Estas competencias emocionales serán la base de las tareas que constituyen el proceso educativo emocional que se desarrolle en el centro escolar, específicamente en un curso de segundo o tercer ciclo y desde el área de Lengua Castellana. Pretendemos alimentar y ampliar la inteligencia emocional de los alumnos mediante prácticas simples, cercanas a sus realidades, generalmente de carácter dramático y emocionalmente educativas. Por lo que toda sesión se planificará siguiendo un guion estructurado de la siguiente manera:

1. Se introducirá al alumnado en el tema de trabajo de esa sesión. Se recordará lo que se llevó a cabo en la sesión anterior si fuera necesario.
2. Se presentará la tarea intermedia que se pretende desarrollar durante esa sesión o conjunto de sesiones (las tareas pueden empezar a elaborarse en una primera sesión y terminar en la siguiente, dependiendo del tiempo necesario para su desarrollo).
3. Cada sesión debe producir un resultado final (independientemente de si se prolonga durante más de una). Por lo tanto, deberá aclararse qué es lo que se espera al finalizar la sesión. Estos resultados siempre se orientarán hacia la producción de actos dramáticos simulados por los alumnos.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

4. Se organizarán los grupos de trabajo y repartirán roles entre los estudiantes.
5. Se dispondrá del tiempo suficiente para desarrollar la tarea, pero no excesivo. El docente debe planificar tareas con contenidos de aprendizaje asequibles para los alumnos, pero no demasiado simples.
6. Por último, se destinará un periodo de tiempo a la exposición de resultados.

Como ya hemos indicado, debido a que el tamaño de una planificación sesión a sesión excede las posibilidades de este trabajo, definimos las indicaciones generales y necesarias para elaborar las tareas intermedias. Es el docente responsable el que mejor conoce las necesidades y capacidades del grupo, por lo que será él el que mejor planifique el desarrollo de su puesta en práctica (Ver ANEXO 2).

6.4.4 SUGERENCIAS DE LA PUESTA EN PRÁCTICA

Presentamos a continuación una serie de consideraciones que creemos se deben tener en cuenta a la hora de desarrollar cualquier proyecto emocional en un contexto educativo:

- El carácter del proyecto de educación emocional no se debe considerar aislado del resto de grupos de alumnos, profesores y de la dinámica del centro. Resultaría de gran interés constituir un grupo de trabajo antes de iniciarlo y desarrollarlo conjuntamente con otros profesionales.
- El docente responsable del proyecto podrá involucrar a las familias en las tareas intermedias, tanto en su diseño como en su desarrollo. De este modo, la formación emocional que se pretende transmitir a los padres a través de la tarea final comenzaría mucho antes.
- El proyecto emocional se debería complementar transversalmente con actividades y referencias en otras áreas de aprendizaje así como en otros momentos del curso. Una vez introducido, las posibilidades son ilimitadas. Por ejemplo, podrían llevarse a cabo programas de formación de mediadores, técnicas de resolución de conflictos, grupos de apoyo, elaboración de material con carácter público, etc.
- La organización de los grupos de trabajo durante las sesiones, deberá servir para educar a los alumnos emocionalmente. Trabajar de forma cooperativa es algo que se aprende y debido al carácter social y a menudo conflictivo de los grupos de trabajo, se producirán situaciones propicias para el desarrollo de competencias emocionales interpersonales.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

- El esquema de planificación de las sesiones se ha elaborado como un ejemplo para los docentes. Su adaptabilidad depende de las circunstancias que el profesor responsable considere oportunas. Es importante evidenciar los resultados conseguidos día a día aunque la sesión se prolongue a más de una. En este caso lo producido podrá basarse en unas conclusiones de la sesión o ejemplificaciones de lo tratado.
- Es esencial desarrollar las tareas intermedias como actos comunicativos y dramáticos debido a la relevancia que estos tienen en el proceso de aprendizaje y, en este caso, para la gestión de las emociones.
- Las sesiones deben prolongarse a lo largo del tiempo, por lo que deberán estar conectadas. Encomendar tareas a los alumnos entre una y otra es una buena manera de mantener una continuidad en el proyecto.
- La mayoría de las tareas intermedias se basan en el trabajo en grupo. Por lo que resultará de gran importancia promover actitudes colaborativas entre los alumnos para conseguir los objetivos marcados como grupo de trabajo y no individualmente.

6.4.5 EVALUACIÓN

Es parte esencial de cualquier secuencia educativa evaluar los procesos que se han llevado a cabo, además de los resultados obtenidos. La evaluación de este proyecto será principalmente responsabilidad del docente que lo desarrolle, también supondrá la realización de procesos de autoevaluación y coevaluación por parte del alumnado. El profesor podrá utilizar fichas de evaluación para valorar las necesidades a tener en cuenta y las habilidades ya desarrolladas del grupo de alumnos. Consideramos importante incluir en las plantillas evaluadoras una variedad de ítems que integren las siguientes habilidades emocionales generales:

Habilidades de escucha	Autonomía	Habilidades de resolución de problemas
Autoestima	Pensamiento positivo	Habilidades de comunicación
Auto-conocimiento	Asertividad	Habilidades sociales

No es posible exponer en este proyecto lo que conlleva el proceso de evaluación completo ya que es demasiado extenso. Por ello, recogemos unas indicaciones generales para desarrollar el proceso, el cual deberá seguir la siguiente estructura general según Bisquerra (2000):

1. Creación de plan de evaluación, fijando los medios y acciones que se llevarán a cabo.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

2. Evaluación inicial y progresiva del proceso y los resultados.
3. Análisis de datos recogidos y conclusiones.
4. Presentación de resultados y ajuste del proceso.

En un comienzo, el educador deberá evaluar las capacidades emocionales del alumnado para adaptar el proyecto (definir el nivel de competencia emocional base para planificar las tareas adecuadamente). Realizará una evaluación de diagnóstico utilizando una ficha modelo elaborada para ello (Ver ANEXO 3).

A medida que el proyecto se desarrolle, una evaluación formativa de los procesos que se llevan a cabo deberá estar presente en cada sesión. El profesor deberá elaborar fichas adaptadas a la planificación de las tareas que previamente haya realizado. Puede apoyarse en plantillas generales y seleccionar ítems específicos para construir su propia ficha de evaluación. (Ver ANEXO 4)

Además del profesor, los alumnos también deben ser capaces y responsables de la evaluación del proyecto y de las diferentes sesiones. Se elaborarán fichas de autoevaluación y coevaluación que serán completadas por los alumnos (Ver ANEXOS 5 Y 6).

Cada evaluación del proceso deberá constituir un complemento para el cambio y mejora del proyecto de educación emocional que se está desarrollando. Para determinar su relevancia es necesario realizar una evaluación final donde se valore el nivel de competencia emocional de los alumnos antes y después del mismo. Será el docente el responsable de idear el método para evaluar los resultados en relación con el proceso evaluador que haya llevado a cabo a lo largo del proyecto.

7. CONCLUSIONES

En relación con lo que nos ha supuesto la elaboración de este trabajo, hemos de indicar que el concepto de *educación emocional* es bastante actual, lo que hacía complicado la búsqueda de información relevante y adaptada al ámbito educativo, ya que suele orientarse hacia la gestión empresarial. Sin embargo, existen multitud de prácticas educativas y proyectos emocionales elaborados por docentes preocupados por las carencias formativas de sus alumnos. Quiero remarcar con esto la gran labor de algunos docentes que no han

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

perdido aún el sentido real de la educación de calidad. Se esfuerzan por ofrecer a sus alumnos una formación adecuada a sus necesidades y sobre todo, contribuyendo a que sean capaces de afrontar y superar las desavenencias que les plantea la vida para llegar a ser felices.

Hemos intentado otorgar la importancia que merecen los contenidos expuestos en este Trabajo de Fin de Grado, aunque en ocasiones las limitaciones de extensión nos lo hayan hecho más complicado. En el caso de la propuesta práctica nos hemos centrado en definir un desarrollo general que esperamos sea suficientemente clarificador para el lector.

El acto dramático es un recurso de extraordinario valor para trabajar en el aula y fuera de ella. La posibilidad de dejar expresarse a los actores, en este caso niños, hace que surjan de ellos habilidades escondidas y que desarrollen el conjunto de competencias emocionales que nos planteamos en el trabajo. Qué mejor manera de aprender que actuar. Además de ser un contenedor de creatividad, el acto dramático como práctica didáctica comunicativa puede ser empleado en cualquier área de conocimiento. Nosotros lo consideramos como el medio más útil para plantear a los alumnos situaciones de aprendizaje reales, basadas en experiencias que de verdad van a contribuir a desarrollar capacidades de éxito.

La realidad habitual en los centros escolares no concuerda con los objetivos que se pretenden en este trabajo. Educar emocionalmente conlleva un esfuerzo para la persona educada, supone el reto de tener que superar experiencias desmotivadoras o negativas porque si cedemos a sus efectos las consecuencias son desalentadoras. Con esto, queremos hacer entender al lector que día a día vivimos experiencias emocionales que estamos aprendiendo a gestionar, y sobre todo que la gestión adecuada conlleva beneficios. Quizá no sean beneficios automáticos pero merece la pena esforzarse, por nosotros y por el resto de familiares y personas que nos rodean.

Estamos convencidos de los beneficios que aporta la educación emocional para afrontar positivamente lo que la sociedad actual nos presenta y que el futuro nos depara. Desarrollar nuestra inteligencia emocional constituye una virtud, que compartida entre todos nos llevará a crear nuevos espacios caracterizados por la unión social, la solidaridad y sobre todo la inclusión. Queremos que este sea un punto de partida hacia la inclusión real, donde la diversidad de las diferencias constituya una fuente de riqueza y un espacio para

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

compartir y comunicarse, para que todos tengamos la posibilidad de ser felices.

Para concluir queremos hacer una referencia a lo que Augusto Cury recoge en su libro *Padres brillantes, maestros fascinantes* (2013), donde define una serie de hábitos característicos de padres brillante y maestros fascinantes que constituyen para nosotros un reglamento esencial a seguir para llegar a ser un excelente maestro de la vida. Cada uno de ellos es el título de los diferentes capítulos de la obra de Cury.

Los siete hábitos de los buenos padres y de los padres brillantes:

1. *Los buenos padres dan regalos, los padres brillantes ofrecen su propio ser.*
2. *Los buenos padres nutren el cuerpo, los padres brillantes nutren la personalidad.*
3. *Los buenos padres corrigen errores, los padres brillantes enseñan a pensar.*
4. *Los buenos padres preparan a los hijos para los aplausos, los padres brillantes preparan a sus hijos para los fracasos.*
5. *Los buenos padres conversan, los padres brillantes dialogan como amigos.*
6. *Los buenos padres dan información, los padres brillantes cuentan historias.*
7. *Los buenos padres dan oportunidades, los padres brillantes nunca desisten.*

Los siete hábitos de los buenos maestros y de los maestros fascinantes:

1. *Los buenos maestros son elocuentes, los maestros fascinantes conocen el funcionamiento de la mente.*
2. *Los buenos maestros poseen metodología, los maestros fascinantes tienen sensibilidad.*
3. *Los buenos maestros educan la inteligencia lógica, los maestros fascinantes educan la emoción.*
4. *Los buenos maestros utilizan la memoria como almacén de datos, los maestros fascinantes la usan como fundamento del arte de pensar.*
5. *Los buenos maestros son temporales, los maestros fascinantes son inolvidables.*
6. *Los buenos maestros corrigen comportamientos, los maestros fascinantes resuelven conflictos en el aula.*
7. *Los buenos maestros educan para una profesión, los maestros fascinantes educan para la vida.*

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

8. LISTA DE REFERENCIAS

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., & Pérez, N. (2000). Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, 587-599.
- Aristóteles. (1999). *Retórica*. Madrid: Gredos.
- Armstrong, T. (2012). *Inteligencias múltiples en el aula: Guía práctica para educadores*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Bar-On, R. (1988). *The development of a concept of psychological well-being*. Rhodes University, South Africa: Unpublished doctoral dissertation.
- Belmonte, C. (2007). Emociones y cerebro. *Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales*, 101(1), 59-68.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclee de Brouwer S.A.
- Boal, A. (2002). *Juegos para actores y no actores: teatro del oprimido*. Barcelona: Alba Editorial.
- Canale, M. (1983). *De la competencia comunicativa a la pedagogía comunicativa del lenguaje*. En Llobera et al. (1995). *Competencia comunicativa. Documentos básicos en la enseñanza de lenguas extranjeras*. Madrid: Edelsa.
- Carpena Casajuana, A. (2010). Desarrollo de las competencias emocionales en el marco escolar. *CEE Participación Educativa*, 40-57.
- Casado, C., & Colomo, R. (2006). Un breve recorrido por la concepción de las emociones en la Filosofía Occidental. *A Parte Rei, Revista de Filosofía*, N°47.
- Cury, A. (2013). *Padres brillantes, maestros fascinantes*. Barcelona: Planeta S.A.
- Darwin, C. (1984). *The expression of emotions in animals and man*. (T. a. Madrid: Alianza, Trad.) N.Y.: Appleton.
- Delors, J. y. (1996). *La Educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el Siglo XXI*. Madrid: Santillana-UNESCO.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:

el acto dramático como práctica comunicativa.

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*(332), 97-116.

Fernández Rodríguez, M. (2013). La inteligencia emocional. *Revista de Claseshistoria*, N°377.

Fernández-Abascal, E., Martín, M., & Domínguez, J. (2001). *Procesos Psicológicos*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Freire, P. (1997). *Pedagogía del Oprimido*. Madrid: Siglo XXI de España Editores.

Galvis Leal, P. (1999). *Inteligencia emocional. Punto de partida*. Colombia: U. Pedagógica Nacional.

García, M., & Giménez, S. I. (2010). La Inteligencia Emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, III(6), 43-52.

García-Huidobro, V. (1996). *Manual de pedagogía teatral*. Santiago de Chile: Los Andes.

Gardner, H. (1995). *Inteligencias Múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.

Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. España: Paidós Ibérica, S.A.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.

Gómez, J. (2003). *Educación emocional y lenguaje en la escuela*. Barcelona: Ediciones Octaedro.

LeDoux, J. (1999). *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel-Planeta.

Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). *Models of emotional intelligence*, In R.J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence*. Cambridge: Cambridge University .

Mehrabian, A. (1981). *Silent messages: Implicit communication of emotions and attitudes*. Belmont, CA: Wadsworth.

Mora Teruel, F. (2013). ¿Qué es una emoción? *Revistas Científicas del CSIC*, Vol 189, No 759.

Pérez, M. (2004). La dramatización como recurso clave en el proceso de enseñanza y adquisición de las lenguas. *Glosas Didácticas*, 70-80.

Platón. (1992). *Diálogos, VI: Filebo, Timeo, Critias*. Madrid: Gredos.

Prado Aragonés, J. (2011). *Didáctica de la Lengua y la Literatura para educar en el siglo XXI*. Madrid: La Muralla.

Reeve, J. M. (2003). *Motivación y emoción*. Mexico: MCGraw Hill.

Rulicki, S., & Martín, C. (2012). *Comunicación no verbal. Cómo la inteligencia emocional se expresa a través de los gestos*. Buenos Aires: Ediciones Granica.

Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, cognition, and personality*, 185-211.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

Smirnov, L. L. (1960). *Psicología*. México: Grijalbo.

REFERENCIAS ELECTRÓNICAS:

Baraúna, T., & Motos, T. (13 de 09 de 2013). *Escuela Popular y Latinoamericana de Cine, Televisión y Teatro*. Recuperado el 30 de 04 de 2014, de <http://escuelapopularcineytv.wordpress.com/2012/06/23/metodologia-del-teatro-foro-augusto-boal-una-herramienta-poderosa-para-construir-la-participacion-popular/>

Basterra, A. (02 de 03 de 2012). *Guía para diseñar mi secuencia didáctica*. Recuperado el 10 de 03 de 2014, de <http://es.slideshare.net/AnaBasterra/guia-para-disear-mi-secuencia-didctica>

Bisquerra, R. (2014). *Educación emocional: competencias básicas para la vida*. Recuperado el 26 de 03 de 2014, de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/biografia/publicaciones/articulos/101-educacion-emocional-competencias-basicas-para-vida/208-concepto-emocion.html>

Cherry, K. (2014). *About*. Recuperado el 09 de 06 de 2014, de Psychology: <http://psychology.about.com/od/personalitydevelopment/a/emotionalintell.htm>

Chóliz, M. (2005). *Universitat de València*. Recuperado el 16 de 03 de 2014, de Psicología de la emoción: el proceso emocional: <http://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Estaire, S. (2007). *Universidad Nebrija*. Recuperado el 11 de 05 de 2014, de <http://www.nebrija.es/espanolparainmigrantes/flash/ensenar/PDF/articulo-tareas.pdf>

González, M. (20 de 09 de 2009). *Cuaderno Intercultural*. Recuperado el 06 de 04 de 2014, de Recursos para la interculturalidad y la educación intercultural: <http://www.cuadernointercultural.com/enfoque-por-tareas/>

Malo, A. (2006). *Philosophica, enciclopedia filosófica online*. Recuperado el 14 de Marzo de 2014, de <http://www.philosophica.info/voces/emociones/Emociones.html>

REFERENCIAS LEGISLATIVAS:

Real Decreto 126/2014, d. 2. (Sábado 1 de Marzo de 2014). por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado, num 52*.

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

ANEXOS

ANEXO 1: EJEMPLO ESCENA 4 DEL TEATRO FORO	61
ANEXO 2: EJEMPLO TAREA INTERMEDIA	64
ANEXO 3: FICHA DE EVALUACIÓN DE DIAGNÓSTICO PARA EL PROFESOR	66
ANEXO 4: FICHAS GENERALES PARA EVALUAR HABILIDADES EMOCIONALES	67
ANEXO 5: FICHA DE AUTOEVALUACIÓN PARA EL ALUMNO	76
ANEXO 6: FICHA DE COEVALUACIÓN PARA EL ALUMNO	77

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

ANEXO 1: EJEMPLO ESCENA 4 DEL TEATRO FORO

TIEMPO	COMODÍN/DOCENTE	ESPECT-ACTORES
PRESENTACIÓN DE LA ESCENA		
1'	El docente presentará la escena, podrá utilizar un guion como el siguiente: <i>A continuación los alumnos representarán una escena basada en el gran grupo de competencias emocionales relacionadas con la inteligencia interpersonal. Durante el proyecto, hemos trabajado en nuestra inteligencia interpersonal e intrapersonal. ¿Sabría alguien cuál es la diferencia?</i>	El público será invitado a participar expresando sus opiniones para mantener su atención.
1'	<i>Las habilidades interpersonales son todas aquellas que nos posibilitan relacionarnos adecuadamente con las demás personas. Se relacionan con nuestras capacidades de escucha activa, respeto, aceptación, capacidad para compartir sentimientos y asertividad, entre otras. (El docente deberá no solo enumerar las habilidades sino exponerlas de forma cercana al público)</i>	¿Comprende el público este conjunto de habilidades? ¿Es capaz de concebirlas en un grupo de competencias emocionales?
5'	<i>Existen dos términos importantes que acabo de mencionar: escucha activa y asertividad. ¿Puede alguien aclarar el término y poner algún ejemplo? (Quizá algún alumno pueda contribuir en la explicación. Resultaría interesante involucrar a varios alumnos que expliquen al público el significado de los términos)</i>	El público colaborará aportando sus ideas y opiniones para entre todos elaborar una definición de los términos. Se potenciará el empleo de ejemplos y la participación de los alumnos como apoyo esencial.
1'	<i>Bien, una vez comprendido el tema sobre el que se desarrolla la escena damos paso a los actores.</i>	El público podrá relacionar la escena con lo que previamente se ha comentado sobre el grupo de competencias interpersonales. Podrá identificar habilidades en ella.
REPRESENTACIÓN DE LA ESCENA		
<p>La escena será representada por 5 alumnos los cuales actuarán como si se encontrarán en la entrada del centro escolar un día cualquiera ante de clase.</p> <p>Alumno 1: Naiara Alumno 2: Juan Alumno 3: Nicole Alumno 4: Alexandru Alumno 5: Fede</p>		

Naiara.- ¡Buenos días Nicole! Que bien que por fin veamos brillar el sol.

Nicole.- Serán buenos para ti porque yo tengo un problema muy grande y no he pegado ojo en toda la noche... Resulta que ayer mi padre descubrió que he suspendido inglés y... (la interrumpe Naiara y Nicole muestra una expresión de decepción).

Naiara.- Sí, ya, bueno... ¿Viste ayer el nuevo capítulo de iCarly? Yo no pude porque no veas lo que me pasó. Resulta que estaba yo con mi abuela cuando, sin querer, la conté que había suspendido matemáticas. Total, que al llegar a casa fue lo primero que le conté a mi madre y me castigaron sin tele por el resto de mi vida... (les interrumpe Juan)

Juan.- (Pasa cabizbajo entre Naiara y Nicole haciéndose hueco y sin decir ni palabra. Se dirige donde está Alexandru).

Naiara y Nicole.- (se sorprenden por como Juan ha entrado y lo siguen con la mirada esperando una explicación).

Alexandru.- ¿Qué te pasa Juan? Te ha faltado poco para tirar al suelo a Naiara y Nicole.

Juan.- ¡No me pasa nada! Además, lo que a mí me pase no os importa a ninguno. Seguro que solo me preguntáis para después reiros de mí.

Alexandru.- ¡No es verdad! Si te pregunto es porque quiero ayudarte. ¿Cuándo me he reído yo de ti?

Juan.- (Mirando al suelo y avergonzado) Es cierto, nunca lo has hecho pero es que me da mucha vergüenza contártelo. No quiero hablar sobre ello con nadie porque pensarán que soy un bebé...

Naiara.- ¡Juan, la próxima vez te prometo que te daré una patada y bien fuerte!

Fede.- (Entra por la puerta) Pero... ¿Qué pasa aquí? Todavía no hemos entrado en clase y ¿Ya estáis discutiendo?

Juan.- No pasa nada Fede, son estas dos (mirando a Naiara y a Nicole) que se creen que porque estén en mitad de la puerta las tengo que saludar y esquivarlas. Aprender a apartaros del medio que hay gente que quiere pasar por ahí... Además, hoy estoy de muy mal humor como para aguantar vuestras tonterías.

Nicole.- No seas así Juan, nosotras no te hemos hecho nada y tu casi nos tiras al suelo.

Fede.- (Se ríe) Déjalas, seguro que están demasiado ocupadas hablando de muñecas y todas esas cosas de niñas que no son más que tonterías. ¿Verdad que son tonterías Alexandru?

Alexandru.- No seas así Fede, a lo mejor a ellas les gusta...

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

Fede.- No deberías decir eso porque las cosas de niñas son una tontería.

Alexandru.- ¿Por qué son una tontería si se puede saber?

Fede.- Porque lo digo yo y no hay más que hablar. Si quieres discutirlo luego en el patio me lo dices cuando no esté el cuidador.

Alexandru.- No te enfades Fede, y tranquilo, yo voy a seguir hablando con Juan tranquilamente porque no quiero líos.

Juan.- Déjanos en paz Fede, vete y déjanos tranquilos. Si estas enfadado por algo págalo con otros...

TIEMPO	COMODÍN/DOCENTE	ESPECT-ACTORES
FIN DE LA ESCENA		
1'	<i>Esperamos que hayáis podido identificar algunas de las habilidades de la inteligencia interpersonal en el desarrollo de la escena. A continuación, como ya sabéis, los actores volverán a representar la escena y podréis detenerla en cualquier momento para aportar vuestras opiniones sobre cómo mejorar las situaciones que se dan en ella. Por favor, levantar la mano para colaborar ¡Adelante actores!</i>	¿Se produce diálogo entre los espect-actores? Quizá alguno pueda compartir con el público alguna situación vivida que refleje un conflicto parecido.
TIEMPO	COMODÍN/DOCENTE	ESPECT-ACTORES
REPETICIÓN		
X	El docente deberá manejar la situación de forma que fomente la participación del público y haga amenas para el resto las diferentes contribuciones.	Se potenciará su participación y la capacidad de extraer conclusiones a partir de las opiniones compartidas. ¿Reconocen alguna actitud negativa o positiva en sí mismos relacionadas con las competencias interpersonales?
NOTA: La escena puede ser representada en grupo (como en el ejemplo), en parejas o individualmente. Todo depende de las consideraciones del docente que la dirige.		

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

ANEXO 2: EJEMPLO TAREA INTERMEDIA

PLANIFICACIÓN DE LA SESIÓN		Asignatura: <i>Lengua Castellana y Literatura</i>
Profesor: Clase:	Contenidos: tipos textuales Tópico: <i>Los Derechos Humanos Universales</i> Otros: Tarea 2 del Proyecto emocional (Conciencia emocional: tomar conciencia de la dimensión emocional)	
Información general: - Centro: - Fecha: - Duración de la lección: 60 minutos	Materiales: Textos descriptivos Poemas	
Objetivos cognitivos: El estudiante será capaz de: - Identificar las diferencias entre los dos tipos de textos. - Reconocer estructuras típicas de cada tipo textual. - Componer un poema o un texto descriptivo simple.	Situación inicial: - Los alumnos han trabajado previamente sobre los diferentes tipos de texto. - Se ha explicado a los estudiantes lo que conlleva el proyecto emocional durante la sesión anterior. - Se les presentaron y definieron varios términos referentes a las emociones básicas que sienten diariamente. - Durante la última semana se ha trabajado alrededor del tópico de <i>Los Derechos Humanos</i> introduciendo vocabulario emocional y presentando situaciones de injusticia y conflictivas.	
Objetivos afectivos: El estudiante será capaz de: - Reconocer emociones y utilizarlas en un texto. - Trabajar en grupo para componer un texto. - Respetar las opiniones de sus compañeros y aportar las suyas propias.		
Tiempo	Profesor	Estudiante
Comienzo de la sesión		
15'	El maestro saluda al alumnado y realiza las rutinas diarias que corresponda (fecha, tarea, asamblea, etc.)	Los estudiantes participarán en las rutinas diarias como de costumbre.
5'	El profesor explicará a los alumnos la tarea que vamos a realizar hoy en clase. Expondrá que se va a trabajar sobre tipos de texto y emociones. 1. En un comienzo leeremos una serie de poemas y textos descriptivos (previamente buscados o elaborados por el profesor). 2. Se señalarán en esos textos todos los términos relacionados con las emociones y se anotarán en una hoja aparte. 3. Se formarán grupos de trabajo donde cada miembro del grupo deberá explicar 3 de las emociones señaladas actuando al resto de miembros. 4. Se elaborará en grupo un poema o texto descriptivo que contenga, al menos, 8 términos emocionales. 5. Por último, se expondrán las composiciones de cada grupo y se extraerán conclusiones.	¿Puede algún alumno aportar ejemplos de tipos de texto? ¿Está claro es desarrollo de la sesión? ¿Existe alguna duda? ¿Pueden los alumnos buscar sus propios textos utilizando los recursos de que disponga el aula?

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
el acto dramático como práctica comunicativa.

Actividad principal		
5'	1. El profesor repartirá los textos descriptivos y poemas seleccionados para la sesión.	Los alumnos leerán individualmente los diferentes textos y poemas hasta comprenderlos. Una vez terminado, pueden intercambiarse los textos si es preciso.
7'	2. El profesor recordará a los alumnos qué conllevan las emociones y ejemplificará su explicación con términos que los alumnos comprendan. Les indicará el siguiente paso, deberán señalar en el texto todos los términos relacionados con las emociones que encuentren. El profesor ayudará a aquellos alumnos que no estén seguros del significado del vocabulario mientras se desarrolla la actividad.	Los alumnos deberán señalar en el texto los términos relacionados con emociones que consideren. ¿Existe alguna duda?
10'	3. Pedirá a los alumnos que formen los grupos de trabajo como habitualmente estén acostumbrados a hacerlo. Una vez los grupos estén formados, el profesor les indicará que cada miembro deberá explicar, actuando, a sus compañeros el significado de, al menos, 3 emociones encontradas en el texto.	Una vez formados los grupos, cada alumno definirá el significado de al menos, 3 términos emocionales que haya encontrado en el texto. Para ello deberá apoyar su explicación actuando e interpretando los signos que dichas emociones provocan en las personas.
10'	4. El profesor explicará la siguiente actividad de la sesión. Los alumnos, en grupos, deberán elaborar un poema o texto descriptivo utilizando como mínimo 8 términos de los señalados en los textos.	Los alumnos deben trabajar conjuntamente para seleccionar los mejores términos para componer el texto descriptivo o el poema.
Final de la sesión		
6'	Por último, el profesor pedirá a cada grupo que presente su composición al resto de compañeros.	Los alumnos deberán compartir su composición con el resto de la clase y respetar/comentar los trabajos de los diferentes grupos. ¿Pueden extraer alguna conclusión sobre la sesión y los textos?
2'	El profesor terminará la sesión y les recordará, si es necesario, la realización de tareas en casa, etc.	Los alumnos recogerán y se prepararán para la siguiente lección.
Consideraciones:		
<ul style="list-style-type: none"> - Una variante interesante, a la hora de escenificar las emociones (punto 3), puede ser emplear la mímica para definir la emoción y que los compañeros adivinen lo que representa. - Si es posible, el alumnado se servirá del material en el aula para localizar textos con términos emocionales para trabajar en la sesión (punto 1). 		
Evaluación de la sesión, aspectos a mejorar:		

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

ANEXO 3: FICHA DE EVALUACIÓN DE DIAGNÓSTICO PARA EL PROFESOR

Evaluación de diagnóstico																									
Nº ALUMNO PAUTAS DE OBSERVACIÓN	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Muestra signos de escucha activa.																									
Se siente parte del grupo en clase.																									
Expone opiniones de forma abierta y respeta las de los demás.																									
Emplea el lenguaje no verbal de forma coherente.																									
Sigue adelante cuando la situación empeora.																									
Reconoce emociones básicas en expresiones faciales.																									
Tiene una actitud positiva ante los conflictos.																									
Se relaciona con diferentes compañeros de clase.																									
Considera los comportamientos negativos como algo que mejorar.																									

1. Nunca

2. Pocas veces

3. Normalmente

4. Casi siempre

5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

ANEXO 4: FICHAS GENERALES PARA EVALUAR HABILIDADES EMOCIONALES

HABILIDADES DE ESCUCHA

PAUTAS DE OBSERVACIÓN	Nº ALUMNO																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Presta atención cuando se le está hablando.																									
Muestra signos de escucha activa.																									
Interpreta los sentimientos de los demás cuando escucha.																									
Se muestra sensible ante las necesidades de los demás.																									
Ofrece ayuda cuando alguien la pide.																									
Respetar los turnos para hablar.																									
Escucha con atención a quien le rodea.																									
Sabe cómo incorporarse a una conversación.																									
Usa coherentemente la comunicación no verbal.																									

1. Nunca

2. Pocas veces

3. Normalmente

4. Casi siempre

5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

AUTOESTIMA

PAUTAS DE OBSERVACIÓN \ Nº ALUMNO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
	Expresa sus necesidades y deseos correctamente.																								
Reconoce cualidades positivas en su persona.																									
Pide ayuda cuando lo necesita.																									
Se enfrenta a las dificultades y continua adelante.																									
Sabe valorar las cualidades de otros.																									
Comparte opiniones espontáneamente.																									
Cree en sí mismo incluso cuando comete errores																									
Se siente parte del grupo de clase.																									
Comparte sus logros.																									

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

ASERTIVIDAD

Nº ALUMNO PAUTAS DE OBSERVACIÓN	ASERTIVIDAD																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
Reconoce sus errores.																										
Respetar los turnos para hablar.																										
Es capaz de ofrecer una crítica constructiva.																										
Formula alternativas para resolver problemas.																										
Se interesa por lo que sienten los demás.																										
Expresa sus limitaciones y no se frustra por ello.																										
Se relaciona con diferentes compañeros.																										
Comparte opiniones de forma abierta.																										
Expresa su descontento cuando alguien le ofende.																										

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

PAUTAS DE OBSERVACIÓN	Nº ALUMNO																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Respetar los turnos para hablar.																									
Muestra interés por los sentimientos de los demás.																									
Capaz de ponerse en la piel de otra persona.																									
Capaz de integrarse en la conversación de otros.																									
Expresa su descontento en primera persona.																									
Se expresa alto y claro ante público.																									
Su lenguaje no verbal y verbal concuerda.																									
Transmite y completa información con gestos y sonidos.																									

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

PENSAMIENTO POSITIVO

PAUTAS DE OBSERVACIÓN \ Nº ALUMNO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
	Es optimista																								
Supera la frustración fácilmente.																									
Se enfrenta a los problemas.																									
Diferencia entre los pensamientos negativos y positivos.																									
Valora la importancia de fijar metas.																									
Sigue adelante cuando la situación se complica.																									
Aprecia las cosas buenas que le ocurren.																									
Expresa sus propios deseos.																									
Piensa y habla de forma positiva.																									

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

AUTOCONOCIMIENTO

Nº ALUMNO PAUTAS DE OBSERVACIÓN	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Se considera único.																									
Puede nombrar cualidades positivas propias.																									
Expresa sus sentimientos a los demás.																									
Comparte sus gustos y expone lo que no le gusta.																									
Reconoce emociones en expresiones corporales.																									
Expresa lo que es capaz y no de hacer.																									
Sabe ajustar sus emociones según el momento.																									
Capaz de hablar de sus propios sentimientos.																									

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

HABILIDADES DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Nº ALUMNO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
PAUTAS DE OBSERVACIÓN																									
Tiene las habilidades necesarias para resolver pequeños conflictos.																									
Es capaz de tomar decisiones.																									
Es capaz de explicar un problema de forma clara.																									
Sabe cómo calmar a los demás y calmarse a sí mismo.																									
Respeto los límites y normas.																									
Tiene una actitud positiva ante los conflictos.																									
Capaz de expresar varias soluciones para un conflicto.																									
Ayuda a los demás cuando tienen un problema.																									

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

HABILIDADES SOCIALES

Nº ALUMNO PAUTAS DE OBSERVACIÓN																										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
Respetar los turnos para hablar en una conversación.																										
Inicia y mantiene conversaciones.																										
Pide y ofrece ayuda cuando se necesita.																										
Da las gracias cuando se debe.																										
Pide cosas de forma correcta.																										
Se disculpa cuando es necesario.																										
Se incorpora a conversaciones ajenas.																										
Invita a otras personas a su grupo.																										

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

AUTONOMÍA

PAUTAS DE OBSERVACIÓN	Nº ALUMNO																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
Reconoce emociones a través de expresiones corporales.																										
Expresa sus sentimientos.																										
Recurre a vivencias previas para reconocer sus sentimientos.																										
Conversa con compañeros y profesores.																										
Considera los comportamientos negativos como algo que mejorar.																										
Es capaz de esperar para satisfacer sus deseos.																										
Capaz de relajarse siguiendo indicaciones.																										

1. Nunca 2. Pocas veces 3. Normalmente 4. Casi siempre 5. Siempre

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

ANEXO 5: FICHA DE AUTOEVALUACIÓN PARA EL ALUMNO

Nombre:					
Pautas de observación	No lo entiendo	Casi nada	Un poco	Bastante	Siempre
Se escuchar y presto atención cuando me hablan.					
Estoy a gusto en clase y siento que somos un grupo.					
Comparto mis opiniones y escucho las de los demás.					
Uso gestos y movimientos para hablar con otros.					
Si tengo un problema intento solucionarle.					
Sé que a un amigo le pasa algo cuando le veo.					
Intento ayudar a solucionar los problemas.					
Me relaciono con muchos de mis compañeros de clase.					
Sé que debo aprender a no comportarme mal.					

La educación emocional y su relevancia en el proceso educativo:
 el acto dramático como práctica comunicativa.

ANEXO 6: FICHA DE COEVALUACIÓN PARA EL ALUMNO

		Nombre:		Nombre del compañero:	
Pautas de observación	No lo entiendo	Casi nada	Un poco	Bastante	Siempre
Mi compañero me escucha cuando le hablo.					
Me hace sentir a gusto en clase.					
Comparte sus opiniones y escucha las mías.					
Usa gestos y movimientos cuando me explica algo.					
Si tiene un problema intenta solucionarlo y no entristece.					
Sabe que me pasa algo solo con mirarme.					
Me ayuda a solucionar problemas.					
Habla y juega con todos los compañeros de clase.					
Sabe que comportarse mal no está bien e intenta solucionarlo.					