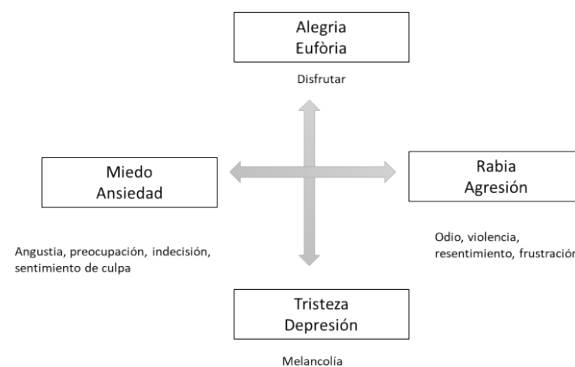


HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES

1. JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA

Las emociones se definen como procesos psicofísicos, dinámicos y excitados de reacción ante algo significativo y se expresan a través de la conducta verbal y no verbal. Estas vivencias afectivas aparecen de manera repentina y brusca en un contexto determinado, y pueden organizar o desorganizar la actividad de la persona en ese momento (Rieffe, 2004). Existen cientos de emociones, junto con sus combinaciones, variables, mutaciones y matices; no obstante, se ha descrito la universalidad de las emociones básicas, es decir, las reconocidas por personas de diversas culturas de todo el mundo. Estas emociones básicas son (Bisquerra, 2009):



El modelo de Mayer y Salovey (1997) es el modelo con mayor rigor científico y cuenta con una gran profusión de investigaciones empíricas en el ámbito educativo. Se trata de un modelo jerárquico formado por cuatro competencias interrelacionadas, de manera que son necesarias las habilidades más básicas (percepción de las emociones) para llegar a las más complejas (regulación de las emociones). La estructura jerárquica de este modelo permite desarrollar programas bien organizados que admiten una aplicación, seguimiento y evaluación fáciles. Las competencias que describe son:

- Percepción, valoración y expresión emocional: habilidad para identificar y reconocer tanto las propias emociones (autoconciencia) como las de aquellos que nos rodean (empatía afectiva). Implica prestar atención y decodificar con precisión las señales emocionales.
- Comprensión emocional: habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetando y categorizando las emociones propias y ajenas. Atañe a la relación de la emoción con su significado e incluye desvelar la información de emociones complejas, ambivalentes o incluso aquellas que son contradictorias y simultáneas.
- Facilitación emocional del pensamiento: relación entre pensamiento y emoción. Implica tener en cuenta las emociones cuando razonamos o solucionamos problemas, permitiéndonos disponer de diferentes puntos de vista según nuestro estado emocional y afectando a nuestra creatividad.

d) Regulación de las emociones: capacidad para estar abierto a las emociones, tanto positivas como negativas, y reflexionar sobre ellas para descartar o aprovechar la información en función de su utilidad. Implica estrategias para la moderación o aumento de las emociones.

Las competencias emocionales son un aspecto importante de la ciudadanía efectiva y responsable. Los contenidos de este programa se trabajan de forma complementaria con los del programa de Apoyo psicológico, en lo que respecta a la atención grupal. Así mismo los aprendizajes incorporados podrán ser aplicados de forma transversal al resto de programas que forman parte del modelo, ya que en todos ellos los niños/as y adolescentes interactúan con sus iguales, con adultos referentes y con las personas de la comunidad con las que compartirán experiencias y vivencias. Estos espacios y momentos de relación requieren de la gestión emocional.

La acción social y educativa con niños, niñas y adolescentes entre otros encargos incorpora la atención y el acompañamiento a los procesos de desarrollo aportándoles herramientas y estrategias emocionales y de gestión de conflictos que les permitan afrontar dificultades en las diferentes transiciones vitales. Este acompañamiento y la adquisición de habilidades les permitirán crecer como personas cada vez más autónomas y capaces de afrontar esos procesos.

2. DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

En el marco de este programa se pretende mediante la realización de diferentes actividades que los niños/as y adolescentes puedan tener contactos con aquello que han visto, entendido e interpretado. Saber gestionarse en la comunidad y en su propia familia les permitirá un crecimiento personal óptimo, así como un acompañamiento en la construcción de la identidad personal. Para ello, nos centraremos en cuatro aspectos, que describiremos en este apartado, concretamente: 1) Habilidades comunicativas, 2) Habilidades sociales, 3) Resolución de conflictos y 4) Gestión emocional.

1) Habilidades comunicativas

Nos permiten comunicarnos con otras personas con exactitud, eficacia y mostrando nuestro nivel de competencias y destrezas con respecto a un determinado asunto. Existen diversidad de estilos comunicativos:

Agresivo	Inhibido	Asertivo
<ul style="list-style-type: none"> • Forma de comunicación desafiante. • Atacar para defender expresar opiniones y emociones y defender los propios derechos propio • Conlleva intimidar para hacerse respetar y manipular para conseguir los objetivos personales. 	<ul style="list-style-type: none"> • No defiende ni respeta sus propios derechos mostrando dificultad para expresar sus opiniones y sentimientos de forma clara. • Conducta evitativa ante el conflicto. Prioriza ser agradable y adaptarse a las necesidades de los otros ante las suyas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Forma de comunicación que implica respeto hacia sí mismo, con una expresión libre de las opiniones y sentimientos propios, en el momento adecuado, sin dejar de respetar los derechos de los demás.

2) Habilidades sociales

Las personas somos seres relacionales, que centramos nuestra actividad en la interacción y el contacto con los demás. Para ello, contamos con una serie de herramientas como son la capacidad de escuchar, de comunicarnos, de pedir y dar, de explicarnos, de dialogar o de negociar que necesitamos desarrollar de forma óptima para poder alcanzar relaciones de calidad y una integración en la comunidad satisfactoria.

La interacción con nuestros iguales (escuela y actividades de ocio, cultura y deporte, compañeros de trabajo) y con los adultos referentes (familia, profesores, educadores) y de la comunidad (vecinos/as) se va ampliando en la medida que las personas crecemos y estas relaciones permiten la modulación de estas habilidades.

Entendemos por tanto las habilidades sociales, como las capacidades que nos facilitan las relaciones con los demás y que nos posibilitan interactuar con normalidad en nuestra vida cotidiana. Son estas, formas de comportamiento que nos ayudan a adaptarnos a la sociedad con éxito.

Las habilidades sociales que se pretenden trabajar en el marco del programa son:

<p>Empatía</p>	<p>Capacidad personal para conectar, respetuosa y sinceramente, con los sentimientos y emociones de otra persona y para comprender sus argumentos y puntos de vista. Se manifiesta en unas habilidades comunicativas concretas: la escucha activa, y la respuesta empática.</p> <p>Algunos elementos necesarios para desarrollar respuestas empáticas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación: Penetrar en el terreno del otro. “si yo estuviera en su situación...” Ponerse en la piel del otro identificándose con su persona y situación. - Incorporación y repercusión: La observación del otro se hace observación de uno mismo. “también yo”, “no sé qué decir” - Separación: Retirada de la implicación en plano de los sentimientos y recurrir a la razón. Distancia social y psíquica. No hay empatía si no existe separación
-----------------------	--

Escucha activa

Proceso activo que consiste en recibir, entender, recordar, evaluar y responder a las comunicaciones de otras personas.

- Requiere: atención física, observación y escucha.
- Algunos obstáculos que debemos tener en cuenta para poder los identificar y aplicar medidas correctoras que permitan contrarrestar procesos satisfactorios: Ansiedad, Superficialidad, Emitir juicios, Impaciencia e impulsividad, Pasividad, Aconsejar
 - o Pasos de la escucha activa: 1) Describir, sin acusar, el comportamiento que interfiere conmigo, 2) Expresar mis sentimientos respecto a las consecuencias del comportamiento y 3) Establecer las consecuencias

Asertividad

Entendida como la habilidad de transmitir y recibir los sentimientos, creencias y opiniones propias o de los demás de forma honesta, oportuna y respetuosa. Por tanto, no es ganar al otro sino conseguir una situación de respeto mutuo y de acercamiento satisfactorio.

La asertividad:

- Requiere: mantener un equilibrio entre la agresividad y la pasividad
- Implica: defender y expresar derechos, sentimientos y opiniones, saber decir "no". Hacer frente a la presión de grupo, evitar situaciones de coacción, saber gestionar la toma de decisiones en momentos de presión sin precipitarse.
- Los componentes básicos para su desarrollo son: Respetarse a uno mismo; Respetar a los demás; Ser directo, honesto y oportuno, Autocontrol emocional, Saber escuchar y decir, Ser positivo y Utilizar adecuadamente la expresión no verbal.

3) Resolución de conflictos

El conflicto es un proceso interaccional que se da entre dos o más partes, en el cual predominan las posiciones antagónicas, donde las personas que intervienen lo hacen como seres totales, con sus acciones, pensamientos, afectos y discursos, que se caracteriza por ser un proceso co-construido y que puede ser conducido por las partes o por una tercera persona. En resumen, es un proceso complejo (Marinés Suares, 1996).

El conflicto es inherente al ser humano a la diversidad y a las relaciones humanas y, por tanto, también a la vida en sociedad y a la convivencia, por tanto, siempre tendremos conflictos y por ello es indispensable contar con estrategias para afrontarlos y desactivarlos. El conflicto, visto como oportunidad y motor de cambio, puede convertirse en una herramienta de desarrollo que favorezca, a su vez, la convivencia y la paz y el orden social. Los conflictos tienen su propio ciclo de vida nacen, crecen, se desarrollan y, a veces, pueden morir o quedarse estacionarios.

Prevención y provención de conflictos

El abordaje de los conflictos requiere de facilitadores y facilitadoras, que promoverán una (re)construcción más amplia y abierta de las historias vividas de los individuos implicados en un conflicto. Es necesario, que los educadores de los CSE/CdD/CAD estén capacitados para abordar de forma pacífica y no violenta los conflictos (Albertí y Rul-lan, 2021).

Prevención	Provección
<ul style="list-style-type: none"> • Fomenta la creación de climas positivos, la cohesión grupal y una organización que fomente la interacción y la participación de todos los miembros, siendo estos elementos factores reductores de situaciones de conflicto • Permite resolver pequeños conflictos de manera justa • Actúa en conflictos graves 	<ul style="list-style-type: none"> • Su objetivo no es evitar el conflicto, sino aprender cómo afrontarlo.

La escala de la prevención:

- **Presentación:** conocer el nombre y algunas características básicas de los miembros del grupo.
- **Conocimiento:** profundizar en la relación entre los miembros del grupo, para poder romper estereotipos y descubrir posibles similitudes y diferencias entre las personas. Consciencia de los propios valores.
- **Afirmación/Estima:** desarrollar la autoestima y la estima hacia las otras personas; creación de sentimiento de pertenencia al grupo e inclusión.
- **Confianza:** creación de climas favorables que posibilitaran poderse expresar abiertamente.
- **Comunicación:** mejorar las capacidades de comunicación analógica y digital (verbal y no verbal)
- **Cooperación:** establecer relaciones de apoyo mutuo, basadas en los valores, la diversidad y la capacidad de compartir.

4) Gestión emocional

Poder desarrollar procesos de vida autónomos requiere la capacidad de afrontar situaciones difíciles, situaciones de conflictos que permite evidenciar el equilibrio psicológico y emocional de las personas, así como también la capacidad de adaptación en el entorno, los recursos personales para buscar soluciones que permitan dar respuestas a la situación que debes abordar. Es necesario, que los niños/as y adolescentes sepan utilizar sus estrategias de forma que puedan adaptarse positivamente a las diferentes situaciones y contextos en los que se encontrarán. Existen asimismo evidencias sobre como tener competencias emocionales, tiene

un efecto directo sobre los procesos educativos y, más concretamente sobre los aprendizajes académicos.

Aprender a conectar con las propias emociones, requiere hacerse consciente de cómo funcionan y disponer de herramientas y recursos para una buena regulación emocional, a partir de la vivencia y expresión emocional. Aprender y practicar una mejor educación emocional implica: a) Disponer de una mejor autoestima, b) De un buen autocontrol, conductual y emocional, c) De un pensamiento positivo y d) De unas relaciones interpersonales adecuadas.

La educación emocional tiene una función preventiva y de mejora de los estados emocionales: mediante los aprendizajes, el entrenamiento y la práctica de recursos y estrategias para minimizar las emociones excesivas o ejecutivamente negativas y para promover y aumentar la presencia de las positivas.

Los principales pasos necesarios para una buena gestión de nuestras emociones se concretan en:

Reconocimiento de las propias emociones	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad de una persona de identificar y aceptar las emociones, propias y ajenas.
Aceptación	<ul style="list-style-type: none"> • Implica el autoconocimiento, como elemento fundamental de la inteligencia emocional. • Autoconocimiento entendido como la conciencia de: las propias necesidades, motivaciones, formas de reaccionar, valores, prejuicios y emociones
Expresión	<ul style="list-style-type: none"> • Definir nuestro estado de ánimo requiere conocer las palabras que definen lo que sentimos y saber vincularlas a esos sentimientos para poder encontrarlas
Autoregulación emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad de dirigir el estado de ánimo, los sentimientos y las emociones propias. • Tolerancia a la frustración y mejor tratamiento de la ira y otras emociones perjudiciales. • Estrategias de autorregulación: Expresión verbal, Estructuración cognitiva, Técnicas de relajación, expresión emocional

Son diversos los autores que han presentado clasificaciones sobre competencias. Bizquerra y Pérez (2007) presentan a partir de una revisión comparativa de las propuestas de diversos autores (Alberici y Serreri, 2005; Alex, 1991; Le Boterf, 1991, 1994, 2001; Bunk, 1994; Lévy-Levoyer, 1997; Rubió y Cruells, 1999, Guerrero, Acosta y Taborda, 1999; Tejada, 1999; Besolan, 2000; Pérez Escoda, 2001; Navio, 2005 y Rodríguez Moreno, 2006 entre otros). Los autores apuestan por agrupar las competencias a partir de dos dimensiones: competencias de desarrollo técnico-profesional y competencias de desarrollo socio-personal. En el marco de las competencias socio-personales se incluyen las competencias emocionales

CLASES DE COMPETENCIAS	
SOCIO-PERSONALES	TÉCNICO-PROFESIONALES
<ul style="list-style-type: none"> - Motivación. - Autoconfianza. - Autocontrol. - Paciencia. - Autocrítica. - Autonomía. - Control del estrés. - Asertividad. - Responsabilidad. - Capacidad de toma de decisiones. - Empatía. - Capacidad de prevención y solución de conflictos. - Espíritu de equipo. - Altruismo. - 	<ul style="list-style-type: none"> - Dominio de los conocimientos básicos y especializados. - Dominio de las tareas y destrezas requeridas en la profesión. - Dominio de las técnicas necesarias en la profesión. - Capacidad de organización. - Capacidad de coordinación. - Capacidad de gestión del entorno. - Capacidad de trabajo en red. - Capacidad de adaptación e innovación. -

Nuestra posición frente a la realidad no es neutra, no somos observadores imparciales. Nos dejamos afectar íntimamente para ella. Tampoco somos agentes imparciales. Incidimos cargando nuestra intervención con un color específico de aceptación o desecho. Esta atmósfera especial es la afectividad (Ana Gimeno-Bayón)

3. OBJETIVOS GENERALES (OG) – OBJETIVOS ESPECÍFICOS (OE) – OBJETIVOS OPERATIVOS (OO)

Los objetivos que se plantean para este programa se desgranán en tres niveles: generales (OG), específicos (OE) y operativos (OO).

OG1- Ofrecer herramientas a los niños/as y adolescentes para un mejor desarrollo y gestión emocional.

OE1.1 Realizar actividades para la mejora de la autoestima de los NNA

OO1.1.1 Desarrollar los componentes fundamentales de la autoestima (percepción, autoconcepto, carga emocional y referentes)

OO1.1.2 Identificar las mejoras y avances conseguidos a nivel personal (objetivos del PEI)

OE1.2 Desarrollar las capacidades para identificar y gestionar las propias emociones

OO1.2.1 Identificar las emociones propias y ajenas (positivas, negativas y neutras)

OO1.2.2 Compartir los gustos e intereses personales sin dejarse influenciar por sus iguales y/o adultos.

OG2 - Construir un espacio seguro para los niños/as y adolescentes que fomente las relaciones interpersonales con iguales y adultos referentes.

OE2.1 Generar un clima de confianza que facilite la expresión socioemocional y el compartir vivencias personales.

OO2.1.1 Expresar las opiniones de forma libre, respetando las opiniones de los demás

OO 2.1.2 Contribuir a un clima de confianza entre NNA

OE2.2 Proporcionar entornos seguros desde donde compartir, expresar y gestionar los sentimientos, creencias, ideas y emociones

OO2.2.1 Ser consciente de que las personas sentimos emociones parecidas (empatía) y que nos podemos apoyar mutuamente

4. METODOLOGÍAS

A nivel metodológico se pretende que las sesiones sean dinámicas para promover la participación de los niños/as y adolescentes. Así mismo, en el marco de los talleres de promoverán espacios de silencio, donde los niños/as y adolescentes podrán hacer ejercicios de introspección.

Las dinámicas deben ser de carácter experiencial, a partir de casos prácticos y dinámicas que les permitan realizar procesos de introspección y comunicación. Los juegos, el teatro, los role playings, la música, la pintura, ... podrían ser los vehículos para poder trabajar las competencias socioemocionales. Han de ser por tanto actividades dinámicas, variadas y divertidas que resuenen en la vida diaria de cada uno/a de los participantes. Han de poder extrapolar estas técnicas a acciones-actividades que han vivido o vivirán. Han de poder proyectar en sus familiares y en su entorno estos aprendizajes y poder ser capaces de analizar y valorar aquello que ven, oyen y sienten.

En la utilización de cualquiera de las metodologías que se presentan a continuación se recomienda que el lenguaje oral y el lenguaje escrito que se utiliza en los planes de trabajo, en las comunicaciones a las familias, y en los trámites en general, sea comprensible y accesible tanto para los adultos como para sus hijos e hijas. Las dificultades de comprensión en la información que se recibe pueden generar desconfianza, inactividad por no saber qué hacer o, al contrario, acciones innecesarias, inquietud y, por lo tanto, una falta de compromiso de los requerimientos que se planteen.

4.1 Trabajo en red y conexión con la comunidad

Capacitar emocionalmente a la población, como el resto de procesos educativos, no puede ser responsabilidad de un solo agente, sino que es un encargo colectivo para el que la comunidad debe unir recursos, consensuar modelos y sumar acciones para conseguir que los y las ciudadanas, especialmente los niños/as y adolescentes, dispongan de los conocimientos necesarios para su desarrollo emocional y para afrontar situaciones de conflicto que puedan darse en sus contextos de desarrollo (familiar, escolar y comunitario)

- **Educación:** Datos empíricos muestran la importancia de la inteligencia emocional sobre el bienestar psicológico del niño/as y adolescentes y su influencia en la aparición de conductas disruptiva en el contexto escolar, así como su relación con el rendimiento

académico. Por ello, resulta obvio que en el marco escolar este también presente el aprendizaje de las habilidades sociales, la gestión emocional y la resolución de conflictos. Un abordaje teórico conjunto por parte de los agentes socioeducativos del municipio permitirá un mayor aprovechamiento de los recursos, así como unificará los aprendizajes y las orientaciones que los niños/as y adolescentes puedan recibir. Será importante, por tanto, el trabajo conjunto entre los profesionales de los CSE/CdD/CAD y los maestros y profesores para la puesta en práctica de esta área educativa tan importante para el desarrollo de los niños/as y adolescentes.

- **Servicios Sociales Básicos/ Servicios Sociales especializados:** la educación emocional de los niños/as y adolescentes y también de sus familias es un aspecto esencial para muchos de los núcleos en los que intervienen los profesionales de los servicios sociales básicos y especializados, por ello es esencial que el territorio cuente con proyectos y recursos que puedan acompañar a las familias en la mejora de sus habilidades sociales, la gestión emocional y la resolución de conflictos.
- **Salud:** los profesionales de la salud son también agentes imprescindibles en los procesos de detección de dificultades vinculadas con la gestión emocional y las habilidades sociales. Por tanto, en los espacios de trabajo con las familias poder identificar ciertas carencias puede ser una oportunidad para comunicar y trabajar conjuntamente con el resto de las profesionales estas dificultades y encontrar recursos para su abordaje: actividades comunitarias y talleres. También en este ámbito los profesionales especializados en salud mental son figuras importantes y necesarias para el abordaje de esta área de desarrollo psicoemocional.
- **Comunidad:** en este caso hay que destacar la importancia de que la comunidad cuente con una educación emocional de calidad, que le permitirá identificar carencias de ciertas personas, entre ellos niños/as y adolescentes, y podrá desarrollar sus estrategias de asertividad y empatía emergiendo como agentes educativos sensibles y con capacidad para generar respuestas adaptadas a la diversidad de necesidades y de realidades de educación emocional presentes en las comunidades. Desde esta perspectiva es importante el trabajo con las familias y con los adultos referentes de la comunidad (educadores de ocio, cultura y deporte, profesionales de equipamientos culturales) en cuanto a su formación de cara a establecer relaciones de calidad con los niños/as y adolescentes de la comunidad.
- **Cuerpos de seguridad:** si bien los profesionales de los cuerpos de seguridad no tendrán un papel tan activo en los procesos de educación emocional, sí que contar con estrategias y habilidades sociales como las abordadas en este programa les permitirá un acercamiento más empático que dotará a sus intervenciones de una mayor calidad humana, así como de una carga educativa que complemente las intervenciones de otros

agentes de la red. Así mismo, si los niños/as y adolescentes y las familias identifican a estos profesionales, desde posiciones de ayuda podrán identificarlos como personas de confianza, indispensables ante ciertas situaciones que requieren de la intervención de los cuerpos de seguridad.

4.2. Acompañamiento

“Acompañar es fundamentalmente la acción de “andar al lado de” una persona, compartiendo alguna parte de su vida itinerante. No es nunca hacer de vigilante que intenta impedir las equivocaciones del camino. No es tampoco el protector que evita la aparición de los riesgos del itinerario. No es el prescriptor de recetas y remedios para las equivocaciones. Acompañar es, de formas diversas, compartir el camino y sus experiencias. Siempre sólo en una parte de su camino y adoptando la proximidad adecuada, sin hogar ni hacer sentir el abandono” (Funes, 2010, p.194).

Planteamos un acompañamiento que implica proximidad educativa, necesaria esta para la creación de climas de confianza que permitirá a los niños/as y adolescentes en el marco de espacios protegidos, como son los CSE/CdD/CAD, adquirir las habilidades sociales. Así mismo, estas habilidades podrán ser transferidas a los espacios de su vida cotidiana con sus iguales y otros adultos.

Crear esta proximidad educativa requiere: a) demostrar a los niños/as y adolescentes que son importantes para nosotros, b) saber empatizar con su momento vital no mirar siempre la realidad desde nuestro prisma adulto y profesional, c) acompañar desde la confianza, estando disponibles, comprendiendo qué les pasa y mostrando disposición para ayudarles a ordenar sus crisis, a salir de sus incertidumbres.

Esta relación de ayuda y confianza nos permitirá construir espacios y climas de confianza y seguridad que favorezcan la expresión y la comunicación, desde una perspectiva de bienestar. Unos espacios en los que los niños/as y adolescentes puedan hacer emerger sus emociones y poderlas tratar, así como ofrecerles estrategias para aprender a gestionarlas, contando con el apoyo por parte de los adultos referentes de los centros.

En este marco, la acción tutorial que se materializa en las tutorías, pero que va mucho más allá de un momento puntual a lo largo de la semana, es una herramienta idónea para facilitar a los niños/as y adolescentes espacios individuales en los que trabajar la gestión emocional. Una acción tutorial que ofrece una atención personalizada en función de las necesidades detectadas, que está planificada y por tanto los niños/as y adolescentes cuentan con ella. Esta acción plantea una atención al conjunto de la persona y a todas sus dimensiones (afectiva, social moral, intelectual y trascendente).

4.3. Fases

El programa presenta tres fases. Estas fases (al igual que las actividades propuestas) no son lineales, sino que conviven permanentemente las tres para adaptar la intervención al grupo. Habrá momentos donde una de las fases cobrará mayor protagonismo, pero se interrelacionan continuamente. Al principio de curso la fase diagnóstica cobrará mayor protagonismo. La fase de intervención será la más presente y transversal a lo largo del curso mientras que la evaluativa estará muy activa en los cierres de cada trimestre. Las describimos brevemente:

Primera fase

En esta primera fase se evaluará el nivel competencial de los niños/as y adolescentes, tanto a nivel interpersonal como en relación al grupales (roles, funciones, aportaciones al grupo...). Las actividades que se realicen permitirán identificar los déficits, las dificultades y también las capacidades de cada uno de los miembros del grupo en relación con la gestión emocional. Esta medición se realizará en relación a todos sus espacios vitales (escuela, familia, centro, barrio.) mediante test y herramientas especializadas.

Segunda fase

En esta segunda fase las actividades que se planifiquen se orientarán a implementar y reforzar las cuatro áreas planteadas en el programa: 1) Habilidades comunicativas, 2) Habilidades sociales, 3) Resolución de conflictos y 4) Gestión emocional.

Principalmente esta implementación se canalizará mediante: a) talleres prácticos, b) tutorías y c) actividades orientadas a desarrollar comportamientos prosociales y de cooperación comunitaria mediante proyectos de Aprendizaje Servicio (APS).

Tercera fase

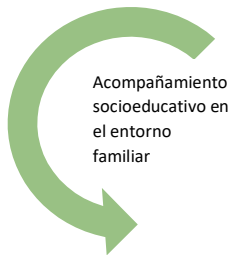
La tercera fase permitirá, mediante las actividades planificadas medir los progresos de los niños/as y adolescentes en relación con el desarrollo de sus competencias socioemocionales, y por tanto los aprendizajes realizados que permitirán una mejor calidad de vida.

4.4. Contextos de intervención



El programa se aplicará principalmente en los CSE/CdD/CAD. En el marco de los centros se realizarán actividades orientadas a que los niños/as y adolescentes, puedan mejorar sus competencias socioemocionales.

Las acciones programadas y ejecutadas se orientarán a compensar las deficiencias socioeducativas de los niños/as y adolescentes y sus familias, así como potenciar sus capacidades mediante, el trabajo individualizado y grupal, en coordinación y cooperación con la red comunitaria y el tejido asociativo del territorio.



Acompañamiento
socioeducativo en
el entorno
familiar

También está previsto que en el marco de los planes de trabajo individuales se contemplen los objetivos de cada niño/a y adolescentes para mejorar y profundizar en cada caso sobre los aspectos que se identifiquen en la fase diagnóstica.

El trabajo en entornos familiares permitirá identificar posibles déficits, tanto de los niños/as y adolescentes como de los adultos referentes. Esta identificación posibilitará ofrecer pautas para mejorar estas habilidades e introducir nuevos objetivos en los PEIS, incorporando acciones o programas que aporten recursos y herramientas para reconducir las carencias identificadas. También, el trabajo domiciliario, por la proximidad que ofrece, permitirá identificar las potencialidades de los niños/as y adolescentes en relación con las habilidades socioemocionales, siendo esta una estrategia para motivar y potenciar las capacidades de los niños/as y adolescentes en el marco de los CSE/CdD/CAD y de la comunidad.



Integración en
la comunidad

Las actividades de ocio, culturales y deportivas en las que los niños/as y adolescentes participarán, en el marco de los planes de trabajo de los CSE/CdD/CAD, permitirán el desarrollo y la aplicación de los contenidos trabajados en este programa.

5. ACTIVIDADES

En la siguiente tabla se señalan los programas del Modelo con los que este tiene mayor relación y se recomienda, en el momento de programar los contenidos y actividades, establecer sinergias entre estos.

Programas con los que existe mayor correlación

Aprendizaje escolar	Prevención de las violencias	Ocio, deporte y cultura	Habilidades socioemocionales
Acompañamiento socioeducativo en entornos familiares	Participación infantil	Acompañamiento psicológico	Habilidades parentales

Ejemplos de actividades

Título de la actividad: diagnóstico competencias socioemocionales

<p>Programa: Socioemocional</p> <p>Duración: Sesiones de 1h</p> <p>Ciclo/Grupo edad: Adaptable a diferentes edades</p>
<p>Objetivos del programa:</p> <p>OG1- Ofrecer herramientas a los niños/as y adolescentes para un mejor desarrollo y gestión emocional.</p> <p style="padding-left: 40px;">OE1.2 Desarrollar las capacidades para identificar y gestionar las propias emociones</p> <p style="padding-left: 80px;">OO1.2.1 Identificar las emociones propias y ajenas (positivas, negativas y neutras)</p>
<p>Desarrollo:</p> <p>Una característica más significativa de este programa es la transversalidad. Tener consciencia de uno mismo y de las estrategias de gestión que conocemos y podemos aplicar en los distintos entornos de relación y socialización, son competencias que nos ayudan a interactuar con la vida en general y por supuesto también en el resto de los programas de PII. Esta primera actividad pretende que los niños/as y adolescentes y sus educadores/as puedan detectar y tomar consciencia del nivel de desarrollo de las diferentes competencias emocionales.</p> <p>En torno a este objetivo se debe contemplar varios aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A pesar de que existen diversas clasificaciones aportadas por autores especializados, en el marco del programa proponemos partir de la propuesta de Bisquerra y Pérez citada en el apartado 2 Descripción del programa. - La fase de diagnóstico -detección y consciencia de las competencias socioemocionales- no se limita a una única actividad. Esta es una fase que convive con el resto de las fases (intervención y evaluación) de forma dinámica. Este programa no plantea actividades lineales sino la combinación de dinámicas de las diferentes actividades (y fases) que permitan la personalización de la intervención. <p>Para detectar y tomar consciencia del nivel de desarrollo de las competencias socioemocionales planteamos:</p> <p>1. Establecer un marco común y lenguaje. Se trata de que los niños/as y adolescentes identifiquen que se quiere trabajar en este programa, a que nos referimos al hablar de competencias emocionales.</p> <p>Algunas actividades que pueden contribuir:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Una lluvia de ideas por parte de los niños/as y adolescentes a partir de imágenes que muestren situaciones que evoquen emociones diversas (Anexo1) - un video fórum a partir de una película, como por ejemplo “del revés (inside out)”

2. Evaluar el nivel de desarrollo. Partiendo de la clasificación de Bisquerra y Perez como guía a la evaluación se trata acompañar a los niños/as y adolescentes en la una identificación de sus competencias emocionales. Algunas herramientas que pueden ayudar:

- Cuestionarios / test (Anexo2). Estos están dirigidos especialmente a los niños/as y adolescentes, pero también los educadores/as referentes pueden utilizar este tipo de herramientas para profundizar en las necesidades del grupo y las de cada uno de ellos niños/as y adolescentes.
- Dinámicas grupales (Anexo 3)
- Tutorías

3. Identificar potencialidades y competencias a mejorar. Es el resultado de la evaluación anterior. De la detección de potencialidades y competencias a mejorar de cada niños/as y adolescentes salen dos resultados. Por un lado, la identificación de las competencias menos desarrolladas y compartidas por gran parte del grupo debe guiar la programación de las dinámicas grupales (Actividad marco 2) que se realizarán a lo largo del curso. Por otro lado, la identificación individual de fortalezas y competencias a mejorar debe reflejarse en el Plan individualizado de cada niños/as y adolescentes. De nuevo la tutoría es un espacio idóneo para compartir con los niños/as y adolescentes estos objetivos de trabajo.

Recursos, espacios y materiales de soporte:

Anexo 1: Ejemplos fotografías emociones

Anexo 2: Modelos cuestionarios y test – (podemos pedir soporte a la figura del psicólogo/a del centro)

Anexo 3: Dinámicas grupales

Orientaciones para el educador o la educadora:

Este programa puede ser muy parecido al trabajo realizado actualmente desde los socioeducativos. La clave para tener mayor impacto está en la personalización y grado de consciencia de los niños/as y adolescentes, al trabajar las diferentes dinámicas. En este sentido identificar grupalmente e individualmente el nivel de desarrollo de las competencias emocionales es clave para programar el curso con las distintas actividades. Por otro lado, resulta interesante dedicar parte de cada sesión a mandar o construir mensajes claros sobre qué aspectos salen en cada sesión y con qué finalidad.

Una buena práctica metodológica para establecer un marco común puede ser que dentro de cada sesión pueda haber un cierre por parte de los niños/as y adolescentes compartiendo cuales han sido las competencias emocionales que se han expuesto y situaciones en las que ellos/as las visualizan en su vida cotidiana.

Anexo 1: Ejemplos fotografías emociones



Tristeza



Puzle emocional



Ira



Alegría



Motivación



Sorpresa



Miedo



Agresión



Euforia



Ansiedad

Anexo 2: Modelos cuestionarios y test

Propuesta 1: Test de Mesquite adaptadas a niños (Fuente: <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/test-de-inteligencia-emocional.html>)

Establecemos 8 preguntas referidas a diferentes situaciones de la vida cotidiana y puntuaremos las mismas

Preguntas

1. Te encuentras en una reunión familiar o con amigos y pronto notas que la conversación ha elevado el nivel de la voz y que los participantes comienzan a enojarse. Sabiendo que conoces muy bien a ambas partes tú ¿qué haces?
 - Intentas cambia de tema
 - No haces nada
 - Tratas de llamar a una de las partes en privado para evitar que la discusión salga de control
 - Continúas comiendo y bebiendo
2. ¿Crees que eres una persona a la que le cuesta expresar lo que le pasa?
 - Siempre
 - Casi siempre
 - Casi nunca
 - Nunca
3. Una persona que se siente angustiada y triste debe:
 - Ocultar lo que siente
 - Decir lo que siente
 - Decir lo que siente e intentar resolverlo
 - No debe decir nada a nadie para que no se rían de él/ella
4. Un amigo se ha enojado injustamente contigo. Tú:
 - Hablas con él en privado para preguntarle qué le ha sucedido
 - Te ocultas de él para no hablarle. Prefieres quedarte con la duda de lo que le ha ofendido.
 - Durante la noche recuerdas lo ocurrido y sufres
 - Le preguntas a un amigo en común si sabe las razones del enojo de tu amigo contigo.

5. Para ti, padres e hijos deben:

- Esconder sus sentimientos y/o pensamientos
- Deben hablar entre ellos sobre lo que creen necesario sin límites
- Los padres nunca deben hablar con los hijos de sus angustias o problemas, pero los hijos sí deben hacerlo
- Nunca te lo habías preguntado y no sabes qué responder

6. Cuando tienes que aguardar a que otros terminen de hablar tú:

- Te impacientas
- Comienzas a caminar ansiosamente
- Aguardas a que terminen y das tu opinión o dices aquello que tengas que decir

7. Cuando has cometido un error, tú:

- Lo sabes porque tu conciencia te lo dice
- No sientes nada malo
- Te arrepientes y pides perdón a quien corresponda

8. Un amigo tuyo llega a la escuela completamente desconsolado y llorando. Tú ¿Qué haces?

- Solamente le miras
- Te sientas a su lado y simplemente aguardas a que él te hable
- Le preguntas que le ha pasado y esperas a que él responda. Si no lo hace simplemente colocas tu brazo en su hombro en señal de apoyo y comprensión
- Le preguntas insistentemente cada 5 minutos que es lo que le ocurre

Cómo se puntúa el Test de Mesquite

Vamos a ver las puntuaciones para cada una de las preguntas hechas

Puntuación

Pregunta 1

1. 3
2. 0
3. 4
4. 0

Pregunta 2

1. 0
2. 1
3. 3
4. 4

Pregunta 3

1. 0
2. 2
3. 4
4. 0

Pregunta 4

1. 4
2. 0
3. 1
4. 2

Pregunta 5

1. 0
2. 4
3. 2
4. 0

Pregunta 6:

1. 0
2. 2
3. 4

Pregunta 7:

1. 2
2. 0
3. 4

Pregunta 8:

1. 0
2. 2
3. 4
4. 1

Resultados del Test de Inteligencia emocional de Mesquite
Vamos a continuación a establecer los resultados

Resultados

De 0 a 6 puntos: escasa inteligencia emocional

Tienes poca inteligencia emocional lo que significa que debes desarrollar la misma mediante ejercicios y juegos. Te en cuenta que todo se aprende y no te sientas mal pero sí considera aprender sobre esta gran estrategia que te permitirá conocer más a quienes te rodean.

De 7 a 15 puntos: inteligencia emocional moderada

Ya sabes lo que es la inteligencia emocional y en parte la llevas a la práctica. Sin embargo, ¡puedes mejorar! Debes saber que el conocimiento de otros nos hace más ricos internamente y nos fortalece. Además, las personas valorarán el esfuerzo ¡No te rindas y sigue adelante!

De 15 a 25 puntos: inteligencia emocional elevada

Si has alcanzado esta puntuación ¡enhorabuena! Eres una persona con cierto nivel o grado de inteligencia emocional. Sabes reconocer cuando otras personas están tristes. Puedes leer el lenguaje corporal y actuar en consecuencia de cada situación. Recuerda que lo que tienes en una herramienta muy valorable. Enseña a otros sobre la inteligencia emocional y nunca dejes de sentir empatía por tu entorno.

De 26 a 32 puntos: inteligencia emocional superdotada

Realmente has alcanzado el top de la inteligencia emocional. Tal vez seas un niño sencillo con una gran comprensión de lo que ocurre en tu entorno. Esto puede llevarte a ser muy sensible en ciertas ocasiones, pero tú sabes cómo responder ante esto. Eres una perla para tus compañeros y entorno así que valora lo que eres y recuerda siempre que con humildad se consigue más que por la fuerza. Enseña con el ejemplo aquello que ya eres naturalmente.

Test de la casa

(Fuente: <https://www.imageneseducativas.com/test-de-la-casa-para-interpretar-emociones-y-conocer-la-personalidad-de-nuestros-hijos/>)

1. Le pedimos al niño/a que dibuje **una casa en una hoja de papel, sin** proporcionar más pistas, solamente la propuesta de hacer este dibujo.
2. El educador/as observa cómo realiza el dibujo, si tacha cosas (síntoma de inseguridad) o si tarda mucho en hacer una parte concreta del dibujo.
3. El educador/as puede realizar **preguntas al finalizar la tarea** como, por ejemplo: ¿Está la casa habitada o deshabitada?
 - ¿Quiénes viven en ella?
 - ¿Conoces a sus habitantes?

- ¿Qué relación tienes con ellos?
 - ¿Quién es el dueño de la casa?
4. Si responde que la casa está deshabitada podemos hacer alguna pregunta más como:
- ¿Por qué está deshabitada?
 - ¿Es de alguien la casa?
 - ¿Esa persona piensa vivir en ella en algún momento?
 - ¿Está la casa en mal o buen estado?
5. Intentar que las respuestas sean abiertas, evitar los -SI- y -NO-
6. El dibujo estará finalizado cuando el niño así lo considere, nunca antes.

Orientaciones para la interpretación del dibujo:

Aspectos generales:

- **Casa grande:** alegría, bienestar, extraversión, capacidad de querer, amigable.
- **Casa pequeña:** reserva, introversión, protección ante los otros.
- **Casa alta:** si la altura es excesiva, necesidad de crecer y emancipación.
- **Casa baja:** angustia, preocupación, a disgusto en su casa, especialmente si no hay línea que delimite la casa con el suelo.
- **Casa dos pisos:** a partir de 9-10 años, sensible observador, detallista, buenas relaciones familiares.
- **Casa castillo:** niño soñador, gran imaginación o ansías de poder, carácter fuerte. En niños mayores, huida de la realidad, necesidad de protección.
- **Casa dibujada a lo lejos:** tristeza, desesperanza, añoranza, alejamiento emocional.
- **Casa vallada o delimitada:** a más cerramiento, más introversión y desconfianza del exterior, si presenta formas angulosas y puntiagudas agresividad en su retraimiento.
- **Casa con jardín:** signo positivo, sensibilidad, extraversión, apertura hacia los demás.

Las ventanas:

Las ventanas representan **“los ojos” de la casa**, ya que al mirar por las mismas vemos el exterior. También desde fuera a través de ella nos verán. Indican contacto con el exterior, relaciones sociales, extraversión, introversión, seguridad y confianza frente a retraimiento y reserva, etc.

- **Sin ventanas:** sobreprotegido por los padres o familiares, se siente incapaz de tratar con el exterior, se siente preso de su entorno, carencias afectivas, si las ventanas presentan rejas o cruces malos sentimientos hacia la casa.
- **Grandes o abiertas:** contacto con el exterior, apertura, libre de miedos frente a las valoraciones de los otros, curiosidad, necesidad por aprender, observador.
- **Pequeñas y/o cerradas:** protección frente a los demás, introversión, no quiere ser el centro de valoraciones o atención de los demás, prudencia en las relaciones, más significativas en adultos o adolescentes.

- **Muy adornadas:** tiestos, cortinas, pegatinas, contraventanas, indican persona detallista, sensibilidad, gusto por el ambiente casero, sentido estético, deseo de causar buenas impresiones, buen nivel intelectual.
- **Simples:** poco interés por las relaciones sociales, relaciones fundamentadas en el interés inmediato.
- **Mal alineadas:** falta de control de los impulsos, poca atención, inseguridad, baja motivación, posibles problemas de organización, la forma de desarrollar las relaciones sociales no es adaptativa.

El techo:

Siguiendo el simbolismo espacial, el techo está relacionado con el **mundo de las ideas**, de lo espiritual, de las metas...

- **Simple a dos aguas:** es el más habitual en los dibujos infantiles, si no presenta alteraciones extrañas perfil realista.
- **Excesivamente grande:** sobrepasa notablemente los laterales de la casa o mucha altura, excesivo idealismo soñador.
- **Sin techo, mal conectado o mal definido:** carencia de creatividad o fantasía, ¿bajo nivel cognitivo?, trastornos del aprendizaje, posible retraso mental.
- **Con buhardilla:** imaginación, fantasía, raro antes de los 10-11 años.
- **Con tejas o muy elaborado:** creativa, racional, idealista, gusto por el pensamiento, más elaborado más intensos son estos atributos, infrecuente antes de los 11-12 años.
- **Plano o muy ancho:** problemas familiares, excesiva exigencia por parte de sus padres, rasgo no adaptativo.

Las paredes:

Las paredes indican los límites de la casa, así mismo la sustentan, son claves para la existencia de la casa.

- **Paredes altas:** necesidad de expandirse, de crecer. Fuerza, agresividad, sobre alzamiento sobre los demás. Junto ausencia de ventanas indica egoísmo, ambición. Añadiendo estrechez del edificio, ¿límites mal definidos, incertidumbre, fragilidad, carencias afectivas?
- **Paredes bajas:** introversión, opresión, retraído, ansiedad, malestar. Potenciados en ausencia de ventanas.
- **Paredes rotas:** problemas familiares importantes.

La chimenea:

Indican la **calidez** del hogar familiar, la protección de la familia, afecto, dejarse querer. Elemento tradicional que sin estar presente en las casas urbanas sigue siendo muy frecuente encontrarlo en los dibujos.

- **Sin chimenea:** niño poco afectuoso, temperamento frío, distante, entorno familiar escaso de afecto.

- **Sin humo:** presencia de chimenea, pero no sale humo, falta de comunicación familiar, sufrimiento emocional.
- **Con humo:** suele aparecer a partir de los 7-8 años, buen signo, calidez de relaciones, buen ambiente familiar.
- **Dirección del humo:** si sube verticalmente, idealista, gusto por el mundo de las ideas y pensamiento; dirigido hacia la izquierda, añoranza, enfocado al pasado, tradicional, conservador; humo hacia la derecha, signo de extraversión, propenso a los demás, a las relaciones sociales, sin miedo al futuro y a nuevas situaciones.
- **Humo muy denso:** tensión en el ámbito familiar o personal, inconscientemente pretender liberarse de toda esa carga.

Otros elementos:

- **El jardín:** signo positivo, si el tamaño, forma, estructura no presentan alteraciones, si no hay exceso de muros y vallas. Teniendo en cuenta más detalles como árboles, flores, adornos podemos interpretarlos siguiendo el modelo que hasta ahora hemos descrito.
- **El camino:** el camino representa aspectos parecidos a las ventanas y la puerta al ser una extensión de esta, relacionado con el mundo exterior, calidad de las relaciones sociales, con la manera de enfrentarse al exterior.
 - **Camino recto hacia abajo:** sabe escuchar, sujeto abierto, acepta los consejos de los mayores.
 - **Camino ondulado:** sujeto más exigente, orgulloso, impone sus soluciones frente a las de los demás, curioso, detallista.
 - **Camino bifurcado:** personas abiertas, comunicativas, a la vez prudentes, cierto temor a decidir por la posible decepción provocada en familiares,
 - **Camino con piedras:** obstáculos y problemas encontrados al relacionarse con el exterior
- **Animales, clima: los animales pequeños representan personas que se preocupan por los otros, niños** con relaciones afectuosas – más frecuente en niñas- Pájaros y mariposas, deseo de sentirse libre, liberarse de lo cotidiano. El sol, algunos lo interpretan como la figura paterna, cuando se dibuja el niño estaría reclamando su presencia. Fenómenos meteorológicos adversos, temores, miedos frente a determinadas posibles situaciones.
- **Cables, antenas TV:** raro en niños pequeños, sujeto perfeccionista, detallista, obsesivo, cabezota, gusto por la rutina y los planes establecidos, capacidad de observación, buen nivel cognitivo.

Test del árbol

(Fuente:

<https://psicodiagnosis.es/areaespecializada/instrumentosdeevaluacion/testdelarbol/default.php>)

Puede aplicarse a partir de los 5 o 6 años, coincidiendo con la consolidación de las habilidades básicas de dibujo, cuando adquiere mayor relevancia ya que es cuando el árbol aparece con todos sus elementos.

Se facilita papel en blanco, lápiz, goma de borrar y lápices de colores y de le explica al niño/as que dibuje un árbol cualquiera, el que él desee y se le da la posibilidad de colorearlo si quiere. No existe límite de tiempo para su ejecución.

Claves para interpretar el test del árbol:

A) Tamaño del árbol y ubicación en el papel

Características:	Interpretación:
Árbol pequeño	Un árbol pequeño (que ocupa menos de 1/4 de la hoja) se asocia a timidez, retraimiento, temor a lo externo, introversión. También puede indicar fragilidad emocional.
Árbol grande	Árbol que ocupa toda la hoja, muestra a una persona normalmente extrovertida, alegre, que no duda en explorar todo el entorno. Probablemente disfruta de la compañía de otros. No obstante, si el dibujo grande muestra un árbol deforme o irreal puede indicar (según la forma), excentricidad, ganas de llamar la atención, baja aceptación de las normas, también agresividad (si aparecen ramas punzantes o formas rectilíneas ascendentes).
Ubicación inferior	El árbol emplazado en la parte baja del papel, dejando mucho espacio por encima es muy habitual en niños pequeños. Si a estas edades (hasta los 8 o 9 años) además el tronco es frágil puede significar necesidad de seguridad, temores hacia el mundo exterior, dependencia de las figuras de apego. En adolescentes se interpreta como inseguridad, conflicto entre la necesidad de protección parental y autonomía personal.
Ubicación centrada	Un árbol situado en la mitad del papel suele ser interpretado como necesidad de sentirse el centro de atención de los demás, pero

Características:	Interpretación:
	también (según tamaño y forma del árbol), sensibilidad, capacidad de planificación, meticulosidad, sentido práctico.
Ubicación superior	Está en esta ubicación cuando se deja mucho espacio entre la base del árbol y el margen inferior del papel (independientemente si esta en posición horizontal o vertical). Dependiendo también de su tamaño y forma, la ubicación superior se asocia a imaginación, al gusto por el mundo de las ideas, a personas soñadoras. En todo caso, preponderancia del idealismo frente a lo material o terrenal. Preferencia por el mundo de la literatura y la filosofía.
Ocupando todo el espacio	Entusiasmo, generosidad, extraversión, sociabilidad. El dibujante explora todo el espacio sin temores. No obstante, en combinación con árboles deformes, irreales, con ramas con puntas u otros detalles, suelen señalar a menudo, presencia de agresividad, falta de control (especialmente si hay sombreados muy enérgicos).

B) Las raíces

Características:	Interpretación:
Muchas raíces	Un árbol con muchas raíces (en especial si son proporcionadas) se asocia a un fuerte apego positivo del niño con su madre y/o familia. Se han establecido unos buenos cimientos para desarrollar una personalidad afectivamente sana. Seguridad hacia el futuro.
raíces deformes	Si las raíces son desproporcionadas respecto al tronco pueden ser síntomas de búsqueda angustiada de estabilidad emocional; también de curiosidad por lo oculto y predominio de conductas primarias.
Ausencia de raíces	La carencia de raíces en el dibujo (a partir de los 8/9 años) puede ser síntoma de falta de seguridad en el terreno emocional (especialmente si tampoco se ha pintado el suelo).

C) El Suelo

Características:	Interpretación:
	<i>Hasta los 9/10 años, el suelo suele omitirse y se utiliza el propio margen de la hoja. A partir de esa edad, el suelo es la expresión inconsciente del nivel de contacto con la realidad y la forma con la que se afrontan los problemas de la vida.</i>
Suelo Firme	El suelo firme, bien trazado y en forma de una o varias rectas, supone capacidad para ver la realidad, claridad de ideas, voluntad de crecer, estabilidad.
Suelo Ondulado	Indican adaptabilidad al medio, evitación de enfrentamientos, persona probablemente sensible. Cuando el suelo se dibuja con formas en zig-zag muestran una mezcla de entusiasmo, necesidad de emprender, pero también cierta agresividad.
Suelo corto	Si el suelo se limita a una simple línea corta y limitada (no mucho más grande que la base del tronco) o ésta es cortada de repente por otros elementos (piedras, jardinera, casa, etc...) muestra introversión.
Suelo en forma de cerco	Si adquiere forma circular alrededor del árbol muestra aislamiento, deseo de ocultar.
Sobre montículo	Orgullo, narcisismo, deseo de alejamiento de los demás. Si hay trazos en forma de punta (pinchos): actitud rebelde, de protesta, descontento por la situación personal.
Sombreado	Objetividad, sentido práctico y tendencia instintiva. Cuando está demasiado resaltado : búsqueda de placer.
Ausencia de suelo	Estaría relacionada con inseguridad, fragilidad o desesperanza.

D) El Tronco

Características:	Interpretación:
<i>a) Según el trazo:</i>	Tronco recto: Rigidez, autocontrol, disciplina, reservado. Tronco con líneas onduladas: Flexibilidad, sociabilidad. Carácter dócil. Si las líneas son muy retorcidas puede significar sufrimiento emocional, sentimientos de culpabilidad, ansiedad.
<i>b) Altura:</i>	Tronco bajo: Carácter internalizante, precaución ante el mundo exterior, sencillez, modestia, acomodación, poco espíritu de superación. Tronco alto (largo): Inquietud por proyectarse hacia el exterior, para crecer, extroversión, ambición e idealismo.
<i>c) Ancho:</i>	Tronco con ancho proporcionado (según el resto del árbol): Equilibrio, templanza, seguridad en sí mismo, autocontrol, capacidad de planificación. Tronco delgado: Inestabilidad (en especial si el tronco es una sola línea), debilidad, inseguridad, timidez, retraimiento, poca iniciativa, pensamiento rígido, debilidad mental (según edad). Tronco grueso: Firmeza, extroversión, autoridad, energía, seguridad en uno mismo. Si es muy grueso puede ser síntoma de rasgos negativos relacionados con la exaltación del propio "Yo" (narcisismo, autoritarismo, agresividad, individualismo, terquedad, obstinación). Tronco más grueso arriba: Se relaciona con personas idealistas, espirituales, con gran capacidad de concentración. Tronco más grueso abajo: carácter tranquilo, materialista. Tronco ensanchado en el medio: Expresión de posible pérdida de control, impulsividad. Tronco estrechado en el medio: Inhibición, posibles represiones.
<i>d) Inclinación:</i>	Hacia la derecha: Se relaciona con patrones extrovertidos, sociables, pero también (según sea el dibujo) con impulsividad y poca reflexión. Hacia la izquierda: Introversión, cerramiento, conservadurismo, rutinario, rechazo de lo novedoso.
<i>e) Forma:</i>	Tronco de una pieza (a partir de los 11/12 años): se relaciona a falta de sensibilidad, de empatía, inseguridad, infantilismo, funcionamiento primitivo. Tronco abierto en la

Características:	Interpretación:
	<p>base: Impulsividad, inestabilidad emocional, también (según tipo de dibujo) agresividad. Tronco en forma angulosa: carácter irritable, poco paciente, susceptible, fácil enfado.</p>
<p><i>f) Otros elementos:</i></p>	<p>Sombreado: Depende de cómo se efectúe puede estar relacionado con sensibilidad artística o, cuando se ha sombreado totalmente quedando el tronco negro, con posibles sentimientos de culpa o remordimientos internos. Agujero en el centro: en jóvenes representa a menudo, vacío interior, fragilidad emocional, problemas personales de tipo afectivo (según edad con padres o parejas). Heridas, manchas (<i>ver árbol inicio de esta página</i>): Cuando en el tronco aparecen manchas que el niño describe como heridas fruto de enfermedad o accidentes en el árbol, puede estar proyectando sufrimiento interno (probablemente de tipo emocional), carencias afectivas y también temores hacia el futuro. Hay que valorar también la posibilidad de malos tratos físicos o psíquicos.</p>

E) Las Ramas y la Copa

Características:	Interpretación:
<p><i>Ramas hacia arriba</i></p>	<p>En general se asocia a optimismo y extraversión. También con el plano de las ideas y las aspiraciones. Unas ramas ascendentes que se proyectan hacia el cielo pueden ser muestra de ansias de crecer, de interactuar con el mundo. No obstante, si las ramas acaban en forma de punta o muestran dientes de sierra pueden señalar impulsividad, agresividad, el entorno externo es visto como hostil y hay que defenderse</p>
<p><i>Ramas hacia abajo</i></p>	<p>Las ramas caídas tienen un primer significado como expresión de un estado decaído, pesimista, de desamparo o desasosiego. Sin embargo, cuando son dibujadas con cierto refinamiento y detalle (tipo sauce llorón) pueden estar asociadas a personas refinadas, detallistas, muy sensibles y con tendencia a la tristeza.</p>

Características:	Interpretación:
<i>Ramas ascendentes y descendentes simultáneamente</i>	Persona influenciable, con poco criterio, inestable, sumisa. Se considera muestra de la presencia simultánea de euforia y desaliento que debe interpretarse según las otras claves. Si las ramas se cruzan con predominio de formas angulosas : impulsividad, tendencia a la crítica ajena, baja tolerancia a la frustración, conductas externalizantes.
<i>Ramas y ramificaciones delgadas</i>	Dependiendo de la edad: sencillez, sensibilidad. Si son extremadamente finas : cerramiento afectivo, timidez (especialmente si no hay hojas).
<i>Ramas y ramificaciones gruesas</i>	Si son proporcionadas al árbol y bien dibujadas: seguridad, confianza en el futuro, ideas claras, constancia. Si se bifurcan : se relacionan con buenas capacidades imaginativas y plásticas (siempre que se efectúe dentro de un dibujo proporcionado en sus diferentes elementos).
<i>Ramas abiertas</i>	Extraversión, tendencia a analizar el entorno con iniciativa. También (según forma del trazo) impulsividad.
<i>Ramas cerradas</i>	En general, introversión, cerramiento, necesidad de autoprotección frente al mundo exterior.
<i>Ramas cortadas</i>	Debe interpretarse dentro del dibujo en su conjunto ya que puede tener distintos significados. A menudo se asocia a: baja autoestima, complejo de inferioridad, problemas de relación afectiva, pero también a terquedad u obstinación.
<i>Ramas que surgen del tronco</i>	Suelen estar presentes en los dibujos efectuados por adolescentes . Desde una perspectiva psicoanalista se explica como una manifestación de la sexualidad en desarrollo. Puede también expresar la necesidad de buscar su propio camino (búsqueda de la propia identidad) a partir del "Yo" representado por el tronco.
<i>Copa pequeña (en relación al árbol)</i>	Introversión, timidez, miedo al exterior

Características:	Interpretación:
<i>Copa grande (en relación al árbol)</i>	Extraversión, imaginación, interés para relacionarse con el mundo exterior, idealismo. Si es muy grande : Dificil control de la fantasía, narcisismo, vanidad, exhibicionismo.
<i>Copa proporcionada</i>	Equilibrio entre introversión y extraversión, reflexividad, realismo, gusto por los detalles, equilibrio.
<i>Copa con trazos ondulados</i>	Si son proporcionados y suaves: Adaptabilidad, paciencia, comprensión, gusto por las actividades tranquilas. Cuando las ondulaciones se presentan muy concentradas: Retraimiento, protección hacia el exterior, necesidad de mantener el propio espacio, sociabilidad muy selectiva. Si la copa aparece aplastada en su parte superior: Sentimientos de desesperanza, sumisión e indefensión ante la presión del mundo externo.
<i>Copa en forma angulosa</i>	Según el trazo exacto: Introversión, terquedad, tendencia a la polémica, impulsividad.

F) Otros Elementos

Elemento:	Interpretación:
<i>Follaje</i>	No suele encontrarse en los niños más pequeños e incluso en adultos. Su presencia, según la edad, puede indicar, buen nivel de inteligencia, capacidad de concentración, gusto por los detalles, aptitudes plásticas, vivacidad, deseo de actividad. También (según el dibujo) perseverancia, pensamiento obsesivo. Si el follaje es irreal , carácter caprichoso, gusto por la fantasía, desconexión con la realidad, necesidad de disimular ciertas características de su personalidad. Cuando se dibujan hojas cayendo del árbol : temperamento sensible, timidez, melancolía, inestabilidad, susceptibilidad. También (según dibujo): impulsividad, baja tolerancia a las frustraciones, dependencia emocional de los otros.
<i>Presencia de Frutos</i>	Cuando se han dibujado frutos reales (cerezas, naranjas, manzanas, etc.), simbolizan la productividad, las ganas de

Elemento:	Interpretación:
	<p>madurar, el deseo de dar y hacer felices a los demás. En general se asocia a personas muy sociables, altruistas, generosas y trabajadoras. En adolescentes también se relaciona con la necesidad de mostrar las propias capacidades y la búsqueda de resultados inmediatos. Si los frutos se dibujan en el suelo: sentimientos de decepción, añoranza, inquietud, temor, agitación emocional.</p>
<p><i>Pequeños animales, Sol y otros</i></p>	<p>Deben interpretarse dentro del dibujo en su conjunto. Los pequeños animales suelen pintarlos niños con buen soporte afectivo, preocupados por los sentimientos y cuidados hacia los otros (están más presentes en los dibujos de las niñas). El sol algunos autores lo entienden como el símbolo del padre. Cuando aparece en el dibujo significaría que se reclama su presencia para que se ocupe de forma más activa del árbol (que representa el "Yo").</p>

Anexo 3: Dinámicas grupales

Completamos las frases

En esta actividad los niños/as deben terminar una frase que hace referencia a situaciones concretas de sus vidas. La actividad les permitirá identificar que ciertas situaciones están relacionadas con emociones concretas. Así mismo, aprenderán a diferenciar como se sienten en diferentes momentos e identificar también **los efectos de cada emoción**.

La Carta

Cada niño/a y adolescentes del grupo escribirá una carta dirigida a ellos mismos. Esta estará escrita como si la dirigieran a una persona conocida. En la misma explicaran aspectos positivos o negativos, de su forma de ser y actuar, explicaran también anécdotas e historias que permitan ver aspectos positivos y capacidades que quieran destacar. Una vez escritas se guardarán todas dentro de una caja/buzón sin firma ni remitente. En otra sesión y cuando el grupo se conozca mejor se sacarán las cartas de la caja/buzón al azar y entre todo el grupo se intentará asignar a su autor/as. No es necesario saber finalmente que persona la autora del escrito.

En la dinámica de compartir las cartas se analizarán las dificultades o no encontramos al hablar los niños/as de ellos mismos/a y al destacar sus virtudes y defectos.

El eslogan publicitario

Cada niños/as del grupo deberá pensar un eslogan publicitario, para presentarse al grupo y lo explicará con él colocado a modo de cartel. Esta actividad permitirá reflexionar sobre posibles dificultades que los niños/as han encontrado en el momento de hacerse publicidad, identificando y destacando alguna de sus cualidades.

Dibuja

El educador/a pedirá a los niños/as que se dibujen en un folio sin utilizar formas de figura humana. ¿De qué otra forma puede definir su Yo? Posiblemente, al inicio de la dinámica, se quedarán bloqueados. Preguntarán como hacerlo, pero debemos dejar que vayan pensando por sí mismos cómo pueden explicar sus cualidades, su forma de ser, sin utilizar para ello el dibujo de una figura humana.

Una vez finalizados los dibujos, cada niños/as se lo explicará a un compañero/as. Y esta compañera o compañero hará la presentación del retrato de su compañero/a al grupo. En el momento de la evaluación de la actividad podemos preguntar al grupo cómo se han sentido cuando otra persona habla de ellos mismos. ¿Están contentos con el resultado final? ¿Faltaba algo? ¿Sobraba algo?

Título de la actividad: Dinámicas de grupo

Programa: SOCIOEMOCIONAL

Duración: 1h cada sesión durante 3 meses.

Ciclo/Grupo edad: Adaptable a diferentes edades

Objetivos del programa:

OG1- Ofrecer herramientas a los niños/as y adolescentes para un mejor desarrollo y gestión emocional.

OE1.1 Realizar actividades para la mejora de la autoestima de los NNA

OO1.1.1 Desarrollar los componentes fundamentales de la autoestima (percepción, autoconcepto, carga emocional y referentes)

OE1.2 Desarrollar las capacidades para identificar y gestionar las propias emociones

OO1.2.1 Identificar las emociones propias y ajenas (positivas, negativas y neutras)

OO1.2.2 Compartir los gustos e intereses personales sin dejarse influenciar por sus iguales y/o adultos.

OG2 - Construir un espacio seguro para los niños/as y adolescentes que fomente las relaciones interpersonales con iguales y adultos referentes.

OE2.1 Generar un clima de confianza que facilite la expresión socioemocional y el compartir vivencias personales.

OO2.1.1 Expresar las opiniones de forma libre, respetando las opiniones de los demás

OO 2.1.2 Contribuir a un clima de confianza entre NNA

OE 2.2 Proporcionar entornos seguros desde donde compartir, expresar y gestionar los sentimientos, creencias, ideas y emociones

OO2.2.1 Ser consciente de que las personas sentimos emociones parecidas (empatía) y que nos podemos apoyar mutuamente

Desarrollo:

Se presentan diversas actividades orientadas a trabajar el desarrollo por parte de los niños/as que participan en los CSE/CdD/CAD de: 1) Habilidades comunicativas, 2) Habilidades sociales y 3) Resolución de conflictos

Mediante los juegos, el teatro, los role playings, la música y la pintura los niños/as y adolescentes podrán mejorar sus capacidades emocionales. Estas actividades permitirán a los participantes conectar con su vida cotidiana, a partir de acciones de carácter lúdico que les permitan analizar sus vivencias en la diversidad de contextos en los que se desarrolla su vida: escuela, familia y comunidad, para poder analizar y valorar aquello que ven, oyen y sienten.

EJEMPLOS ACTIVIDAD

1) *Habilidades comunicativas* (Fuente: <https://www.userlike.com/es/blog/juegos-de-comunicacion>)

Pedazos de cartas

Se forman entre 3 o 4 (mínimo 3 equipos). Cada uno de ellos recibirá un sobre de cartas o tarjetas cortadas y mezcladas. El objetivo del juego es que los equipos, en un tiempo determinado, negocien e intercambien los pedazos de cartas con el fin de completarlas. El equipo con más cartas completas al finalizar el tiempo de juego gana. La actividad permite desarrollar habilidades de negociación y empatía. Las habilidades de negociación permiten a los niños/as navegar hacia resultados más exitosos.

El juego de ojos vendados

Los niños/as se agrupan por parejas. Uno de ellos tendrá los ojos vendados y andará por una pista de obstáculos siguiendo las instrucciones de su compañero/a. El juego crea confianza, capacidad de escucha y habilidad de instrucción. La confianza entre los miembros del equipo es crucial para una comunicación eficaz, ya que fomenta la cooperación y el trabajo en equipo exitoso. La falta de confianza, por el contrario, genera sospechas e impide la aceptación del otro.

Bloques de construcción

Necesitamos dos grupos de 4 y 2 conjuntos idénticos de bloques de construcción. Uno hace de director, otro de constructor, otro de corredor y otro de observador.

El director y el constructor están situados en extremos de la sala y se dan la espalda uno al otro. El director ya tiene su estructura construida y debe darle instrucciones al corredor que le llevará los bloques al constructor. El constructor debe siguiendo las indicaciones crear una estructura idéntica a la del director.

Este juego desarrolla habilidades descriptivas e instructivas, y además fortalece el trabajo en equipo. La división de tareas en equipos ayuda a la realización eficiente de proyectos. Es necesaria también la cooperación, la comunicación efectiva y la confianza para que todo funcione.

Cómic loco

Los niños/as deben dividirse equitativamente en grupos, y cada grupo debe crear su propia tira cómica. Cada miembro del grupo será responsable de un cuadro de la tira, por lo que la longitud del

cómic se adaptará al número de personas del grupo. Cada equipo tiene un tiempo determinado para discutir sobre la trama de, qué dibujará cada persona, etc.

Todos los elementos de la creación deben ser discutidos en detalle porque una vez que empiecen a dibujar, ya no podrán hablar entre ellos, ni podrán ver lo que los están dibujando los diferentes componentes. Después, todos los equipos se reúnen para ver y discutir sus tiras de comic

2) *Habilidades sociales*

Abrazos musicales

Suena música de fondo mientras que los niños/as y adolescentes bailan por la habitación. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa, los participantes vuelven a bailar (si quieren, con su compañero). La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta llegar al final. En momento ningún/a niño/a puede quedar sin abrazo.

La gran tortuga

Esta actividad puede desarrollarse en una sala de psicomotricidad o en un espacio amplio polivalente. El “caparazón” será una gran colchoneta de gimnasio. Según el tamaño de la colchoneta, se dividirá a los niños/as en grupos de cuatro a diez. Los niños/as se colocan a cuatro patas, cubiertos por la “concha de tortuga”. Sin agarrarla, tienen que intentar moverla en una dirección o hacerla recorrer un itinerario determinado. Si los participantes no se organizan y cada uno va a lo suyo, la tortuga acabará en el suelo. Pronto se darán cuenta de que es necesario cooperar para moverla con cierta soltura.

El dragón

Se divide al grupo en subgrupos de 8 o 7 niños/as. El primer niño hará de dragón y el último de cola, llevando un pañuelo colgado en la cintura. La cabeza intentará coger las colas de los demás dragones. Y la cola, ayudada por todo su grupo, intentará no ser cogida. Cuando una sola cola es cogida (se consigue el pañuelo), el dragón al que pertenece el pañuelo se unirá al que le ha cogido la cola, formando así un dragón más largo. El juego terminará cuando todo el grupo forme un único dragón.

Soy la otra persona (actividad para mayores de 12 años)

El objetivo de esta dinámica es apreciar los sentimientos y emociones de otra persona. A su vez buscar puntos en común ante el conflicto y reforzar la convivencia, el respeto y la tolerancia. Los adolescentes se agruparán por parejas. Para que les sea más fácil integrarse en la piel de su compañero/a, elegirá una prenda de ropa de la otra persona (bufanda, gorro, jersey, chaqueta), con la prenda puesta se pedirá a la persona que describa lo que siente y las sensaciones que tiene siendo la otra persona.

Deportes en mímica y cámara lenta

Los niños/as o adolescentes se agrupan por parejas o también pueden realizar la actividad en círculo y uno de ellos desde el centro va marcando los gestos. El dinamizador (niño/a del centro) propondrá los gestos a imitar en relación a diferentes deportes en cámara lenta. Los participantes escenificarán lo que hacen delante de los demás. Después se analizarán los gestos entre todos. El objetivo es trabajar y desarrollar un lenguaje corporal propio con el cual sentir, expresar y comunicar de una manera integrada, auténtica y creadora.

¿Dónde estamos?

Se divide el grupo en subgrupos de 5-6 participantes. El educador/a referente indica al grupo un lugar donde deben imaginarse que está el grupo, por ejemplo: en el zoo. Todos los niños/as se convertirán en elementos que podemos encontrar allí: animales, cuidadores, plantas y árboles, mobiliario, visitantes. El grupo mostrarán su trabajo a los demás después de ensayar un par de minutos (el tiempo de ensayo será poco para incentivar la improvisación). En primer lugar, lo haremos sin material y después con material. El material servirá para imaginar cualquier cosa. Con esta actividad los niños/as aprenderán a comunicarse para poder relacionarse y afrontar situaciones sociales.

Leer los labios por parejas

Por parejas, cara a cara, intentarán decir frases sin ruido, los niños/as y adolescentes tendrán que leer los labios del/a compañero/a. Se irán intercambiando los papeles y las parejas. Se puede hacer en forma de juego de adivinar en grupo. Estos tipos de juegos y variantes intentan demostrar que es posible comunicarse sin palabras, uno de los objetivos de la expresión corporal. Con estos juegos se trata de discriminar las diferencias faciales existentes en la manifestación de estados emocionales como: alegría, pena, sorpresa, etc.

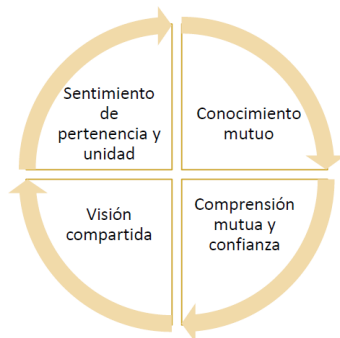
3) Resolución de conflictos

Círculos de conversación

A partir de situaciones de conflicto dentro del grupo, que podrían ser simuladas o reales pondremos en práctica la técnica de los círculos de diálogo, conversaciones en grupo en las que:

- Los participantes se sientan en círculo
- Hay un facilitador que formula las preguntas o propone temas sobre los que se hablará
- Tenemos un objeto para hablar: el que lo tiene habla y los otros escuchan con respeto
- El objeto se va pasando alrededor del círculo

Utilidad de los círculos de conversación:



- **Ayudan a cohesionar el grupo**, a que los alumnos se conozcan mejor entre ellos, a reflexionar juntos.
- **Facilitan la participación de todos los niños/as**, no sólo de los que participan habitualmente.
- **Favorecen la implicación de todo el grupo**, ya que sienten que sus ideas cuentan, que son escuchadas.
- A veces, para distender el ambiente del grupo y reír juntos.

Como hacerlo:

1. Colocación de los participantes

El facilitador (educador referente) pedirá a los niños/as o adolescentes que formen un círculo con las sillas o sentados en el suelo. El objetivo de esta disposición es que todos los participantes se puedan ver unos a otros.

2. Una forma de organizar un círculo

Aunque hay diversas formas de organizar un círculo, hay algunos aspectos a tener en cuenta:

- Hay una facilitadora: que presenta las preguntas y puede también resumir las intervenciones. Cuando es necesario, recuerda al grupo las normas del círculo.
- Tenemos unas normas de participación, basadas en valores de respeto y colaboración.
- Disponemos de un objeto para hablar: quien lo tiene pueda hablar (o pasarlo) y los demás escuchan atentamente
- El objetivo del círculo es **compartir y enriquecernos con lo que cada uno pueda aportar**.
- Normalmente, el objeto circula en uno u otro sentido de las agujas del reloj y se pasa a la persona que está al lado.
- Se da prioridad a las **respuestas breves**, de forma que las rondas duren pocos minutos.

Una vez están sentados todos los participantes, la facilitadora abrirá el círculo: saludará y formulará una pregunta. El facilitador indica hacia qué lado pasará el objeto, responde el primer lugar, a fin de romper el hielo y para dar un modelo de una posible respuesta y pasa el objeto.

Al finalizar la ronda, el facilitador puede hacer un pequeño resumen lo que se ha dicho. A continuación, puede hacer una otra pregunta, proponer una dinámica o dar el círculo por acabado e introducir la actividad que se hará a continuación.

Recursos, espacios y materiales de soporte:

Esta actividad se puede realizar en diferentes espacios. Aula del CSE, en una plaza o en algún espacio que proporcione el tejido asociativo.

Orientaciones para el educador o la educadora:

Analizar las técnicas que más pueden funcionar según las propias habilidades del profesional y de las características del grupo. Conociendo sus temas favoritos, sus voluntades y sus riesgos.

Planificar diferentes actividades que se puedan modificar o sustituir en el último momento favoreciendo la individualidad y el momento del grupo.

Título de la actividad: ¿Hablamos?

Programa: SOCIOEMOCIONAL

Duración: 1h cada sesión durante 3 meses.

Ciclo/Grupo edad: Adaptable a diferentes edades

Objetivos del programa:

OG1- Ofrecer herramientas a los niños/as y adolescentes para un mejor desarrollo y gestión emocional.

OE1.1 Realizar actividades para la mejora de la autoestima de los NNA

OO1.1.1 Desarrollar los componentes fundamentales de la autoestima (percepción, autoconcepto, carga emocional y referentes)

OO1.1.2 Identificar las mejoras y avances conseguidos a nivel personal (objetivos del PEI)

OE1.2 Desarrollar las capacidades para identificar y gestionar las propias emociones

OO1.2.1 Identificar las emociones propias y ajenas (positivas, negativas y neutras)

OO1.2.2 Compartir los gustos e intereses personales sin dejarse influenciar por sus iguales y/o adultos.

OG2 - Construir un espacio seguro para los niños/as y adolescentes que fomente las relaciones interpersonales con iguales y adultos referentes.

OE2.1 Generar un clima de confianza que facilite la expresión socioemocional y el compartir vivencias personales.

OO2.1.1 Expresar las opiniones de forma libre, respetando las opiniones de los demás

OO 2.1.2 Contribuir a un clima de confianza entre NNA

OE 2.2 Proporcionar entornos seguros desde donde compartir, expresar y gestionar los sentimientos, creencias, ideas y emociones

OO2.2.1 Ser consciente de que las personas sentimos emociones parecidas (empatía) y que nos podemos apoyar mutuamente

Desarrollo (metodología):

Técnicamente, las emociones se definen como procesos psicofísicos, dinámicos y excitados de reacción ante algo significativo y se expresan a través de la conducta verbal y no verbal. Estas vivencias afectivas aparecen de manera repentina y brusca en un contexto determinado, y pueden organizar o desorganizar la actividad de la persona en ese momento (Rieffe, 2004). Existen cientos de emociones, junto con sus combinaciones, variables, mutaciones y matices; no obstante, se ha descrito la universalidad de las emociones básicas, es decir, las reconocidas por personas de diversas culturas de todo el mundo. Estas emociones básicas son: la alegría, la ira, el miedo, la tristeza y el asco (Bisquerra, 2009). El proceso emotivo es una experiencia humana y, como tal, sucede en todas las dimensiones del ser humano: física, psíquica y noética (o espiritual). Así, suele decirse que la emoción tiene cuatro componentes (Bisquerra, 2009; Reeve, 2003; Scherer, 2005):

1. Fisiológico: el impacto de lo que nos sucede en el mundo se traduce en una serie de cambios corporales, dirigidos por el sistema límbico, que los demás pueden observar, que nosotros podemos notar en nosotros mismos y que son parecidos para todo el mundo. Además, las emociones más básicas las compartimos también con el mundo animal.

2. Subjetivo: los cambios fisiológicos son procesados por nuestro cerebro superior (la corteza cerebral), que integra toda esa información en una unidad significativa más o menos coherente. Así, el componente subjetivo de la emoción incluye cómo percibimos la emoción en nosotros mismos, con qué la relacionamos, en qué estado anímico nos pone, si nos gusta o nos damos permiso para sentirnos así, entre otras.

3. Social, relacional o comunicativo: todas las emociones se dan en relación con algo, ya sea otra persona, una cosa, una actividad, etc. Y nos informan de nuestra relación con ese algo o del valor de ese algo para nuestra vida. Las emociones son parte de nuestro diálogo con el mundo y nos informan de cómo impacta en nosotros lo que sucede en el mundo en ese momento.

4. Intencional o motivacional: la función de las emociones es, en última instancia, ponernos en disposición de responder a lo que nos ha sucedido. Por eso cada emoción dispara una reacción fisiológica distinta que nos invita a hacer algo concreto (alejarnos del peligro, acercarnos a una fuente de placer, celebrar una alegría, luchar cuando algo nos enfada, etc.). Así, las emociones nos motivan, nos mueven, nos dirigen hacia algo significativo y/o valioso para nosotros.

El modelo de Mayer y Salovey (1997) es el modelo con mayor rigor científico y cuenta con una gran profusión de investigaciones empíricas en el ámbito educativo. Se trata de un modelo jerárquico formado por cuatro competencias interrelacionadas, de manera que son necesarias las habilidades más básicas (percepción de las emociones) para llegar a las más complejas (regulación de las emociones). La estructura jerárquica de este modelo permite desarrollar programas bien

organizados que admiten una aplicación, seguimiento y evaluación fáciles. Las competencias que describe son:

a) Percepción, valoración y expresión emocional: se trata de la habilidad para identificar y reconocer tanto las propias emociones (autoconciencia) como las de aquellos que nos rodean (empatía afectiva). Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales.

b) Comprensión emocional: se trata de la habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetando y categorizando las emociones propias y ajenas. Atañe a la relación de la emoción con su significado e incluye desvelar la información de emociones complejas, ambivalentes o incluso aquellas que son contradictorias y simultáneas.

c) Facilitación emocional del pensamiento: se refiere a la relación entre pensamiento y emoción, en cómo las emociones afectan al sistema cognitivo dirigiendo nuestra atención hacia la información más importante del entorno o de nosotros mismos, el estímulo más beneficioso o perjudicial, entre otros. Implica tener en cuenta las emociones cuando razonamos o solucionamos problemas, permitiéndonos disponer de diferentes puntos de vista según nuestro estado emocional y afectando a nuestra creatividad.

d) Regulación de las emociones: se trata de la capacidad para estar abierto a las emociones, tanto positivas como negativas, y reflexionar sobre ellas para descartar o aprovechar la información en función de su utilidad para un proyecto de vida saludable. Implica estrategias para la moderación o aumento de las emociones, tanto en uno mismo como en los demás, sin reprimir o exagerar la información que conllevan.

Para esta actividad y la propuesta que vamos a realizar posteriormente vamos a centrarnos en la percepción, valoración y expresión emocional:

Ejemplos de actividad

Head bantz de emociones

Se les pega en la frente una pegatina de emociones/adjetivos a cada uno, y el resto deben darle pistas para que adivine qué emoción tiene pegada en la frente. Los niños deberán tratar al otro como si tuviera esa emoción, de esa manera están dándole pistas para que adivine la emoción (Consignas: se pueden hacer preguntas, mostrar/imitar la emoción, "te puedes sentir así cuando...").

Dinámicas con tarjetas de situaciones de la vida cotidiana (material disponible en el anexo).

Decir posibles pensamientos que se pueden dar en esas situaciones según la expresión emocional de los personajes.

Diccionario de las emociones.

Hacer un collage con diferentes imágenes de personajes u objetos que simbolicen cada emoción básica.

La línea de la vida

Haz un dibujo o esquema, desde qué naciste hasta hoy, donde queden representados los momentos importantes para ti o tu familia y, que hacen, que hoy seas como eres. Piensa que todo está bien, pero representa los hechos que han dejado huella en tu vida. Es un dibujo, no hay que contar, explicar nada... simplemente el que lo haya dibujado se tiene que sentir representado. Ten en cuenta que te pueden marcar todo tipo de cosas como nacimientos, muertes, separaciones o aficiones, cambios de domicilio, también amistades, personas o parejas, ocupaciones y responsabilidades como el colegio.

Gestión de un corazón

Los actores principales (3, 4 o 5), tendrán una identidad diferente, pero todos compartirán una característica. Les queda 1 hora de vida, les han de trasplantar el corazón. El único hospital al que pueden llegar en este tiempo es en el que se encuentran. Este hospital les comunica la trágica decisión. Solo disponen de un corazón para todos ellos. La decisión de a quien le salvan la vida la han de tomar ellos mismos. Ha de ser consensuada y nunca por votación. Los actores principales, junto con su "equipo" (2, 3 o 4 según el número del grupo) crearán una estrategia para poder convencer al resto y ser los salvados. Tiempo para debatir con el grupo de estrategia (5-10 min) Tiempo de debate y decisión (10-15 min).

Ejemplos de personajes:

- Una niña de seis años con un coeficiente intelectual por encima de la media.
- Un médico de 64 años que salva cincuenta vidas al año.
- Una persona sin hogar con diferentes problemáticas de consumos que hace esfuerzos para poder recuperar su vida pasada.

Cartas de las emociones

[Recurso elaborado por el Departamento de Educación \(2020\) con colaboración de la ilustradora Gracia Lleó y la experta en prácticas restaurativas Mònica Albertí](#)

Material para las tres actividades: [cartas emociones](#)

Actividad 1. Descubrimos nuevas emociones

¿Echas de menos alguna emoción o estado emocional? Seguro que sí. Entre los participantes del grupo se enviarán las nuevas propuestas de emociones (cartas de las emociones) entre ellos/as dentro de un sobre para alguien a quien le quieran decirle cómo se sienten, cómo le hace sentir lo que hace por él/ella.

Actividad 2. Historia emocionante

¿Qué hay detrás de cada ilustración? ¿Qué le pasa al pez? ¿Qué le pasa a la jirafa? ¿Y al caballo, y al canguro? Cada niños/as o en grupos pequeños escogerán una carta y escribirán la historia de las ilustraciones y las emociones que contienen. Después las compartiremos en el grupo.

Actividad 3. Bienvenida emoción

Repartimos 4 cartas a cada niño/a. El primer voluntario o voluntaria.

Opción 1: Explicas una situación en la que haya sentido la emoción que se representa en la carta, el resto del grupo debe adivinar la emoción. La historia puede ser real o inventada, y eso también tendrán que adivinarlo.

Opción 2: Escenificamos la emoción (como el juego de las películas), y el resto debe adivinar la emoción.

¿Quién sigue? Una vez hemos adivinado la primera emoción, seguimos en el sentido de las agujas del reloj, o al revés. ¿Quién gana? Aquí ganamos todos y todas. ¡Compartir nuestras emociones es cuidarnos individual y colectivamente! Conocer más emociones nos ayudará a poder expresarlas y conectar con nosotros mismos y con los demás.

Recursos, espacios y materiales de soporte:

- [Cartas de las emociones](#)
- [Tarjetas de situaciones de la vida cotidiana](#)

Título de la actividad: aprendizaje y servicio

Programa: SOCIOEMOCIONAL

Duración: 3er trimestre.

Ciclo/Grupo edad: Primaria y secundaria

Objetivos del programa:

OG1- Ofrecer herramientas a los niños/as y adolescentes para un mejor desarrollo y gestión emocional.

OE1.1 Realizar actividades para la mejora de la autoestima de los NNA

OO1.1.1 Desarrollar los componentes fundamentales de la autoestima (percepción, autoconcepto, carga emocional y referentes)

OE1.2 Desarrollar las capacidades para identificar y gestionar las propias emociones

OO1.2.1 Identificar las emociones propias y ajenas (positivas, negativas y neutras)

OO1.2.2 Compartir los gustos e intereses personales sin dejarse influenciar por sus iguales y/o adultos.

OG2 - Construir un espacio seguro para los niños/as y adolescentes que fomente las relaciones interpersonales con iguales y adultos referentes.

OE2.1 Generar un clima de confianza que facilite la expresión socioemocional y el compartir vivencias personales.

OO2.1.1 Expresar las opiniones de forma libre, respetando las opiniones de los demás

OO 2.1.2 Contribuir a un clima de confianza entre NNA

OE 2.2 Proporcionar entornos seguros desde donde compartir, expresar y gestionar los sentimientos, creencias, ideas y emociones

OO2.2.1 Ser consciente de que las personas sentimos emociones parecidas (empatía) y que nos podemos apoyar mutuamente

Desarrollo:

Esta actividad consiste en poder poner los aprendizajes en relación de las competencias socioemocionales a disposición de los demás. A lo largo de todo el curso se han estado realizando dinámicas para desarrollar distintas competencias como son la consciencia, regulación y la autonomía emocional; para acabar el curso desarrollando competencias más sociales que tengan en cuenta la sociedad que nos rodea.

La idea es realizar un proyecto de Aprendizaje Servicio. Los proyectos de Aprendizaje Servicio son propuestas educativas que combinan procesos de aprendizaje y de servicio a la comunidad de forma articulada. Los participantes se forman sobre necesidades reales del entorno con el objetivo de mejorarlo. Son experiencias que, a partir de la práctica, construyen conocimiento y permiten profundizar en el mismo.

Durante todo el curso, cada niño/a y adolescente se ha estado formando en competencias socioemocionales para en el tramo final poder hacer un retorno y elaborar un proyecto personal que implique como mínimo el beneficio y el cuidado a una tercera persona. La idea es que cada niño/a y adolescente se plantee: ¿cómo soy? ¿En qué puedo yo contribuir en una mejora para alguien que no sea yo mismo? Partiendo de esta premisa cada niño/a y adolescente desarrollará su proyecto personal. Debería ser un proyecto libre y muy protagónico. El educador referente adoptará un rol facilitador para desarrollar el proyecto a la vez que será una figura que promueva la reflexión y la toma de consciencia de todas competencias que se ponen en juego durante el proceso.

Podemos plantear actividades a tres niveles:

- Dentro del centro: actividades entre grupos de niños más mayores y más pequeños: por ejemplo, acompañamiento a la lectura o taller de montar tiendas de campaña para los campamentos
- Actividades para la comunidad: organizar actividades en el espacio público
- Actividad intergeneracional: talleres de tecnologías en Centros de personas mayores o una sesión de juegos y animación en una residencia de personas mayores del barrio

El seguimiento de la actividad se puede hacer individualmente mediante tutorías o grupalmente compartiendo con el grupo el desarrollo de cada proyecto durante alguna sesión. También se pueden combinar las dos opciones anteriores.

La evaluación de la actividad debe recoger que ha aportado la actividad a cada niño/as y analizar los diferentes porqués. Una propuesta de evaluación es exponer al grupo en que ha consistido el aprendizaje y servicio y que ha aportado al crecimiento personal.

Recursos, espacios y materiales de soporte:

Banco experiencias Centro promotor APS: <https://aprenentatgeservei.cat/experiencies/>

Orientaciones para el educador o la educadora:

Los educadores referentes acompañarán al grupo en la elección de los proyectos y facilitarán la información y los recursos necesarios para que estos se puedan llevar a cabo.

5.1. Banco de recursos

El programa se acompaña de un conjunto de recursos pedagógicos, de carácter nacional e internacional, que aportan nuevas prácticas educativas de forma que los profesionales puedan mejorar e innovar en la planificación de los contenidos y sesiones con los NNA, y/o las familias.

De cada uno de los recursos se presenta, además del título, una breve descripción, el colectivo al que se dirige, preferentemente, y el enlace para facilitar su consulta.

Título	Breve descripción/Objetivos	Dirigida a:	Edades
Guía de acción tutorial para la promoción de la salud mental en el ámbito educativo (2020)	Esta guía se centra en actividades de acción tutorial por parte de profesionales de la educación, salud, y servicios sociales para abordar el aumento del número de diagnósticos en algunos trastornos, la infradetección en otros casos, la complejidad de sus abordajes y la necesidad de ofrecer tratamientos adecuados a la edad.	Profesionales de la educación, de salud y de servicios sociales	Primaria y secundaria
El bienestar emocional en la infancia. Guía para padres, madres y profesionales (2019)	Esta guía va dirigida a padres, madres y profesionales para desarrollar habilidades que promuevan el bienestar emocional en la infancia mediante actividades y la construcción de un marco que consiste en elementos como el buen trato, ser tenido en cuenta, ser atendido adecuadamente y vivir en un ambiente organizado, con rutinas cotidianas y diversidad de experiencias.	Familias y profesionales	Primaria y secundaria

Guía didáctica interculturalidad para jóvenes (2002)	Esta guía tiene por objetivo sensibilizar sobre la realidad de la inmigración y la sociedad intercultural para prevenir situaciones de racismo o discriminación.	Niños/as y adolescentes	No especifica
Mapa del tesoro	Juego/recurso que facilita que los niños/as y adolescentes reflexionen sobre sus deseos e inquietudes. Al hacerlo, se promueve un refuerzo positivo sobre sus capacidades, y sobre cómo alcanzarlos a través de la preparación.	Niños/as y adolescentes	No especifica
Programa de Competencia Familiar Habilidades sociales de los hijos e hijas (2021)	Manual pedagógico para potenciar las habilidades sociales, la comunicación, la resolución de problemas, las relaciones afectivas, la sexualidad y la capacidad para afrontar críticas.	Niños/as y adolescentes	No especifica
Confianza a tope	Ejercicio para fomentar la confianza a través de la comunicación no verbal.	Infancia y adolescentes	Todas/no especifica
De buen humor	Ejercicio para fomentar la confianza a través de la comunicación no verbal.	Infancia y adolescentes	Todas/no especifica
El Hombre Mosquito	Actividad que propone una reflexión para identificar talentos y capacidades propios a partir del personaje del doctor Mawa. Comprender y reflexionar sobre algunos conceptos del cuento, tales como la empatía, la sensibilidad, el respeto, la originalidad, el pensamiento lateral y la asertividad.	Infancia y adolescentes	Todas/no especifica
Mapas para coeducar: orientaciones para una intervención socioeducativa no sexista	La guía pretende abordar la aplicación del enfoque de género de forma transversal.	Niños/as y adolescentes	Todas/no especifica
Construcción del Panel de las emociones	Actividad y recursos para Aprender a identificar y gestionar las emociones propias y ajenas.	Niños/as y adolescentes	Todas/no especifica
Caixa de sentiments	Los niños/as elaboraran una caja de sentimientos donde irán depositando todos aquellos sentimientos que han vivido, descubierto o que quieran cambiar. Esta	Niños/as y adolescentes	Niños/as y adolescentes

	actividad se puede realizar con niños/as de 9 a 18 años.		
Siluetas carregades d'optimisme	Dinámica para reflexionar sobre las cualidades positivas del grupo y de uno mismo.	Niños/as y adolescentes	Todas/no específica
Guía metodológica para el desarrollo de las habilidades sociales	La guía busca ayudar a los profesionales que trabajan con jóvenes en riesgo de exclusión social, apoyándoles en su búsqueda de métodos, técnicas y actividades para enseñar habilidades sociales con el objetivo de facilitar la inclusión social y laboral de los jóvenes y su participación social como ciudadanos en una sociedad democrática. Cada eje tiene actividades prácticas.	Profesionales	Todas/no específica
Guía sobre el duelo en la infancia y adolescencia (2017)	El objetivo de esta guía es proporcionar información que pueda ayudar a entender mejor la experiencia del duelo en niños/as y adolescentes.	Profesionales	Todas/no específica
Técnicas de control de la ansiedad con niños/as Enlace 2	Actividades para grupos de niños/as con el objetivo de trabajar el control de la ansiedad o la inteligencia emocional.	Educadores/as o docentes	Todas/no específica
Guía sobre comunicación y expresión	La comunicación y la expresión son elementos fundamentales que nos ayudan a relacionarnos de una mejor manera con quienes nos rodean, pueden ser generadores de paz o de conflicto, potenciar un proyecto o derrumbarlo, fortalecer relaciones sociales o acabarlas. Cartilla que presenta talleres para mejorar la competencia de comunicación y expresión de las y los adolescentes.	Profesionales	Adolescentes
20 actividades fáciles de desarrollo socioemocional para niños	Página que incluye actividades para trabajar el desarrollo socioemocional divertidas y atractivas para niños pequeños.	Educadores / Padres	Niños/as y adolescentes
Guía para la mejora del clima escolar en los	Esta guía presenta pautas y actividades para desarrollar un buen clima escolar en centros educativos, en donde primen las relaciones	Educadores / Monitores	Niños/as y adolescentes

centros educativos	personales positivas, los sentimientos de aceptación e igualdad, los valores de respeto, la seguridad emocional y el sentido de pertenencia e identificación con el grupo.		
Cinco hábitos para promover el bienestar emocional de los estudiantes en el aula	Página que contiene 5 hábitos prácticos para promover el bienestar de los estudiantes en el aula.	Educadores / facilitadores	Adolescentes
Guía didáctica sobre intercultural para jóvenes (2002)	En relación con el programa de “Aprendizaje escolar” se trabaja la temática de la interculturalidad para jóvenes con recursos visuales. En relación con el programa de “Habilidades socioemocionales” permite tratar la inmigración para sensibilizar a la sociedad sobre la realidad de la inmigración y sentar las bases para vivir en una sociedad intercultural. En una guía de la Cruz Roja Juventud.	Niños/as y adolescentes	Niños y niñas
Habilidades sociales de los hijos e hijas (2020)	En relación con el programa “Habilidades socioemocionales”, este manual pedagógico además de potenciar las competencias de comunicación pone énfasis en las competencias sociales, en la resolución de problemas, en las relaciones afectivas, en la sexualidad y en la capacidad para afrontar críticas.	Niños/as y adolescentes	Niños, niñas y adolescentes
Guía metodológica de talleres	En relación con el programa de “Habilidades socioemocionales” ofrece contenido para la resolución de problemas y manejo de conflictos, comunicación y expresión.	Niños, niñas y adolescentes	No especifica
Guía de Buenas prácticas en Educación Inclusiva (2013)	En relación con el programa “Habilidades socioemocionales” se destaca la perspectiva de la educación inclusiva para trabajar con alumnado de alto riesgo de exclusión. Esta visión se puede traducir en políticas y prácticas que beneficien a toda la comunidad educativa.	Educadores/as - profesionales	
Guía pedagógica para una educación intercultural, anti racista y	En relación con el programa “Habilidades socioemocionales”, la guía tiene como propósito compartir ideas, herramientas y experiencias que puedan ayudar a construir una educación intercultural, anti-racista y	Educadores/as - profesionales	No especifica

con perspectiva de género (2017)	con perspectiva de género en diversos espacios educativos.		
Sembrar educación ambiental. Guía didáctica y manual para profesores	En relación con el programa “Habilidades socioemocionales” se potencia la relación de los humanos con el medio natural.	Educadores / profesionales	No especifica
Pentabilities	Programa basado en evidencias para trabajar las cinco habilidades socioemocionales: responsabilidad, cooperación, autonomía e iniciativa, gestión emocional y habilidades de pensamiento. El sistema permite detectar qué comportamientos se podrían desarrollar, registrar las evidencias, y dar buen feedback.	Niños/as y adolescentes	No especifica
Cuando la familia no está	Recurso que propone maneras para trabajar con jóvenes que tienen familias poco presentes. Trata la temática de construcción de identidades.	Niños/as y adolescentes	Niños/as y adolescentes

5.2. Buenas Prácticas

El programa se acompaña de un conjunto de Buenas Prácticas, de carácter nacional e internacional, de las que los/as profesionales pueden aprender e inspirarse y que, con las adaptaciones oportunas, puedan incorporar en el programa.

De cada Buena Práctica se presenta, además del título y el país dónde se lleva a cabo, una breve descripción, la población a la que se dirige, preferentemente, la tipología de intervención que plantea, y el enlace para facilitar su consulta.

Programa	País	Población	Tipología de intervención	Descripción
So small but V.I.P.	Varios de la Unión Europea	Profesionales que trabajan con niños pequeños (de 0 a 5 años) en situación y riesgo de violencia	Formación a profesionales de los Servicios Sociales	Proyecto que elaboró una guía para especialistas de los servicios sociales que trabajaban casos de violencia y negligencia en niños de 0 a 5 años.

Programa GARATU	España	Menores de edad bajo programas de intervención familiar	Tratamiento psicoterapéutico	Recurso de diagnóstico y tratamiento psicoterapéutico dirigido a las personas menores de edad en las que se ha detectado una situación de desprotección social y familiar grave y que presentan problemas relacionales y de adaptación personal y social
Home Based Therapeutic Services (HBTS)	Malta	Familias con factores de estrés múltiples	Intervención en el hogar	Servicio de extensión para familias que experimentan problemas relacionados con la violencia, la pobreza, el abuso, las enfermedades físicas y mentales, así como las preocupaciones relacionadas con el abuso y la negligencia infantil. El programa ofrece apoyo terapéutico y de crianza a "familias con factores de estrés múltiples", que no se sientan cómodas acudiendo a servicios institucionales o en entornos de oficina. Se basa en el "modelo de preservación de la familia": el apoyo terapéutico y de crianza tiene como objetivo preservar a las familias y abordar los riesgos para los niños directamente para evitar la separación familiar.
Meitheal	Irlanda	Familias con NNA de escasos recursos, con necesidades educativas especiales (NEE) o involucrados en el sistema de justicia juvenil	Intervención temprana, recurso de la comunidad, trabajo en red	Es uno de los cinco ejes de trabajo del programa "Prevención, asociación y apoyo familiar", que se centra en la importancia de la intervención temprana a través de la provisión de servicios de apoyo, coordinación y servicios e intervenciones basados en evidencia, y es administrado por Tusla Child and Family Agency en Irlanda. Meitheal es una práctica de prevención e intervención temprana que se utiliza para lograr resultados positivos para los niños y las familias que tienen necesidades adicionales y requieren la intervención de varias agencias, pero que no alcanzan el umbral para una intervención del servicio de Protección y Bienestar Infantil (CPW) de Tusla.

6. ASPECTOS ORGANIZATIVOS Y RECURSOS

Se concretan a continuación los aspectos organizativos clave que los/as profesionales han de tener en cuenta para trabajar con los niños/as, así como los recursos necesarios y recomendaciones sobre los espacios donde llevar a cabo las diferentes acciones educativas.

El programa parte de la premisa que todos los niños/as y adolescentes que asisten al CSE/CdD/CAD han de participar de forma regular y estable a este programa, teniendo en cuenta que no todos los participantes tienen las mismas motivaciones y aprendizajes en relación a su predisposición y experiencia en relación a esta temática, aspecto que habrá que considerar a nivel pedagógico para motivar y conducir/acompañar de cara a ir avanzando en sus procesos de desarrollo de las competencias emocionales.

La programación de los contenidos y el planteamiento de las actividades se realizará de forma coordinada entre el/la psicóloga del programa de Apoyo psicológico, en la atención grupal, y el referente educativo de este programa.

6.1. Participación en el programa en función de los destinatarios principales

El planteamiento educativo de este programa se dirige a los niños/as y adolescentes para el desarrollo de sus competencias emocionales.

El programa incluye espacios diferenciados de sesiones de trabajo en el marco de los centros y de la comunidad, así como también a nivel de grupos de iguales y de trabajo individualizado (tutorías).

6.2. Recomendaciones sobre el espacio físico

El espacio idóneo para las sesiones en grupo se recomienda que sea:

- Amplio, con capacidad para acoger al grupo de forma confortable y para poder realizar actividades y dinámicas que se propongan
- Acogedor, para facilitar la creación de un clima íntimo y de confianza
- Estable en el marco de los CSE/CdD/CAD, ya que las rutinas facilitan la tarea de los profesionales pues permiten fomentar la confianza de los/as participantes, tanto en sí mismos como respecto al resto del grupo.
- Diversos, contando con los espacios públicos y de otras entidades y equipamientos en los que se participará.

En relación con el trabajo individual, especialmente mediante tutorías se recomienda que estas se realicen en espacios donde el niño/as o adolescentes pueda sentirse cómodo/a para poder exponer sus necesidades y expresar sus emociones. Esto puede ser dentro de los locales del centro o en algún lugar del espacio público. Deben ser espacios que garanticen la confidencialidad, para que los participantes puedan expresarse libremente.

6.3. Organización de las sesiones: Concreciones temporales

La realización de este programa requiere de una dedicación de 2h mensuales. Previamente se debería analizar las necesidades del grupo de niños/as y adolescentes en que se implementará, teniendo en cuenta su nivel evolutivo, sus capacidades, debilidades y fortalezas, para así adaptar las actividades concretas.

Cada actividad tendrá su temporalidad y se dividirá para poder trabajar la totalidad de las competencias y objetivos generales y específicos del mismo. Una posible organización podría ser por bloques trimestrales, dividiendo los aprendizajes o bien un trabajo transversal de todas las competencias con diferentes actividades.

- Periodicidad en la parrilla mensual: 1 sesión quincenal.
- Duración de la sesión: 1h cada sesión.

Se recomienda que la estructura tipo de una sesión incluya los siguientes momentos:

- Preparación del espacio de actividad y recursos a utilizar
- Acogida: entrada, saludo y bienvenida a los participantes
- Realización de actividades
- Despedida y cierre de la sesión

Como propone el Modelo de innovación pedagógica, la estructura organizativa que presenta el programa es molecular. Con esta estructura cada centro podrá adaptar el programa teniendo en cuenta sus peculiaridades o características. La entidad ha de habilitar espacios flexibles y acogedores para realizar las actividades (tanto en el marco de los centros como de la comunidad) y planificar los horarios con adaptabilidad.

7. PROFESIONALES.

Para este programa hará falta la figura de una Educadora Social, referente del grupo, que lleve a cabo un trabajo de identificación de las competencias emocionales en los niños/as y adolescentes y el posterior acompañamiento para la mejora de estas.

La habilidad del educador para saber detectar y combinar las necesidades del grupo (combinando actividades diagnósticas, de intervención o de evaluación) y elegir el contenido, el nivel y la metodología adecuados para cada sesión serán claves para la mejora competencial por parte de los niños/as y adolescentes. Por otro lado, e igual de importante, será la tarea de personalización. Cómo se relacionan las competencias emocionales con su día a día dentro y fuera del centro. Para este cometido será de vital importancia relacionar los contenidos trabajados en este programa con aspectos concretos de la vida de los niños/as y adolescentes tanto en el centro, como en el centro educativo o en su propio domicilio. En este sentido será

importante relacionar las tutorías y el plan individualizado de cada niño/a y adolescente con el programa socioemocional.

Estos aspectos tratados en espacios tutoriales y recogidos en el plan individualizado deberán tenerse en cuenta en toda la coordinación con las familias y los centros educativos. Partiendo de la vivencia del niño/a o adolescentes será importante pensar qué estrategias podemos plantear para facilitar su empoderamiento emocional.

El educador/as, deberá también, organizar la comunicación con las familias, así como definir los diferentes canales de comunicación (digitales o tradicionales) dependiendo de la población a la que vaya dirigida la información.

Funciones de los profesionales referentes del programa de habilidades socioemocionales

Existe un conjunto de funciones relacionadas con la atención directa, tanto a nivel grupal como individuales, pero también otras asociadas a tareas de carácter interno o externo, relacionadas directamente con la programación y gestión operativa del programa.

A continuación, se listan las funciones que el educador/a referente ha de realizar:

Funciones relacionadas con la programación:

- Programar actividades dirigidas al desarrollo positivo de la autoestima (percepción, autoconcepto, carga emocional y referentes).
- Diseñar actividades que permitan a los niños/as y adolescentes identificar y expresar sus emociones y las de las personas de sus entornos cercanos.
- Diseñar acciones que posibiliten incorporar el buen trato y los entornos seguros en el marco del CSE/CdD/CAD.
- Preparar las sesiones de acuerdo con las actividades planificadas: espacio, materiales y agentes participantes.

Funciones relacionadas con las coordinaciones:

- Establecer coordinaciones con otros agentes de la comunidad implicados en el bienestar emocional de los NNA
- Mantener una comunicación fluida y periódica con los profesionales que intervienen con los NNA y sus familias en los procesos vinculados al desarrollo emocional y social

Funciones relacionadas con la evaluación:

- Asegurar el registro del desarrollo de las sesiones y los niveles de participación de los NNA en las diversas actividades programadas.

- Realizar el seguimiento de plan de trabajo con los NNA, detectar desviaciones y riesgos, así como avances y mejoras, y proponer acciones de progreso.

Competencias de los profesionales referentes del programa de participación

Por último, se concretan las competencias relacionadas con las dimensiones del saber, del saber hacer y del saber ser que ha de desarrollar el educador/a referente de este programa (Bardés, 2022):

Competencias relacionadas con el saber:

- Formación específica en competencias emocionales
- Formación específica en estrategias para el desarrollo de competencias emocionales: justicia restaurativa, tutorías, la conversación, reuniones restaurativas, reflexión como estrategia para gestionar las situaciones de conflicto y círculos de diálogo.

Competencias relacionadas con el saber hacer:

- Capacidad para identificar las emociones propias y ajenas especialmente carencias y potencialidades relacionadas con las competencias emocionales de los niños/as y adolescentes
- Construir espacios de confianza y comunicación entre iguales y entre generaciones y culturas diversas y analizar en diferentes momentos de la intervención, cuáles son las necesidades individuales y grupales para adaptar las estrategias utilizadas.
- Capacidad para dinamizar y diseñar actividades para el desarrollo de las habilidades socioemocionales adaptándolas a diversidad de NNA, culturas y necesidades educativas y sociales especiales.
- Capacidad para incorporar una mirada comunitaria, familiar, intergeneracional, interseccional e intercultural, siendo totalmente necesario para ofrecer un material completo que genere un fuerte impacto en este grupo de interés.
- Iniciativa y autonomía, y creatividad para resolver problemáticas emergentes y generar climas de confianza que facilite la expresión socioemocional y el compartir vivencias personales.
- Trabajo en red y trabajo en equipo.

Competencias relacionadas con el saber ser:

- Actitud no discriminadora y de inclusión hacia todos los NNA, según sus diversidades, diferencias y necesidades para poder respetar las opiniones de los demás.
- Relación interpersonal estable, responsabilidad, gestión de emociones propias
- Capacidad de reflexionar sobre sus propias emociones, pensamientos y prácticas educativas.

- Saber promover entornos seguros desde donde compartir, expresar y gestionar los sentimientos, creencias, ideas y emociones
- Capacidad de expresión socioemocional y de compartir vivencias personales.
- Saber escuchar, ser acogedor/a, receptivo/a y empático/a.

8. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Con relación al sistema evaluativo del programa se presenta a continuación un cuadro en el que se muestra la correlación entre objetivos generales, específicos, operativos y la dedición de resultado a través de los indicadores de resultado, el método de evaluación y la meta prospectivo/resultado (Output):

OBJETIVOS			MEDICIÓN DE RESULTADOS		
Generales	Específicos	Operativos	Indicador de resultado	Método de evaluación	Meta prospectivo/ resultado (Output)
OG1- Ofrecer herramientas a los niños/as y adolescentes para un mejor desarrollo y gestión emocional.	OE1.1 Realizar actividades para la mejora de la autoestima de los NNA	OO1.1.1 Desarrollar los componentes fundamentales de la autoestima (percepción, autoconcepto, carga emocional y referentes)	Nº de horas de actividades dedicadas a potenciar la autoestima	BBDD del programa Memorias actividades	El 50% de las horas del programa promueven mejoras en los componentes de la autoestima
		OO1.1.2 Identificar las mejoras y avances conseguidos a nivel personal (objetivos del PEI)	Nº de mejoras identificadas por los NNA en la revisión del PEI	PEIs	Los NNA identifican al menos una mejora en un 70% de los objetivos del PEI
	OE1.2 Desarrollar las capacidades para identificar y gestionar las propias emociones	OO1.2.1 Identificar las emociones propias y ajenas (positivas, negativas y neutras)	% de NNA que pasan con éxito el test sobre identificación de emociones (Kanjo)	Test de identificación de emociones	El 80% de los NNA pasan con éxito el test
		OO1.2.2 Compartir los gustos e intereses personales sin dejarse influenciar por sus iguales y/o adultos	Nº de horas de actividades donde se trabaja la asertividad	BBDD del programa Memoria de actividades	El 50% de las horas del programa promueven mejoras en los componentes de la asertividad
OG2 - Construir un espacio seguro para los niños/as y adolescentes que fomente las relaciones interpersonales con iguales y adultos referentes.	OE2.1 Generar un clima de confianza que facilite la expresión socioemocional y el compartir vivencias personales.	OO2.1.1 Expresar las opiniones de forma libre, respetando las opiniones de los demás	% de NNA que expresan libremente sus opiniones	PEIs	El 80% de los NNA se expresan de forma libre
		OO 2.1.2 Contribuir a un clima de confianza entre NNA	Los niños/as y adolescentes valoran los CSE/CdD/CAD como espacios seguros en los que compartir vivencias y emociones (impacto SROI)	Cuestionario	Más del 80% de los participantes valoran con un 4 o más sobre 5 el nivel de satisfacción
	OE 2.2 Proporcionar entornos seguros desde donde compartir, expresar y gestionar los sentimientos, creencias, ideas y emociones	OO2.2.1 Ser consciente de que las personas sentimos emociones parecidas (empatía) y que nos podemos apoyar mutuamente	% de NNA que dice saber que es la empatía de manera subjetiva	Cuestionario	Más del 80% de los participantes describen correctamente los elementos de la empatía

9. BIBLIOGRAFÍA

- Alberici y Serreri (2005). *Competencias y formación en la edad adulta. Balance de competencias*. Alertes.
- Alex, L. (1991). Descripción y registro de las cualificaciones. El concepto de cualificación. *Formación Profesional*, 2, 23-27.
- Besolan, Alecop y Mondragon Universitatea (2000). *Proyecto piloto de competencias de acción profesional en Alecop*. Hoja formativa/Informativa, 1 y 2, Tema monográfico.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XXI, 10, pp. 61-82
- Bunk, G. P. (1994). La transmisión de las competencias en la formación y el perfeccionamiento profesionales de la RFA. *Revista Europea de Formación Profesional*, 1, 8-14.
- Funes, J. (2010). *Educación en la adolescencia. 9 Ideas clave*. Ed. Graó.
- Guerrero, A., Acosta, E. y Taborda, A. (1999). *Competencias claves para la Orientación Ocupacional*. Ediciones GPS.
- Le Boterf, G. (1991). Ingeniería y evaluación de los planes de formación. AEDIPE-DEUSTO.
- Le Boterf, G. (1994). *De la compétence*. París: Les Éditions d'Organisation.
- Le Boterf, G. (2001). *Ingeniería de las competencias*. Gestión 2000.
- Lévy-Leboyer, C. (1997). *Gestión de las competencias*. Gestión 2000.
- Mayer, J. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence?. En: Salovey, P. & Sluyter, D. (Ed.) *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-34). Harper Collins.
- Navío, A. (2005). Propuestas conceptuales en torno a la competencia profesional. *Revista de Educación*, 337, 213-234.
- Pérez Escoda (2001). *Proyecto docente para la obtención de la plaza de Profesora Titular*. Universidad de Barcelona. Departamento MIDE (Inédito).
- Rubio, F. y Cruells, E. (1999). Les competències transversals, una nova perspectiva per a la formació. *Taleia*, 21, 32-35.
- Rodríguez Moreno, M. L. (2006). *Evaluación, Balance y formación de competencias laborales transversales. Propuesta para mejorar la calidad en la formación profesional y en el mundo del trabajo*. Laertes.
- Rieffe, C. Meerum, M. (2004). Emotion regulation in deaf children. *REME*, 7, 17-18
- Suares, M. (1996). *Mediación. Conducción de disputas, comunicación y técnicas*. Ed. Paidós
- Tejada, J. (1999). Acerca de la Competencias Profesionales. *Herramientas*, 56, 20-30.

10. ANEXOS

Consultar documento anexos programas pedagógicos del Programas innovación para la prevención de la Institucionalización en la infancia (PIPII) en el que se incluyen las fichas de Buenas prácticas y de las Prácticas de éxito, presentadas en el apartado 5 de este documento.