



UNIVERSIDAD A DISTANCIA DE MADRID
(UDIMA)

*Facultad de Ciencias de la Salud y de la Educación
Departamento de Educación*

Máster Universitario en Psicopedagogía

***LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DEL ACOSO
ESCOLAR: PROYECTO DE INNOVACIÓN ORIENTADO AL ALUMNADO DE
6º CURSO DE EDUCACIÓN PRIMARIA***

Irene Novas Nieto

TRABAJO DE FIN DE MÁSTER

Bajo la dirección de:

Isabel Martínez Álvarez

MADRID

Junio de 2021

ÍNDICE

RESUMEN.....	1
1. INTRODUCCIÓN.....	2
2. JUSTIFICACIÓN	3
3. MARCO TEÓRICO	4
3.1 EL ACOSO ESCOLAR.....	4
3.1.1 Definición, antecedentes y situación actual	4
3.1.2 Causas, agentes implicados y consecuencias del acoso escolar.....	6
3.1.3 Signos para detectar el acoso escolar	9
3.1.4 Prevención del acoso escolar mediante la educación emocional y las habilidades sociales	10
3.2. LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	11
3.2.1 Integración de la educación emocional en el sistema educativo.....	11
3.2.2 Las emociones del alumnado en edad escolar	11
3.2.3 Competencias emocionales	13
3.3. EL PAPEL DE LAS FAMILIAS EN EL ORIGEN DEL ACOSO ESCOLAR Y DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	14
3.4. LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL COMO MEDIDA DE PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR.....	15
3.5 INTERVENCIONES ACTUALES PARA TRABAJAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA	15
3.6 MARCO LEGISLATIVO.....	16
4. PROYECTO DE INNOVACIÓN	18
4.1. DESCRIPCIÓN DEL CENTRO Y MUESTRA.....	18
4.2 OBJETIVOS	20
4.2.1 Objetivo General	20
4.2.2 Objetivos Específicos.....	20
4.3 FASES DEL PROYECTO: “EL COLOR DE LAS EMOCIONES”.....	20
4.3.1 Formación al profesorado	22
4.3.2 Formación a las familias	25

4.3.3 Formación de todos los integrantes del proyecto.....	27
4.3.4 Intervención aplicada al alumnado	30
4.4 RECURSOS MATERIALES Y HUMANOS	32
4.4.1 Recursos materiales.....	32
4.4.2 Recursos humanos.....	33
4.5 METODOLOGÍA.....	33
4.6 TEMPORALIZACIÓN	34
4.7 EVALUACIÓN	36
4.7.1 Evaluación del profesorado.....	37
4.7.2 Evaluación del alumnado	37
4.7.3 Evaluación de las familias.....	38
4.7.4 Evaluación del proyecto.....	38
5. CONCLUSIONES	38
6. VALORACIÓN CRÍTICA.....	42
7. REFERENCIAS.....	44
8. ANEXOS.....	50

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Programa de Actividades Fase 1 "Formación al Profesorado".....	50
Tabla 2. Actividad “La Tabla Reflexiva”	51
Tabla 3. Programa de Actividades Fase 1 "Formación a las familias".....	51
Tabla 4. Programa De Actividades Fase 1 "Formación a Todos Los Integrantes Del Proyecto"	52
Tabla 5. Programa De Actividades Fase 2 “Intervención aplicada al alumnado”	53
Tabla 6. Evaluación Del Profesorado	54
Tabla 7. Evaluación Del Alumnado.....	54
Tabla 8. Evaluación De Las Familias.....	55
Tabla 9. Evaluación Del Proyecto	55

RESUMEN

La educación emocional resulta indispensable para desenvolverse en la sociedad y para mantener buenas relaciones en todos los ámbitos de la vida. Por el contrario, la falta de esta dentro de las escuelas puede llegar a provocar situaciones injustas y peligrosas, como el acoso escolar.

Actualmente, hay numerosas investigaciones que abarcan esta problemática, pero las cifras de acoso escolar no disminuyen y la educación emocional tampoco es considerada fundamental en el currículo. Por este motivo, en este Trabajo de Fin de Máster (TFM) se diseñará un proyecto de innovación en el que, desde el punto de vista psicopedagógico, se trabajará la formación al profesorado y a las familias para poder implementar una serie de dinámicas enfocadas al proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación emocional en cualquier centro educativo.

Con este proyecto se pretende favorecer la coordinación escuela-familia, que el alumnado sea capaz de reconocer y de regular sus emociones, de empatizar con los demás y proporcionarles las estrategias necesarias para que aprendan a gestionar los conflictos. En definitiva, el objetivo es prevenir el acoso escolar y favorecer el buen desarrollo de los alumnos en todos sus contextos a través de la educación emocional.

Palabras clave: Educación emocional, acoso escolar, prevención de conflictos, coordinación escuela-familia, formación.

1. INTRODUCCIÓN

Uno de los principales motivos para enlazar la educación emocional y el acoso escolar en este proyecto es la necesidad existente de trabajar y conocer las emociones para buscar soluciones al acoso escolar. Por lo tanto, los aspectos más relevantes a tratar serán la formación impartida al profesorado y a las familias y la importancia de la coordinación entre los agentes implicados. Con respecto al alumnado, también serán conceptos clave el desarrollo de la empatía, la comunicación, el reconocimiento de las emociones propias y ajenas, así como la forma de aprender a gestionarlas y exteriorizarlas para contribuir a erradicar el acoso escolar en los centros.

A tal efecto, el trabajo aquí expuesto comenzará con una justificación sobre la necesidad de dar voz a los niños¹ que sufren acoso escolar y la prioridad de trabajar la educación emocional como un tema transversal en las aulas. Por ello, se basará en la valiosa labor del psicopedagogo, que tendrá la responsabilidad de orientar, asesorar y formar a las familias y a los docentes para lograr la formación integral del alumnado.

Posteriormente, se desarrollará el marco teórico, en el que aparecen el acoso escolar y la educación emocional haciendo referencia a los aspectos más relevantes de cada uno por separado. Después, estos conceptos se trabajarán de forma conjunta y se aplicarán al aula.

A continuación, se expondrá el proyecto de innovación que lleva por título “El color de las emociones”. Este incluirá las áreas de formación al profesorado, formación a las familias, formación a todos los integrantes del proyecto e intervención aplicada al alumnado. Además, se describirán varias actividades propuestas para cada una de estas áreas.

Por otra parte, el proyecto tendrá un hilo conductor que será clave para la formación mencionada, y el objetivo principal se basará en que el alumnado adquiera las competencias emocionales suficientes para colaborar en la formación de otros alumnos. De esta forma, el plan de innovación no tendrá impacto únicamente en un aula, sino que su expansión llegará por medio del alumnado al resto del colegio.

¹En el presente documento, se utilizan de manera inclusiva términos como “el docente”, “el estudiante”, “el profesor”, “el alumno”, “el compañero”, “el padre” y sus respectivos plurales (así como otras palabras equivalentes en el contexto educativo) para referirse a hombres y mujeres.

Esta opción obedece a que no existe acuerdo universal respecto a cómo aludir conjuntamente a ambos sexos en el idioma español, salvo usando “o/a”, “los/las” y otras similares, y ese tipo de fórmulas supone una saturación gráfica que puede dificultar la comprensión de la lectura.

Asimismo, el proyecto será evaluado por todos los agentes implicados en él, con el fin de conocer los resultados de forma exhaustiva. Al margen de esto, se realizará una valoración sobre el trabajo de la familia, del profesorado y del alumnado durante el proceso. Para finalizar, se presentarán las conclusiones obtenidas tras la realización del proyecto, así como una revisión crítica del mismo.

2. JUSTIFICACIÓN

El acoso escolar es descrito por Avilés (2002) como cualquier acto violento que se lleva a cabo de forma reiterada y prolongada en el tiempo hacia uno o más estudiantes, por parte de otro compañero que es apoyado por el silencio del resto del grupo. En este sentido, la problemática del acoso escolar en los centros escolares se empezó a tratar hace, aproximadamente, cincuenta años, por consiguiente, los conflictos que derivan de este asunto han quedado patentes a lo largo del tiempo. Sin embargo, los datos que se manejan al respecto ponen de manifiesto que las intervenciones contra este tipo de violencia no se han traducido en un descenso de las tasas de alumnado víctima de acoso escolar.

Con relación a esto, el estudio de Oñate y Piñuel (2007), basado en el informe Cisneros X, recoge que las tasas de acoso escolar en España son del 23,3%, lo que ubica a este país en el decimoséptimo puesto del ranking mundial. Otros estudios más recientes, como el de la Fundación de Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo (ANAR), que realizaron una investigación desde el año 2009 hasta el año 2015, registraron en este primer año ciento cincuenta y cuatro casos de acoso escolar contrastados por expertos y psicólogos, aumentando hasta quinientos setenta y tres los casos en el último año de investigación. A tenor de estas cifras, resulta preocupante el incremento en la incidencia de este fenómeno, a pesar de los numerosos estudios que se han llevado a cabo para prevenirlo.

Por otro lado, uno de los principales motivos que provocan que la situación continúe agravándose es la falta de medidas suficientes y accesibles para todos los centros. En consecuencia, el trabajo que se muestra a continuación no recoge, únicamente, una bibliografía o una lista de datos estadísticos sobre el impacto del acoso escolar, sino que se trata de un proyecto de innovación en el que se mostrarán soluciones a través la educación emocional, desde el papel del psicopedagogo, mediante la formación al profesorado y a la familia, favoreciendo, así, su coordinación.

En base a lo anterior, este proyecto resulta innovador porque involucra de manera activa a las familias y porque implementa en la formación una serie de asambleas de tarde en las que se trabajará mediante dinámicas, como escenificaciones o la creación de juegos, que promueven la relación y la

colaboración entre los profesionales, los tutores, las familias y el alumnado. Su finalidad es demostrar que la educación emocional tiene numerosos beneficios para todos y que es posible implementarla en el aula, aunque esto suponga una mayor dedicación y un esfuerzo adicional por parte del profesorado y de los especialistas del centro.

3. MARCO TEÓRICO

3.1 EL ACOSO ESCOLAR

3.1.1 Definición, antecedentes y situación actual

El acoso escolar, tal y como indica Bermejo (2011), hace referencia a un tipo concreto de violencia que tiene unas características que lo diferencian de otros tipos de violencia, y que ocurre en un contexto específico, el escolar. En tal sentido, el acoso escolar no se produce de forma puntual, sino que se repite durante un período de tiempo. Generalmente, no hay provocación por parte del alumno que lo sufre, además, las acciones deben poseer intencionalidad, es decir, las acciones deben ser deliberadamente hostiles. Por lo tanto, no toda pelea o insulto se puede catalogar como acoso escolar.

Por otra parte, los primeros estudios acerca del acoso escolar entre jóvenes, llevados a cabo por Olweus (1973), tuvieron lugar en Escandinavia, en la década de los años setenta. Estos estudios se refieren al acoso escolar entre iguales como conductas que realiza un alumno o un grupo de ellos a otro compañero respecto al que existe un desequilibrio de poder. Estas conductas se caracterizan por la persecución, agresión física, moral o psicológica de manera reiterada.

En estas primeras definiciones empiezan a revelarse las características más importantes de este tipo de violencia, que son recogidas por Bermejo (2011). Entre otros aspectos, el autor destaca que el acoso escolar incluye distintos tipos de conductas agresivas que están ocasionadas por un desequilibrio de poder y se manifiestan a lo largo del tiempo.

En virtud de lo anterior, la violencia que se da entre iguales en los centros escolares no puede considerarse una novedad, puesto que ha existido desde siempre, según lo indicado por Bermejo (2011). Sin embargo, ha sido recientemente cuando los medios de comunicación han empezado a hacerse eco de este fenómeno y se han comenzado a realizar estudios concretos sobre la violencia en el contexto escolar.

Con relación a esto, la investigación educativa llevada a cabo en España comenzó a afrontar la problemática y empezaron a surgir las primeras investigaciones. Entre otras, se encuentran las del Centro de Investigación y Docencia Económica (CIDE, 1995), Instituto Nacional de Calidad y Evaluación (INCE, 1997) y Zabalza (1999). También, cabe mencionar el informe realizado por el Defensor del Pueblo (1999), que aborda el fenómeno del acoso escolar y pone de manifiesto esta cuestión por primera vez, anunciando que no solo afecta a la escuela, sino que trasciende a toda la sociedad.

Por otra parte, entre los años 1999-2006 se vio incrementada la violencia en el contexto escolar. Por este motivo, la oficina del Defensor del Pueblo y el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF) estimaron conveniente llevar a cabo un segundo estudio (Defensor del Pueblo, 2007), con el objetivo de conocer el cambio producido con respecto a la violencia en los colegios.

En consecuencia, a partir de ese momento, las administraciones educativas pusieron en marcha diversas actuaciones que, además de ir evolucionando, convirtieron el acoso escolar en un problema de interés comunitario. Según Grañeras y Vázquez (2009), la respuesta ante el acoso consiste en tratarlo de manera preventiva mediante programas que desarrollen diferentes líneas de actuación.

Conforme a lo expuesto, el estudio realizado por Díaz-Aguado (2008) evidencia que, en la actualidad, se trabaja para reducir las conductas agresivas, implantando diversos protocolos para saber cómo actuar ante estos casos.

En cuanto al estado mundial del acoso, haciendo uso de los datos del informe sobre violencia escolar elaborado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2018), y de los datos recogidos por el Instituto Nacional de Fomento Cooperativo (INFOCOP, 2019), uno de cada tres estudiantes ha sufrido acoso por parte de otros compañeros en la escuela durante uno o dos días en el último mes, y el 36% de los estudiantes han estado involucrados en una pelea con otro compañero a lo largo de su etapa académica, siendo el 32,4% atacado físicamente en los últimos años. Además, el acoso sexual es el segundo tipo de acoso escolar más frecuente a nivel mundial y uno de los más comunes en América Central, Oriente Medio y África del Norte.

En definitiva, se han realizado numerosos estudios analizando la problemática del acoso escolar, y todos ellos refrendan la misma idea: la necesidad de trabajar en un protocolo de actuación efectivo para lograr erradicarlo.

3.1.2 Causas, agentes implicados y consecuencias del acoso escolar

El acoso escolar, a pesar de producirse en el mismo contexto, se puede ejercer de diversas formas. Por este motivo, es importante conocer los tipos que existen, así como las causas y sus posibles consecuencias. Siguiendo el estudio de Pedreira, Cuesta, y Bonet (2011), se encuentran los siguientes tipos de acoso escolar:

Agresiones físicas:

- Directas: golpes, empujones, amenazas, intimidaciones...
- Indirectas: ocultar objetos, romperlos o robarlos a un compañero.

Agresiones verbales:

- Directas: faltas de respeto, burlas y humillaciones.
- Indirectas: propagar comentarios negativos sobre la víctima, enviar notas amenazantes, divulgar bulos...

Agresiones relacionales (exclusión social):

- Directas: evitar a la víctima en el recreo, negarle su participación en actividades ...
- Indirectas: no dirigirle la palabra, mostrar indiferencia ante su presencia.

Agresiones psicológicas:

- Son ataques psicológicos, como chantajes y amenazas, que atacan a su autoestima.

Ciberacoso:

- Citado por Ternero, Leiva y Rodríguez (2016), consiste en el uso de Internet para perpetrar acoso psicológico entre compañeros.

Al margen de lo anterior, el Informe Cisneros X (2007) muestra que las víctimas que alguna vez han sufrido acoso escolar y no han sido correctamente atendidas, tienen un riesgo cuatro veces mayor de padecer estrés postraumático y ansiedad grave. La ideación de suicidio en estos niños es cinco veces mayor, además, la violencia psicológica ejercida mediante burlas y la exclusión a la víctima son las

que más incrementan este riesgo, aunque, la agresión verbal y el aislamiento social suelen ser las dos formas de agresión más comunes entre jóvenes.

Respecto a las personas involucradas en el acoso escolar, siguiendo las indicaciones de Smith, Talamendi, Cowie, Naylor y Chauhan (2004), hay que distinguir dos clases posibles de víctima. Por un lado, la víctima pasiva, que no suele tener apoyo entre los integrantes de su clase, sufre aislamiento social y presenta carencias significativas en sus habilidades sociales y de comunicación. Normalmente, son personas muy poco asertivas que suelen reflejar una conducta, como su nombre indica, pasiva e incluso sumisa; temen las situaciones violentas, poseen una autoestima muy baja y se muestran como personas vulnerables, nerviosas e inseguras. Con frecuencia, se consideran responsables de la situación de violencia de la que son víctimas y procuran silenciar esta situación. Diaz-Aguado (2005) considera, en este caso, que, probablemente, la víctima siente más vergüenza ante estas situaciones que los propios agresores.

Por otro lado, se encuentra la víctima activa. De igual forma que la víctima pasiva, tampoco suele contar con apoyos en su grupo, por lo que, sufren de aislamiento social. Presentan una gran impopularidad entre sus compañeros, de modo que, suelen mostrarse como estudiantes discriminados o rechazados por los demás. La víctima activa acostumbra a reaccionar de forma violenta e impulsiva ante las agresiones, así como ante otros estímulos, al contrario que la víctima pasiva, y no son capaces de hallar la conducta apropiada para solucionar el conflicto. Con respecto a este tipo de víctimas, Diaz-Aguado (2005) menciona que, en muchas ocasiones, también son calificadas como “Víctima provocadora”.

Al margen de lo anterior, como indica Górriz (2009) al referirse al rol del agresor, se pueden diferenciar dos tipos diferentes de agresores. En primer lugar, el “Agresor dominante o líder”; en este grupo se encuentran los estudiantes que inician la agresión en las situaciones de acoso escolar, y se caracterizan por su baja autoestima. En segundo lugar, el “Agresor seguidor o reforzador”. En este caso, los alumnos no inician el ataque, pero se unen al líder y participan animando a los agresores.

A parte de esto, Quintana, Montgomery y Malaver (2009) mencionan que se pueden encontrar dos tipos de espectadores: los espectadores “Prosociales” y los espectadores “Indiferentes”. Respecto a los primeros, son estudiantes que intentan ayudar a la víctima y se enfrentan al compañero que está lastimando a otro. Por otro lado, los espectadores “indiferentes” son estudiantes que no se implican en la situación; suelen conocer los hechos, pero deciden no intervenir.

En relación a los motivos que inducen al acoso escolar, estos son numerosos y complejos. Generalmente, entre las causas que provocan este fenómeno se encuentran las de origen personal, escolar y familiar, atendiendo al entorno en el que se producen.

Respecto a las causas de origen familiar, según lo recogido por Enríquez y Velásquez (2015), se refieren a la presencia de tutores legales violentos o a la ausencia de estos. Otros elementos que pueden contribuir a que los niños adquieran actitudes agresivas con sus compañeros son las tensiones matrimoniales o los divorcios, junto a la situación socioeconómica en la que se encuentran.

Asimismo, Avilés (2006) señala que los medios de comunicación, sobre todo, la televisión, exhiben constantemente la violencia, tanto real (a través de las noticias) como ficticia (películas). Por este motivo, es considerada una de las causas más comunes que promueven conductas violentas en niños y adolescentes, ya que, lo observado en la televisión influye directamente en su comportamiento. El riesgo principal de los medios de comunicación es que propician que la violencia sea considerada como algo cotidiano y frecuente.

Por otro lado, según los datos recogidos por INFOCOP (2019) y UNESCO (2018) en relación con las causas personales, hay diversos factores que influyen en la existencia del acoso. La primera causa es la apariencia física, ya que, a nivel mundial, cerca del 16% de los estudiantes que han sufrido acoso han recibido burlas por la apariencia de su cuerpo y su rostro. La segunda razón más frecuente es la raza y la nacionalidad. El tercer motivo que hace aumentar el riesgo de acoso escolar es hallarse en situación de desventaja socioeconómica. En cuarto lugar, se encuentran los estudiantes inmigrantes.

Por último, el ambiente escolar es otro elemento que suscita la aparición de acoso. A colación de estos datos, existen estudios que indican que el número de estudiantes que sufren de acoso frecuente es un 7% mayor en los centros escolares con un mal ambiente disciplinario en el aula que en las escuelas con un buen clima. Los datos proporcionados por la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) también ponen de manifiesto que el acoso escolar es un 12% más alto en los centros educativos donde los estudiantes afirman que sufren un trato injusto por parte de sus profesores (INFOCOP, 2019). Igualmente, otra de las causas que provocan situaciones de acoso, según indica Moya (2004), es el sexismo, que está fundamentado en creencias erróneas basadas en prejuicios que provocan situaciones de discriminación hacia las mujeres.

Con respecto a las consecuencias del acoso, INFOCOP (2019) y UNESCO (2018) refieren que los niños que son acosados tienen, aproximadamente, el triple de posibilidades de informar que se sienten

incómodos en la escuela en comparación a los que no son acosados, y se duplica la probabilidad de faltar a la escuela de forma habitual. Además, los resultados académicos son más bajos para los niños que no sufren acoso.

Por otro lado, la salud física y mental, así como el bienestar de los niños, se ven afectados negativamente, pues el acoso escolar tiene un impacto significativo en su calidad de vida. Según INFOCOP (2019), aquellos que lo sufren tienen el doble de probabilidades de sentirse solos, de tener problemas para conciliar el sueño y revelan haberse planteado el suicidio.

En este sentido, el Informe del Defensor del Pueblo (1999) destaca que los estudiantes presentan comportamientos agresivos después de observar un episodio de agresión, es decir, se origina un contagio social que inhibe la ayuda e incluso favorece la participación intimidatoria en el desarrollo de la violencia entre compañeros. Olweus (1973) entiende esta falta de ayuda a las víctimas por parte del resto de compañeros como el resultado de la influencia que tienen los acosadores sobre ellos. El motivo que impide ayudar y actuar en consecuencia es el miedo a ser incluido en el grupo de la víctima y a convertirse en otro objetivo más de agresiones.

Por esa razón, el papel de los docentes, también como espectadores, es fundamental para evitar las situaciones de acoso escolar que puedan tener lugar en el aula. Una actitud pasiva por parte del profesorado será entendida como una vía libre para los agresores, que podrán asumir el control y dominar o agredir a los compañeros.

3.1.3 Signos para detectar el acoso escolar

Evidentemente, los alumnos que son víctimas de acoso escolar no se comportan en su día a día de la misma forma que los niños que no lo sufren. Por ello, es necesario reconocer las señales para saber si algún compañero, familiar o conocido puede estar padeciendo acoso escolar. Pedreira y sus colaboradores (2011) citan alguno de ellos y afirman que, entre estos signos, se encuentran los siguientes: las somatizaciones (pide que lo recojan de la escuela, se encuentra mal por las mañanas, suele tener dolores de cabeza); los cambios de hábitos (necesita que lo lleven al colegio para no ir solo o no quiere ir a la escuela, se niega a salir con sus amigos); las variaciones de actitud hacia las tareas escolares (baja el rendimiento académico); los cambios de carácter (suele aislarse, cambia su carácter y se vuelve más introvertido, inseguro y angustiado); las alteraciones del apetito y el sueño (deja de tener apetito o vuelve a casa sin comer porque le han quitado el desayuno, habitualmente tiene pesadillas o se despierta a media noche).

En cualquier caso, la familia puede identificar sin dificultad esta sintomatología, ya sea porque el niño les confíe su situación o porque observen pruebas evidentes de acoso, por ejemplo, vuelve a casa con la ropa rasgada o el material escolar roto, tiene moratones inexplicables, evita contar qué le pasa o, en el peor de los casos, puede incluso idear o realizar intentos de suicidio.

Así pues, el papel de la familia es crucial en la detección de este problema, puesto que, con frecuencia, las víctimas de acoso escolar no dan a conocer los hechos por temor a las consecuencias, o porque consideran un acto de cobardía su incapacidad para defenderse. Por tanto, es de vital importancia que reciban la información necesaria para reconocer y atajar esta forma de maltrato.

3.1.4 Prevención del acoso escolar mediante la educación emocional y las habilidades sociales

Básicamente, la educación emocional trata de ayudar a las personas a descubrir, manifestar y controlar sus emociones. Su importancia es tal, que saber gestionar las emociones se convierte en un factor de protección contra el acoso escolar (Muñoz, 2017). En lo referente a este asunto, son muchos los autores que se interesan en profundizar en la educación emocional. Por ejemplo, Bisquerra (2000) la define como un proceso educativo, constante y permanente, cuya finalidad es promover el desarrollo emocional para que sea entendido como un elemento fundamental para complementar los conocimientos adquiridos en la escuela y, así, favorecer el desarrollo de la personalidad integral.

En función de esto, las metas a conseguir en toda educación que trabaje las emociones, de acuerdo con Bisquerra (2010), han de ser, entre otras, llegar a conocer las propias emociones; reconocer las emociones de otras personas; saber nombrar correctamente cada emoción; aprender a regular las propias emociones; aumentar el umbral de tolerancia a la frustración; ser capaz de automotivarse y generar emociones y actitudes positivas.

De este modo, trabajando la educación emocional, el alumnado aprenderá a tomar conciencia de las emociones que siente y por qué las siente, a adquirir habilidades de afrontamiento, a tomar decisiones responsables y, especialmente, a desarrollar actitudes alternativas a la agresión, así como a prevenir y/o gestionar conflictos. Por eso, es esencial que los centros educativos proporcionen las herramientas emocionales necesarias para que el alumnado pueda desenvolverse de manera satisfactoria en su vida.

3.2. LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

3.2.1 Integración de la educación emocional en el sistema educativo

La interacción social se inicia a partir de la primera infancia, sin embargo, el avance de las habilidades sociales no evoluciona por igual en todas las personas. Por tanto, el sistema educativo tiene una función imprescindible: garantizar que los alumnos se conviertan en personas competentes emocionalmente.

Sin duda, trabajar la educación emocional y las habilidades sociales a lo largo de la etapa escolar favorece, también, la reducción de los problemas de relación con otros compañeros, así como la agresividad o el aislamiento. Por su parte, Collel (2003) sostiene que estos factores provocan, habitualmente, una baja motivación y aumentan el riesgo del fracaso escolar.

Así pues, resulta fundamental conocer la importancia de trabajar las emociones en los niños y su integración en casa y en el sistema educativo, con el fin de que se dedique más tiempo a desarrollar estas áreas en los colegios. Por este motivo, es preciso encontrar un equilibrio entre los elementos curriculares y la educación emocional. Delors (1998) sostenía que era primordial incluirla en el currículo, pues tiene carácter preventivo, ya que, muchas dificultades de aprendizaje tienen su origen en el contexto emocional.

A tal efecto, para la integración de la educación emocional en el sistema educativo se requieren docentes comprometidos y bien formados en esta área, junto con la implicación de las familias, ya que, de acuerdo con López (2018), una participación errónea de la escuela o de las familias limitaría el progreso del alumnado. Por lo tanto, la educación emocional tendría que ser entendida por todos como una competencia básica para la vida que hay que trabajar en todos los ámbitos.

3.2.2 Las emociones del alumnado en edad escolar

El principio de la etapa escolar determina el comienzo de la comprensión de uno mismo, que evoluciona gracias al desarrollo de las competencias lingüísticas y a la interiorización del lenguaje. De igual forma, esta etapa implica un incremento de las relaciones sociales y, a su vez, la formación del autoconcepto. García (2013) considera que el autoconcepto está estrechamente ligado a lo que las personas creen que los demás piensan sobre ellos. De acuerdo con Castillo (2003), cuando los niños se incorporan a contextos diferentes al familiar, como puede ser el colegio, intentan encontrar a otras

personas de las que obtener más información sobre sí mismos.

En relación con lo anterior, al inicio de la niñez la autoestima es bastante elevada, luego, disminuye levemente en los primeros años de colegio. Es imprescindible cuidar los escenarios en los que se mueven los niños y la retroalimentación que reciben de los adultos más allegados, pues en esta etapa adquieren una especial importancia las comparaciones sociales con los demás (Rosas, Abarca y Galindo, 2016). Generalmente, en el cambio de etapa de primaria a secundaria la autoestima tiende a disminuir.

Por otra parte, en la evolución emocional de los alumnos también repercute la autoeficacia percibida, es decir, la interpretación subjetiva de la capacidad que se tiene para la ejecución de una labor determinada (Castillo, 2003). En este caso, si el alumnado se enfrenta a tareas con una dificultad descomulgada, entonces, los niños se desmotivan. Para que la motivación se mantenga estable y alta, las tareas han de suponer para ellos un reto, pero siempre accesible. De esta forma, podrán lograr su propósito con esfuerzo y dedicación.

En tal sentido, si los niños crecen experimentando que el logro de sus objetivos va acompañado de sentimientos positivos, como puede ser la retroalimentación favorable que les aportan personas significativas para ellos, entonces, tienen más posibilidades de desarrollar un estilo de vida optimista que les ayudará en el futuro a enfrentarse a las situaciones difíciles con la capacidad suficiente para solucionar los problemas. De hecho, como afirma García-Flores (2005), se ha comprobado que el esfuerzo realizado en las tareas y el grado de autoestima del alumnado están directamente relacionados.

Al margen de lo anterior, según Castillo (2003), existen diversas investigaciones que afirman que el período en el que se producen avances significativos en la empatía, particularmente, respecto a los problemas ajenos, es durante preescolar y primaria. Además, señala que en esta etapa es cuando comienza a desarrollarse la facultad para comprender que existe la posibilidad de tener sentimientos opuestos entre sí durante una misma situación, y esta capacidad es esencial para el desarrollo adecuado de las relaciones afectivas estables.

Conforme a lo dicho, a medida que pasa el tiempo, los niños mejoran sus habilidades para afrontar situaciones estresantes a través de estrategias de resolución de conflictos o de búsquedas de apoyo. Durante la adolescencia, elementos como el autoconcepto, la empatía o la capacidad para afrontar situaciones adversas terminan de culminar. No obstante, es importante cuidar su autoestima y evitar

que disfracen sus emociones, ayudándoles a comprender que son necesarias para las relaciones sociales.

3.2.3 Competencias emocionales

Las competencias emocionales fueron definidas por Bisquerra y Escoda (2007) como “la capacidad de movilizar adecuadamente el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” (p.62).

Asimismo, Mestré, Guil y Brackett (2008) afirman que es esencial promover la adquisición de las competencias emocionales en el aula para lograr el desarrollo de la inteligencia emocional, que contempla aspectos como la identificación, expresión, comprensión y regulación de los estados emocionales de uno mismo y de los demás para resolver problemas.

Como se puede observar, es un término bastante amplio que abarca conceptos fundamentales para la estabilidad emocional del ser humano, entre ellos, la conciencia o capacidad de reconocer lo que siente uno mismo y lo que sienten los demás. Esto no implica encontrarse en un estado de felicidad permanente, sino disponer de recursos para hacer frente a las situaciones adversas de forma equilibrada, sin causar sufrimiento a otras personas o a uno mismo. Por lo tanto, este tipo de educación no solo beneficia a los niños durante la etapa escolar, sino a lo largo de toda su vida.

En lo referente a la conciencia emocional, Rieffe, Oosterveld, Miers, Terwogt, y Ly (2008) la describen como un proceso que se centra en la atención y que ayuda a distinguir las emociones y a localizar sus antecedentes. Además, engloba aspectos vinculados a la actitud, por ejemplo, el modo en que se detectan las vivencias y los cambios emocionales en uno mismo y en los demás. Asimismo, la conciencia emocional incluye otros factores, tales como la forma de expresar las emociones y el respeto hacia las emociones de los demás.

Aparte de esto, después de adquirir la conciencia emocional, es necesario comenzar a regular las propias emociones. La regulación emocional se entiende como el uso de técnicas que las personas utilizan para controlar la intensidad, la duración y la expresión de las vivencias emocionales que poseen (Cole, Martin y Dennis, 2004). A este respecto, como afirman Gross y Thompson (2007), las estrategias de regulación emocional utilizadas no pueden considerarse buenas o malas, pero se ha verificado que utilizar estas estrategias frecuentemente tiene resultados positivos, tanto sociales como afectivos, para el alumnado.

Ahondando en el tema de la educación emocional, cabe señalar, también, el término de autonomía emocional, dado que, no siempre habrá alguien conduciendo el proceso y, menos aún, tratándose de emociones que de forma inevitable se están experimentando durante todo el día. Por lo tanto, este concepto resulta primordial para el adecuado progreso y aprendizaje de la educación emocional.

Conforme a lo anterior, según Rodríguez (2013), la autonomía emocional se refiere a la facultad de uno mismo para sentir, pensar y decidir, así como a la capacidad para asumir las consecuencias de los propios actos, es decir, la responsabilidad. Según las palabras de Noom, Dekovic y Meeus (2001), es un estado afectivo que se caracteriza por la gestión de las emociones y por la seguridad mostrada al tomar decisiones.

3.3. EL PAPEL DE LAS FAMILIAS EN EL ORIGEN DEL ACOSO ESCOLAR Y DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Anteriormente, se ha señalado la importancia del papel de las familias en la educación emocional, y es que, su participación es un elemento fundamental para el buen desarrollo del alumnado. De hecho, uno de los principales factores de riesgo del acoso escolar, de acuerdo con Castro (2011), es el aislamiento de la familia con relación a otras esferas de la sociedad en las que los niños se relacionan, ya que, a través de la familia se adoptan los primeros modelos de comportamiento, siendo estos de gran influencia para el resto de las relaciones que establecen con su entorno.

Respecto a la contribución de la familia en la escuela, Jordan (2009) diferencia entre dos tipos de participación. En primer lugar, menciona la participación “de baja intensidad”, que hace referencia a la implicación en el aprendizaje. Así pues, esta participación se basa en el apoyo a la tarea docente. Por otro lado, destaca la participación “de más nivel” en la que, además de comprometerse con las tareas de sus hijos, también se implican en la gestión del centro.

No obstante, continúa habiendo familias que no pueden situarse en ninguno de estos dos tipos de participación mencionados, debido a que deciden desvincularse de la escuela. Estas familias muestran, habitualmente, una evidente falta de interés y de confianza en el profesorado. De hecho, la violencia y las causas de conducta disruptiva son factores bastante comunes dentro de ese entorno.

Por consiguiente, según Castro (2011), favorecer la comunicación entre la escuela y la familia es una de las formas más efectivas para prevenir el acoso escolar en las aulas, así como implantar programas de mediación y resolución de conflictos. Bisquerra (2014) también señala la importancia de llevar a

cabo una metodología que promueva el aprendizaje colaborativo y el trabajo en equipo y que facilite la puesta en marcha de un sistema de ayuda entre iguales.

3.4. LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL COMO MEDIDA DE PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

Los alumnos que son capaces de gestionar sus emociones y que pueden canalizar sus frustraciones, serán capaces de enfrentarse a situaciones de maltrato, tanto si la sufren ellos mismos como si son espectadores. De acuerdo con las palabras de Muñoz (2017), uno de los problemas determinantes del acoso escolar se vincula con la escasa capacidad para comprender las emociones ajenas, lo que supone no ser conscientes de la repercusión que pueden tener sobre la víctima. Por este motivo, la educación emocional es una herramienta efectiva para reducir los porcentajes de acoso escolar, ya que, ofrece a los niños la oportunidad de aprender a reconocer sus emociones y regularlas, aparte de facilitarles estrategias para responder de forma correcta ante situaciones complejas, como la violencia en los centros.

De acuerdo con lo citado por Muñoz (2017), es imprescindible que la educación emocional sea tomada en cuenta para la prevención de la violencia en la escuela, puesto que, se trata de un problema alarmante que no se ha logrado erradicar.

Igualmente, el Informe Delors (1998) destaca que la educación emocional es un complemento primordial y efectivo para el buen desarrollo cognitivo del alumnado y un elemento necesario para la prevención de actitudes violentas, ya que, la mayoría de los problemas se originan en el ámbito emocional. En este sentido, como señala Bisquerra (2015), las actuaciones dirigidas a prevenir el acoso escolar de manera eficaz han de realizarse teniendo en cuenta la perspectiva emocional.

3.5 INTERVENCIONES ACTUALES PARA TRABAJAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA

Indudablemente, la formación permanente del profesorado es uno de los instrumentos más poderosos para favorecer una educación de calidad en todas las etapas –infantil, primaria, secundaria, superior y profesional– (Forteza, 2011). Por ende, para alcanzar este objetivo es necesario que los docentes continúen reinventándose y formándose.

Con relación a esta idea, la educación emocional se puede impartir empleando diversas metodologías

que han surgido recientemente. Entre otras, se encuentran las metodologías vivenciales y participativas o las que contemplan actividades que favorecen la introspección o el autoanálisis. En esta línea, Pérez y Filella (2019) indican diversas formas de poner en práctica estas metodologías que fomentan la educación emocional, a la vez que se trabajan los contenidos curriculares. Entre ellos, destacan el role-playing, los grupos de discusión, la dramatización, promover el debate en clase, la clarificación de valores, las asambleas, etc.

Entre los programas realizados, cabe destacar el de Bisquerra y Escoda (2007), que consiste en la implementación de un programa de intervención cuya finalidad es trabajar las competencias emocionales a través de diversas actividades aplicadas por el tutor en el aula. En él, se llevan a cabo la formación en técnicas de relajación y de resolución de conflictos, la enseñanza de vocabulario emocional y las habilidades necesarias para desarrollar la asertividad y la empatía.

De acuerdo con lo anterior, el adulto debe autenticar las emociones de las personas implicadas, permitir que se expresen libremente y favorecer un clima de confianza en el que se puedan regular adecuadamente las emociones menos agradables, así como potenciar las emociones positivas. Pérez y Filella (2019) manifiestan la importancia de aprovechar las situaciones cotidianas que se dan en la escuela para poder analizarlas y promover la comprensión emocional.

Por lo que se refiere a los recursos didácticos y dinámicas más adecuados, Pérez y Filella, (2019) destacan “las imágenes, fotografías, canciones, cuentos, juegos, vídeos, objetos familiares o extraños, títeres, noticias de prensa, imaginación emocional, dibujos, casos simulados, libros y actividades de relajación” (p.39).

Sin embargo, aunque existen numerosas tácticas eficaces para promover la educación emocional en la escuela, se siguen dando unas cifras muy elevadas de violencia y acoso escolar en los centros, así como una evidente falta de medios. Por lo tanto, el problema no es tanto la investigación de métodos para llevarla a cabo, sino la puesta en práctica por parte de los centros y la formación del profesorado para desarrollarlos de forma efectiva.

3.6 MARCO LEGISLATIVO

Afortunadamente, la legislación ha ido evolucionando a lo largo del tiempo y, actualmente, se otorga especial importancia a la educación emocional. En concreto, la ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, de forma

abreviada LOMLOE, pone de manifiesto en el artículo 19 que se dedicará especial atención a la educación emocional y en valores, así como a la potenciación del aprendizaje significativo para el desarrollo de las competencias transversales que promuevan la autonomía y la reflexión. Además, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad se trabajarán en todas las materias.

A este respecto, el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero (R.D., 2014), por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, en el Anexo I, que recoge las asignaturas troncales, destaca que el currículo básico se ha formulado partiendo del desarrollo cognitivo y emocional en el que se encuentra el alumnado de esta etapa.

Al mismo tiempo, dentro de los criterios de evaluación de las distintas áreas se destaca la importancia de la expresión de sensaciones y emociones, aparte de la consideración con los sentimientos de los demás.

Por otra parte, también el Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, garantiza el derecho de todo el alumnado a alcanzar el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional en función de sus características y posibilidades, para aprender a ser competente y vivir en una sociedad diversa en continuo proceso de cambio. Asimismo, vienen recogidos aspectos importantes relacionados con la educación emocional y que favorecen su desarrollo. Entre ellos, se encuentra el área de valores sociales y cívicos, cuyos bloques de contenidos hacen hincapié en la comprensión y el respeto en las relaciones interpersonales, así como en la buena convivencia.

En definitiva, la legislación vigente respalda la educación emocional y contribuye a que todos los centros la gestionen de forma transversal. Por lo tanto, ahora que se le concede la importancia que merece, resulta fundamental proporcionar las herramientas necesarias a los profesionales implicados para que sean competentes emocionalmente y puedan impartir una educación emocional de calidad.

Finalmente, después de hacer un breve recorrido por la teoría que fundamenta la importancia de trabajar la educación emocional en los centros y sus beneficios en la prevención del acoso escolar, además de mencionar la ley que ampara su desarrollo en las aulas, se expondrá un proyecto de innovación que integra formación, dinámicas y actividades, tanto para los docentes como para las familias, con el fin de promover el buen desarrollo emocional del alumnado y reducir, así, los índices de acoso escolar en los centros donde se lleve a cabo.

4. PROYECTO DE INNOVACIÓN

4.1. DESCRIPCIÓN DEL CENTRO Y MUESTRA

El proyecto de innovación “El color de las emociones” expuesto a continuación, estará diseñado para implementarlo en cualquier centro en el que se imparta Educación Primaria y se detecte la necesidad de llevarlo a cabo, ya sea por la escasa formación en educación emocional que presenta o por la incorrecta gestión de la resolución de conflictos, lo que provoca un aumento en los casos de violencia y acoso escolar. No obstante, se expondrán un centro y una muestra hipotéticos, a modo ilustrativo, con el fin de transmitir una visión realista del diseño.

Así pues, el centro elegido para la realización de este proyecto será un CEIP situado en la zona sur de Málaga, en uno de los distritos más expansivos de la ciudad debido a los altos niveles de inmigración existentes. Estará compuesto por dos edificios: uno destinado a Educación Infantil, que dispondrá de ocho unidades, y otro para Educación Primaria, donde se contará con quince unidades más para el Aula Específica, de Audición y Lenguaje y de Pedagogía Terapéutica.

Además, el alumnado de este colegio, con necesidades de compensación educativa, se caracteriza por encontrarse en una situación social en desventaja por diversos motivos:

- Ubicación del hogar en entornos socioeconómicos bajos o medios-bajos.
- Algunos de ellos pertenecen a minorías culturales y grupos puntuales de inmigrantes.
- Las conductas disruptivas son cada vez más habituales, tanto en casa como en el centro.
- Dificultades de inserción social y educativa.

En base a estos datos, se ha optado por introducir la educación emocional en este centro hipotético, ya que, según las palabras de Jiménez (2005), las personas que son víctimas de exclusión social no son tenidas en cuenta, habitualmente, para la toma de decisiones importantes e incluso se les considera incapaces de adaptarse a la sociedad. Por este motivo, su futuro y sus proyectos de vida resultan inciertos. Esto, en la mayoría de los casos, los lleva a tomar la delincuencia como una alternativa que soluciona de forma inmediata sus necesidades. Por lo tanto, también es necesario educar las emociones y la conducta para evitar la delincuencia y la violencia.

En consecuencia, este proyecto contemplará una serie de medidas enfocadas a reducir el nivel de conducta disruptiva del alumnado. Por otra parte, ofrecerá la oportunidad de que las familias

colaboren de forma conjunta; teniendo en cuenta la situación social en la que se encuentran, será beneficioso para ellos formar parte de un grupo y trabajar por un objetivo común junto al resto de familias y profesionales.

En este caso, la muestra hipotética elegida será un grupo de 6º curso de Educación Primaria, cuyas edades estarán comprendidas entre los once y los trece años. El grupo estará compuesto por veintidós alumnos en total, de los cuales, doce serán niñas y diez serán niños. En el aula habrá dos alumnos repetidores, un alumno con conducta disruptiva y una niña con discapacidad visual moderada. En ambos casos, la realización de las diferentes actividades permitirá atender a las exigencias reales de estos alumnos, así como a las necesidades de los demás compañeros. Finalmente, serán cuarenta y cinco el total de personas que integrarán esta propuesta de innovación, entre ellos, veintidós alumnos, un familiar de cada alumno y el tutor de la clase.

De esta manera, el proyecto “El color de las emociones” se diseñará atendiendo a las carencias del contexto hipotético que se presenta, si bien, será factible llevarlo a cabo en cualquier otro contexto real, considerando las necesidades de todos los alumnos. En este sentido, cabe resaltar la importancia de que la atención a la diversidad esté presente en todos los ámbitos educativos y forme parte de los planes de innovación pedagógicos.

Al margen de lo anterior, este proyecto se considera innovador por el carácter transversal de la formación que ofrecerá y por la participación de las familias durante todo el proceso. Esto implicará trabajar la educación emocional a nivel de grupo, en todas las áreas y en todos los contextos, con el fin de transmitir la trascendencia de aplicar los conocimientos adquiridos a su vida cotidiana.

Con relación al proyecto, será necesario marcar ciertas pautas antes de ponerlo en marcha. En primer lugar, se concertará una cita con el director para comunicarle la iniciativa del proyecto de innovación y para acceder a la normativa específica del centro. Después, se realizará un análisis de las necesidades del grupo elegido, del alumnado y del tutor. También, habrá que analizar los recursos de los que dispone el aula y el centro, tanto materiales como de espacio, y la temporalización que haya marcado el tutor, para incluir en esta las actividades transversales.

Por otro lado, se convocará una reunión con la familia, al objeto de tener en cuenta sus carencias, su disponibilidad y el grado de colaboración que muestran en el desarrollo de dicho proyecto. Este proceso será fundamental para adaptar las actividades, la metodología, la temporalización y los recursos a las necesidades existentes, con el fin de que este proyecto sea eficiente y útil para todas las

personas que intervienen en él.

4.2 OBJETIVOS

4.2.1 Objetivo General

El objetivo general consistirá en diseñar un proyecto de innovación dirigido a alumnos de 6º curso de Educación Primaria para prevenir el acoso escolar a través de la educación emocional.

4.2.2 Objetivos Específicos

Los objetivos específicos serán los siguientes:

- Formar a los docentes para optimizar sus aptitudes en cuanto a la enseñanza de la educación emocional.
- Instruir a las familias para que trabajen con sus hijos la educación emocional desde casa, a través de la coordinación con la escuela.
- Diseñar actividades para que el alumnado reconozca sus emociones y las de los demás.
- Concienciar al alumnado sobre la gravedad de dañar a sus compañeros.
- Trabajar las emociones y la empatía de forma transversal.
- Fomentar un clima colaborativo en la escuela.
- Desarrollar estrategias para transmitir a otros compañeros el aprendizaje adquirido.
- Gestionar la resolución pacífica de conflictos.
- Involucrar a las familias en el trabajo del centro.
- Evaluar el proyecto y la participación de cada agente implicado en este.

4.3 FASES DEL PROYECTO: “EL COLOR DE LAS EMOCIONES”

Principalmente, la iniciativa consiste en llevar a cabo un proyecto para la prevención del acoso escolar a través de la formación en educación emocional en un 6º curso de Educación Primaria. Para ello, se trabajará con el profesorado, con el alumnado y con las familias. Además, cada trimestre se celebrarán dos sesiones de tarde en la que todas las partes implicadas realizarán actividades en la sala de actos del centro. Estas sesiones permitirán observar el funcionamiento del proyecto, así como unificar el aprendizaje de todos los participantes. Entre otros aspectos, se intentará trasladar al alumnado que el

concepto de educación emocional no significa, únicamente, realizar diversas actividades en el colegio, sino que se trata de un comportamiento que han de extrapolar a todos los ámbitos de la vida.

Básicamente, el proyecto consistirá en realizar sesiones de formación en educación emocional dirigidas al profesorado, a las familias y al alumnado, procurando unificar los contextos de escuela y hogar mediante sesiones de tarde en las que podrán participar todos. En este caso, la tarea del psicopedagogo será fundamental para conseguir un aprendizaje significativo por parte del alumnado, la motivación del profesorado y la colaboración de las familias. Por lo tanto, el proyecto se dividirá en dos fases bien definidas que se desarrollarán de forma simultánea en el tiempo: la fase de formación y la fase de intervención aplicada al alumnado.

La primera, llamada “Fase de formación”, se centrará en el aprendizaje del profesorado, de las familias y de todos los implicados en el proceso durante las sesiones de tarde, en las que se ofrecerá la información necesaria sobre el proyecto y se explicará la relevancia de estas reuniones para poder llevarlo a cabo. Además, se planificarán diversas actividades cuya consecución va a favorecer el éxito de esta propuesta. En cuanto a la formación de las familias, durante las asambleas se mostrarán las actividades pertinentes para el desarrollo del proyecto. En cambio, al profesorado se le propondrán, únicamente, una serie de directrices que servirán de prototipo a partir del que podrán crear sus propias actividades, en base a las necesidades que manifieste el alumnado a lo largo del curso.

En la segunda fase, denominada “Intervención aplicada al alumnado”, los estudiantes serán los únicos protagonistas. El proceso constará de tres productos finales, que se explicarán con detalle posteriormente. Estos son, a grandes rasgos: el uso del “Recipiente de las emociones”, que será el hilo conductor del proyecto, la “Exposición” a otras clases de los conocimientos adquiridos y, por último, la dinámica “Mediadores de recreo”, que los alumnos complementarán con la elaboración de un vídeo enfocado a concienciar a otros compañeros sobre la importancia de la educación emocional. Las actividades de ambas fases se repartirán por trimestres, y serán necesarias para que el impacto de este plan de innovación no solo se proyecte en el aula, sino que trascienda al resto de los alumnos del colegio.

Como se ha mencionado anteriormente, la fase de formación será fundamental para poder llevar a cabo las dinámicas planteadas y para adquirir los conocimientos necesarios en educación emocional, que constituirán un aprendizaje significativo para todos los que participen en esta propuesta de innovación. Así pues, ambas fases se complementarán y serán igual de importantes para la consolidación del proyecto.

4.3.1 Formación al profesorado

En primer lugar, para que el proyecto se ejecute de forma eficiente, se impartirá la formación al profesorado. Con el fin de que esta formación sea más ilustrativa, se realizará una presentación que acompañará al discurso para facilitar su comprensión. Esta presentación se puede encontrar en el Anexo I y estará dividida en tres partes. La primera, se centrará en subrayar la importancia de la educación emocional para lograr erradicar el acoso escolar de los centros. En segundo lugar, se presentará el proyecto de innovación, su finalidad, los participantes, las reuniones que se celebrarán y los objetivos marcados para cada trimestre. Por último, se propondrá una batería de actividades tipo que permitirá a los integrantes del proyecto trabajar la educación emocional en las aulas.

Hay que destacar la repercusión de esta parte del proyecto, ya que, el tutor del grupo será el encargado de implementarlo en clase.

Posteriormente, una vez finalizado el proceso de formación, se procederá a establecer las normas por las que se regirán los participantes del proyecto. La constitución de estas reglas contará con el consenso de todo el grupo y, una vez redactadas, cada integrante deberá asumir la responsabilidad individual de cumplirlas.

A continuación, se muestran las actividades que se propondrán al profesorado para su puesta en práctica en el aula. En todas ellas, se cederá el turno de palabra a otro compañero pasándole una pelota que estará en poder del alumno que está hablando, para evitar interrupciones.

Actividad 1: “La escala de las emociones”

En esta actividad se les plantearán a los alumnos diversos casos hipotéticos en los que tendrán que indicar la emoción que sentirían en cada momento y la intensidad de esta emoción en una escala del uno al diez. Para ello, completarán la tabla que se muestra a continuación:

SITUACIÓN	EMOCIÓN	INTENSIDAD
Dos compañeros se están peleando.		

Estás viendo una película de fantasmas.		
Alguien te ha llamado tonto.		
Hoy, tu mejor amigo está serio y no sonríe.		
Obtienes un 6 en un examen.		
Cenas tu comida favorita.		

Actividad 2: “Aprendo a decir no”

Para la realizaci3n de esta actividad, los alumnos tendrán que pensar una situaci3n en la que les habr a gustado decir “no”, pero no lo hicieron. Es importante que argumenten su respuesta.

Actividad 3: “Adivina su emoci3n”

En este caso, los alumnos tendrán que expresar c3mo creen que se sentir an otras personas ante las siguientes situaciones:

- No has invitado a tu amigo a tu fiesta de cumplea3nos.
- Pierdes la bicicleta de tu hermano.
- Regalas a tu madre una flor.
- Has ayudado a tu hermana con sus tareas.
- Ignoras a tu padre cuando te habla.

Actividad 4: “Reflexiono sobre mis actos”

Esta actividad consiste en explicar c3mo habr a actuado el alumno en los siguientes casos:

- a) Tienes que estudiar y tus amigos intentan convencerte para que salgas a jugar.
- b) Estás en casa de un amigo y te ofrece tabaco que ha cogido a escondidas.
- c) Coges sin permiso un objeto importante para tu hermano y lo pierdes en la calle.

Actividad 5: “Situaciones injustas”

Durante la clase, reunidos en asamblea, los alumnos responderán a las siguientes preguntas:

¿Alguna vez has vivido una situación injusta por la superioridad que ha mostrado otra persona?
¿Cómo te has sentido? ¿Cuál fue la situación? Descríbela.

Actividad 6: “Hablamos desde el corazón”

Para realizar esta actividad, estarán dispuestos en círculo y se pasarán la pelota unos a otros, de modo que, mientras la lanzan, dirán una cualidad que consideren que tiene el compañero al que se la están pasando. Otra modalidad de juego pueden ser las rondas de emociones, donde la persona que tenga la pelota compartirá con el resto situaciones que le hacen sentirse contento, triste, enfadado, etc.

Actividad 7: “Gestionamos los pensamientos negativos”

A continuación, se exponen una serie de pensamientos negativos. El objetivo es cambiarlos por pensamientos positivos:

- a) Es mi primer día de colegio y voy a estar solo.
- b) Voy a suspender el examen a pesar de haberme esforzado estudiando.
- c) No entiendo la tarea, no la voy a hacer porque no soy capaz de aprender.
- d) Me gusta dibujar, pero nunca lo hago porque no se me da bien.
- e) No digo lo que pienso porque creo que mi aportación no es necesaria.

Finalmente, en el Anexo II se muestra el programa de actividades de formación al profesorado, en el que se recogen los objetivos, materiales, lugar de realización, elaboración y temporalización de cada actividad mencionada.

Además, respecto al alumno con conducta disruptiva de este caso hipotético y con el fin de atender a la diversidad, se recomendará al docente crear un espacio en el aula para que este alumno o cualquier

otro dispongan de un lugar en el que puedan solucionar los conflictos, en el caso de que se sientan desbordados por alguna situación.

Por otra parte, las fichas y los materiales utilizados serán de un tamaño mayor que la medida estándar, de este modo, la alumna con discapacidad visual moderada tendrá las mismas oportunidades que el resto de sus compañeros. Estas pautas se trasladarán también a casa y a las sesiones de tarde, teniendo en cuenta la necesidad de atender a la diversidad en todos los contextos.

4.3.2 Formación a las familias

Una vez finalizada la fase de formación al profesorado, se llevará a cabo la formación a las familias. Para ello, se seguirá el mismo proceso que en el punto anterior; se convocará a las familias a una reunión y se les impartirá la formación. La exposición de la información se realizará de igual modo que con el profesorado, a través de una presentación que tratará los mismos aspectos (ver Anexo III). La única diferencia radicará en las actividades propuestas, ya que, el profesorado desarrollará en el aula unas actividades diferentes a las que trabajarán las familias en casa.

Nuevamente, el psicopedagogo será el responsable de impartir la formación las familias que, a su vez, aprenderán junto a sus hijos a desarrollar la empatía, a regular las propias emociones para lograr un buen clima en el hogar y, en definitiva, la importancia que tiene la educación emocional. A tal fin, se organizarán varias actividades para cada trimestre. Dichas actividades estarán orientadas al trabajo de la educación emocional en casa, y son las siguientes:

Actividad Inicial: “Todos podemos mejorar”

Para llevar a cabo esta dinámica, se elaborará un documento que estará dividido en tres bloques diferentes. En el primero, se escribirá “Mamá y papá”; en el segundo, “Hermanos”; en el tercero, el nombre del niño. Posteriormente, realizarán una asamblea en casa a la que asistirán todos los miembros de la familia. En esta reunión se tratarán los aspectos positivos de cada miembro y, también, los que se pueden mejorar. Se hará por turnos, es decir, cuando se hable sobre mamá, todos deben aportar comentarios constructivos, como propuestas de mejora de su actitud, aunque, también reconocerán sus virtudes. A continuación, se hará constar en el documento: “Mamá es muy buena en...” o “mamá puede mejorar...”. El proceso se repetirá con todos los miembros de la familia. Por último, formalizarán con sus firmas el documento en el que acordaron asumir este compromiso de mejora.

Actividad del primer trimestre: “Mis metas semanales”

Para el desarrollo de esta actividad, tanto la familia como el niño se propondrán un objetivo semanal, comenzando por metas que puedan alcanzar con facilidad para ir aumentando la dificultad progresivamente. Además, escribirán los inconvenientes que han surgido para lograr dicho objetivo. Por ejemplo, una meta podría ser: “Voy a contar hasta veinte antes de contestar mal”, y la dificultad asociada a este propósito sería: “Me cuesta un gran esfuerzo contener la ira”.

Actividad del segundo trimestre: “Asamblea empática”

En este caso, todos los miembros de la familia se reunirán una vez a la semana y comentarán las palabras y los actos, positivos o negativos, que hayan observado en otras personas, de los que puedan obtener algún aprendizaje. Esto les ayudará a estimular la empatía, ya que, tendrán que ponerse en el lugar de otras personas y reflexionar acerca de la reacción que habrían tenido ellos en cada situación.

Actividad del tercer trimestre: “La tabla reflexiva”

En esta actividad, todos los integrantes de la familia dispondrán de una tabla en la que apuntarán, al menos, siete situaciones complicadas que se hayan producido durante la semana con alguno de sus miembros. Igualmente, anotarán las decisiones que hayan adoptado para resolverlas y las razones que los llevaron a actuar de una forma determinada (ver Anexo IV). Es importante que las situaciones se refieran a algún miembro de la familia, así, podrán comprobar qué fue lo que motivó a la otra persona a proceder de esa manera y cómo se sienten ambos después.

Actividad final: “Recopilamos nuestra evolución”

Por último, tendrán que rescatar la actividad inicial, “Todos podemos mejorar”, y la del primer trimestre, “Mis metas semanales”, para comprobar si han conseguido alcanzar todos los objetivos que se habían marcado, si repiten los mismos comportamientos que antes de empezar el proyecto o si, por el contrario, han advertido un cambio en su actitud. También, será importante comparar las dificultades que manifestaron en la actividad del primer trimestre para cumplir los objetivos marcados con la dificultad que presentan ahora para lograrlos.

En el Anexo V se muestra una tabla con el programa de actividades de la formación a las familias, en el que se recogen los objetivos, materiales, lugar de realización, elaboración y temporalización de

cada actividad mencionada.

4.3.3 Formación de todos los integrantes del proyecto

Tal como se expone anteriormente, hay que insistir en que el objetivo principal de esta formación será la realización de asambleas de tarde en las que se trabajará para que los niños comprendan que el proyecto no consiste, únicamente, en realizar actividades en clase, sino que se tratará de un aprendizaje trascendental y significativo que tendrán que aplicar en todos los contextos y durante toda su vida.

En definitiva, la iniciativa de este proyecto de innovación tiene el propósito de educar a las personas para que sean competentes emocionalmente y puedan desenvolverse en la vida, sabiendo gestionar las emociones positivas y negativas que vayan experimentando.

Por otro lado, en estas reuniones de tarde se podrán desarrollar nuevas actividades que favorezcan la coordinación entre el tutor, las familias, el alumnado y el psicopedagogo. La función psicopedagógica en la formación al alumnado consistirá en proponer estas nuevas dinámicas durante las sesiones que se celebrarán a lo largo del curso. Asimismo, ofrecerá pautas y sugerencias ante las dudas y necesidades que vayan surgiendo a los demás agentes implicados, con el fin de favorecer el progreso y la evolución del alumnado en el transcurso del proyecto.

A este respecto, las recomendaciones destinadas al profesorado y a las familias serán las siguientes:

- Sé positivo y divertido.
- Presta atención al proceso y no solo al resultado.
- Intenta que tu comportamiento sea un referente para los niños.
- Anímalos a que busquen y encuentren soluciones por sí mismos.
- Pregúntales por sus sentimientos.
- Descubre sus puntos de vista ante los conflictos o situaciones de emociones negativas que experimenten para lograr reconducir la situación y que aprendan a gestionarla.

Por último, se celebrarán dos sesiones cada trimestre, a las que asistirán todos los participantes del proyecto, para trabajar nuevas dinámicas que complementarán lo aprendido en casa y en el aula. Por lo tanto, a lo largo del curso se propondrán seis dinámicas para realizar en dichas sesiones. Cada dinámica tendrá una duración de dos horas, y son las que se muestran a continuación:

Actividad 1ª sesión: “El sorteo” (Primer trimestre)

En primer lugar, todos los asistentes se dispondrán en círculo. En el centro, se colocará un recipiente en el que se depositarán todos los nombres, y, aparte, otro recipiente con números comprendidos entre el uno y el diez. Cada número corresponde a una emoción diferente, y todas ellas estarán enumeradas en la pizarra. De forma aleatoria, irán extrayendo un nombre y un número, así, la persona cuyo nombre haya salido elegido, tendrá que compartir con los demás una situación en la que haya sentido la emoción que corresponda al número obtenido. Las emociones seleccionadas para esta actividad serán las siguientes: Inseguridad, vergüenza, culpa, ternura, miedo, admiración, satisfacción, incompreensión, felicidad e ilusión.

Actividad 2ª sesión: “Investigadores en acción” (Primer trimestre)

Para desarrollar esta actividad, todos buscarán en Internet noticias o testimonios de personas que hayan sufrido acoso escolar. Tanto las familias como los niños deberán exponer en la sesión el caso que más impacto les haya causado. Explicarán el motivo de su elección y aportarán una posible solución. Reflexionarán, también, sobre las emociones que crean que sintieron la víctima y el agresor.

Actividad 3ª sesión: “El buzón emocional” (Segundo trimestre)

Para llevar a cabo esta dinámica, se instalará un buzón, en la sala donde se celebren las sesiones, destinado a que los participantes del proyecto introduzcan en él algunas cartas en las que se describirán situaciones que hayan visto o hayan vivido. Estas situaciones estarán relacionadas con la emoción que ellos decidan, y podrán introducir todas las cartas que quieran. El único requisito será que pongan su nombre en el sobre y especifiquen la situación y la emoción, así, en la siguiente sesión, se extraerán aleatoriamente algunos de ellos y el propietario de la carta comentará su contenido con el resto de los asistentes. A continuación, los demás también tendrán la oportunidad de explicar, brevemente, algunas situaciones en las que hayan sentido esa misma emoción.

Básicamente, se pretende que los participantes comprendan que una misma situación no siempre provoca idénticas emociones en todas las personas. De este modo se fomentará la empatía.

Actividad 4ª sesión: “Cortometraje” (Segundo trimestre)

En esta actividad se proyectará el cortometraje sobre el acoso escolar “No Juegues Conmigo”, de

Socioescuela (2018). Posteriormente, en grupos heterogéneos de seis personas, idearán y grabarán su propio cortometraje de concienciación contra el acoso escolar, resaltando las emociones que siente cada persona implicada en la situación. La duración del cortometraje no excederá los diez minutos, pero es importante que ellos mismos escriban el diálogo y acuerden el papel que representará cada uno.

Actividad 5ª sesión: “Visionado” (Tercer trimestre)

Esta sesión se centrará en el visionado de la película “Cadena de favores”, Leder (2000). A continuación, se les propondrá que reproduzcan la iniciativa de la película durante cuatro días. Esta iniciativa consistirá en formar una cadena en la que cada persona hará tres favores a otra, y así, sucesivamente. Además, tendrán que responder a las siguientes preguntas:

- ¿Crees que el trabajo que propone el profesor es utópico o posible? ¿Por qué?
- ¿Cuál es el mensaje principal que te transmite la película?
- Opina sobre esta frase: “Reconocer un problema es iniciar su solución”.

Actividad 6ª sesión: “Los rincones de las emociones” (Tercer trimestre)

Por último, la actividad final será la denominada “Los rincones de las emociones”. Se llevará a la práctica durante un día de la última semana del curso y podrán asistir las familias. Para ello, será necesaria la autorización del director del colegio.

Esta dinámica consistirá en habilitar distintas zonas en el patio del colegio, de manera que, se pueda trabajar una emoción diferente en cada una de ellas. Para esto, los participantes tendrán que decorar cada espacio en función de la emoción a la que se vaya a destinar. Posteriormente, se introducirán en una urna las papeletas con los nombres de todos los componentes. Hay que recordar que en este proyecto habrá un total de cuarenta y cinco integrantes, incluyendo a las familias, a los alumnos y al tutor. Asimismo, otra urna contendrá las papeletas con el nombre de cinco emociones elegidas por ellos. En primer lugar, se extraerán las cinco papeletas que contienen las emociones; después, se formarán cinco grupos de nueve personas cada uno, que trabajarán la emoción que se les haya asignado.

La tarea de cada grupo será planificar con antelación uno o dos juegos que puedan realizar en el recreo, enfocados a trabajar las emociones elegidas con el resto de sus compañeros. Además,

acordarán los materiales que van a usar y establecerán las reglas de cada juego.

En el Anexo VI se muestra una tabla con el programa de actividades de la formación a todos los integrantes del proyecto, en el que se recogen los objetivos, materiales, lugar de realización, elaboración y temporalización de cada actividad mencionada.

4.3.4 Intervención aplicada al alumnado

La formación del alumnado será gestionada por el profesorado en horario lectivo, a través de las actividades sugeridas y de otras que podrá diseñar libremente. De esta forma, no se limitará a ser un mero transmisor de la información, sino que tendrá la potestad, además, de crear y desarrollar las dinámicas y las actividades que considere oportunas.

Asimismo, los alumnos contarán con la colaboración de sus familias en casa, que, previamente, habrán recibido la formación apropiada para llevar a cabo con los niños las dinámicas propuestas, y complementarán lo aprendido en el aula. Además, en las asambleas de tarde, el alumnado tendrá la oportunidad de relacionarse con las personas de sus contextos más cercanos. Esto les permitirá realizar otras actividades diferentes que harán que la educación emocional suponga un aprendizaje significativo para ellos.

Por otra parte, de forma paralela al desarrollo de la fase de formación, se llevará a término la segunda fase del proyecto, “Intervención aplicada al alumnado”. En esta fase, el alumnado realizará actividades y dinámicas cuya finalidad radicará en compartir su aprendizaje con otros compañeros del centro. Estas actividades se realizarán de forma simultánea con las planificadas para la fase de formación. Son las siguientes:

Dinámica del primer trimestre: “El recipiente de las emociones”

En el transcurso del primer trimestre se pondrá en marcha la dinámica denominada “El recipiente de las emociones”, que se podrá utilizar durante todo el curso. Esta iniciativa será el hilo conductor del proyecto, si bien, este se acompaña de varias fases de formación y de una batería de actividades y dinámicas que dotan de estructura y significado a este elemento central.

Para llevarla a cabo, los alumnos necesitarán un recipiente (se recomienda que sea transparente), que elegirán ellos mismos; puede ser una botella, una caja, un cofre, etc. Aparte, se les facilitarán algunas

bolas de varios colores, en las que cada color representará una emoción, a saber: el color rojo simbolizará el amor; el verde, la tristeza; el azul, la ira; el amarillo, el miedo; el rosa, la alegría.

Durante un mes, tendrán cerca su envase continuamente, tanto en casa como el colegio, y cada alumno irá introduciendo en él las bolas del color de las emociones que sienta ante situaciones que le afecten directamente. De esta forma, observando los colores que contengan los recipientes, todos los compañeros podrán observar la reacción emocional de los demás ante diferentes circunstancias.

Por un lado, lo que se pretende con esto es que los niños reconozcan sus propias emociones. Por otro lado, se trata de fomentar el respeto hacia los sentimientos de los demás, mostrándoles, mediante el aprendizaje visual, las diferentes sensaciones que una misma situación puede provocar en cada persona.

Posteriormente, una vez que los niños conozcan el significado de cada emoción y la utilidad del envase, lo usarán a la inversa cuando hablen con los demás, es decir, examinarán las emociones de su interlocutor e introducirán en el recipiente la bola del color de la emoción que ellos creen que están originando con su comportamiento en la otra persona. En este caso, se trabajarán la empatía, las habilidades sociales y la resolución pacífica de conflictos como medida para reducir los problemas entre el alumnado. Por lo tanto, una manera efectiva de lograr este propósito será animándolos a ponerse en el lugar de los demás.

Así pues, el envase los acompañará a lo largo de todo el proyecto e irán alternando su uso. No obstante, a partir del primer mes podrán limitarse a utilizarlo solo un día a la semana. De este modo, se podrá valorar la evolución del alumnado y observar si se reducen los conflictos.

Dinámica del segundo trimestre: “Exposición”

Por otra parte, respecto a la dinámica propuesta para el segundo trimestre, titulada “Exposición”, el alumnado que participa en el proyecto preparará una intervención, por grupos, con el fin de informar y concienciar a los compañeros de 4º, 5º y 6º curso sobre la importancia de prevenir el acoso escolar a través de la educación emocional. En esta exposición, les mostrarán la iniciativa del recipiente de las emociones para que también puedan utilizarlo. Así, todos los alumnos del colegio recibirán el aprendizaje necesario para transmitir los beneficios personales y sociales de la educación emocional.

Con relación a estas charlas, los alumnos tendrán libertad para elegir el material de apoyo que les resulte más sencillo y funcional, ya sea una presentación en PowerPoint, un mural, un vídeo, etc. En este sentido, se pone de manifiesto la transversalidad del proyecto, ya que, se fomentará el discurso, el debate, la creatividad, el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y el trabajo colaborativo, entre otros.

Dinámica del tercer trimestre: “Mediadores de recreo”

Finalmente, en el tercer trimestre se pondrá en práctica la última dinámica del curso, denominada “Mediadores de recreo”. Con el fin de implementarla, los alumnos se organizarán en grupos de cinco personas para observar, durante el tiempo de recreo, los conflictos que se produzcan entre los compañeros de otros cursos, al objeto de ejercer de mediadores. Esta labor se realizará estableciendo, previamente, los turnos de vigilancia que se asignarán a cada grupo, que irán rotando semanalmente. Además, se valdrán del recipiente de las emociones y de los conocimientos adquiridos, en el caso de que tuvieran que resolver algún problema. Al mismo tiempo, al concluir cada turno de guardia, los miembros del grupo elaborarán un informe en el que dejarán constancia de los problemas que han surgido, las causas que los motivaron y las soluciones planteadas por cada uno. Gracias a esta iniciativa, se espera que en el futuro decidan mediar en los conflictos de manera espontánea, aunque no tengan asignado el turno de vigilancia.

Dinámica final: “Vídeo de concienciación”

Por último, los alumnos de la clase elegida para llevar a cabo el proyecto grabarán un vídeo en el que participarán todos los integrantes del grupo, cuya finalidad será la concienciación sobre la necesidad de erradicar el acoso escolar en los centros y la conveniencia de trabajar las emociones para lograrlo.

En el Anexo VII se expone una tabla con el programa de actividades relativas a la fase “Intervención aplicada al alumnado”, en el que se recogen los objetivos, materiales, lugar de realización, elaboración y temporalización de cada actividad mencionada.

4.4 RECURSOS MATERIALES Y HUMANOS

4.4.1 Recursos materiales

Los recursos materiales que se utilizarán para el desarrollo del proyecto son estos: recipientes, bolas

de colores, lápices, folios, papel continuo, fichas de actividades, ordenadores, material para disfraces, pelota, buzón, dos urnas, proyector, Escala de socialización parental en la adolescencia (ESPA29), Inventario de inteligencia emocional de BarOn y cámara de vídeo.

4.4.2 Recursos humanos

Los recursos humanos implicados en el proyecto de innovación son los siguientes: el director, el psicopedagogo, el profesorado, las familias y el alumnado.

4.5 METODOLOGÍA

“El color de las emociones” es un proyecto de innovación en el que participarán las familias, los docentes y el alumnado, por lo tanto, su metodología será aplicada por todos los agentes involucrados en él. Para ello, es necesario que su ejecución se lleve a cabo desde las siguientes perspectivas:

-Globalizadora: Los agentes implicados serán concebidos como un ser global, además, las actividades se desarrollarán en todos los contextos para favorecer que adquieran un aprendizaje significativo. En consecuencia, la formación no solo se impartirá a los alumnos, sino que se instruirá, también, a las familias y al profesorado para garantizar una educación de calidad. Sobre este particular, de acuerdo con las palabras de Pita (2019), las estrategias que se abordan desde un enfoque global favorecen que los aprendizajes se forjen por sí solos y estén relacionados entre sí, contribuyendo a la concienciación de la interrelación que existe entre las competencias aprendidas.

-Inclusiva: Se atribuirá especial importancia a las características individuales de las personas, así como a la gestión de las debilidades emocionales para traducirlas en potencialidades. Aparte, se abarcarán dinámicas que resulten constructivas para todo el alumnado, fomentando la reflexión, la empatía y la autoestima, lo que propiciará el buen clima en el aula. Con este fin, se les proporcionarán los medios necesarios para desarrollar de forma óptima todas las sesiones. A este respecto, Balongo y Mérida (2017) exponen que está verificado que las metodologías inclusivas incentivan la mejora escolar para todo el alumnado.

-Activa y participativa: Todos los implicados cooperarán de forma activa y se implicarán en las actividades y dinámicas propuestas, dado que, son una parte esencial de la estructura que da forma a este proyecto. De esta manera, se establecerá una mecánica de retroalimentación que hará que esta experiencia sea enriquecedora para los niños. Así pues, aprenderán mediante la práctica a manejar

sus conflictos, y, a la vez, ellos mismos se encargarán de concienciar a otros grupos. En este sentido, la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (COCEMFE, 2019) mantiene que es necesario reinventar el sistema educativo y que parte de la solución pasa por impulsar la autonomía y la creatividad entre el alumnado.

-Afectiva: Se desarrollará atendiendo a las necesidades individuales y grupales, trabajando la mejora de su autoestima y el autoconcepto, estimulando el desarrollo de la empatía e intentando despertar la motivación en los niños, con el fin de lograr que este aprendizaje les resulte útil a lo largo de sus vidas.

-Experiencial: Implicará trabajar el conocimiento y el reconocimiento de las emociones a través de experiencias reales. Con esto se pretende que aprendan a gestionar y a regular sus emociones en situaciones cotidianas mediante contenidos que despierten su curiosidad, para que su desarrollo sea óptimo. A este respecto, tal como sostiene COCEMFE (2019), este método transforma las actividades realizadas en experiencias reales y significativas.

-Flexible: Las actividades serán flexibles, si bien, habrá que considerar las necesidades individuales de los niños, ya que, tendrán que adaptarse al contexto y al grupo en el que se van a implementar. Siguiendo las palabras de Cast (2013), es recomendable presentar diversas opciones que permitan a todos los integrantes avanzar desde el punto en el que se encuentre cada uno. Por otra parte, hay que destacar que las actividades dirigidas al profesorado serán meras sugerencias a partir de las cuales los tutores desarrollarán sus propias ideas, según los progresos que vayan observando en el alumnado.

-Motivadora: En este caso, los alumnos serán los protagonistas de su propio aprendizaje y su curiosidad e intereses se tendrán siempre en cuenta. Además, durante la implementación del proyecto, se destacarán las ventajas de aplicar los conocimientos adquiridos en todos los contextos de sus vidas. Por último, finalizada la fase de formación y la de intervención aplicada al alumnado, se podrá valorar si los implicados en el proyecto “El color de las emociones” han tomado conciencia de los beneficios que brinda el aprendizaje a través de esta metodología.

4.6 TEMPORALIZACIÓN

En lo que se refiere a la temporalización del proyecto, las fases “Formación” e “Intervención aplicada al alumnado” se desarrollarán a lo largo del curso escolar de forma simultánea, tal como se apuntaba anteriormente. Es decir, los alumnos recibirán formación en el aula, en casa y en las asambleas de

tarde y, al mismo tiempo, irán poniendo en práctica tanto las actividades programadas para la fase de formación como las dinámicas planificadas para la fase “Intervención aplicada al alumnado”.

Respecto a las actividades de ambas fases, se hará un reparto proporcional por trimestres siguiendo el orden previsto en el diseño de este proyecto. De esta forma, en los trimestres en los que se hayan programado dos actividades, estas se realizarán cada seis semanas, aproximadamente. En el caso de que se contemple una sola actividad, esta se llevará a cabo durante el segundo mes del trimestre.

En primer lugar, en cuanto a la fase de formación, el psicopedagogo instruirá al profesorado y a las familias con la finalidad de que puedan desarrollar junto a los niños las dinámicas del proyecto. Conforme a lo anterior, en el transcurso del primer trimestre, se realizarán en casa las actividades “Todos podemos mejorar” y “Mis metas semanales”. En el segundo trimestre, se llevará a cabo la llamada “Asamblea empática”. Por último, durante el tercer trimestre, se desarrollarán las actividades “La tabla reflexiva” y “Recopilamos nuestra evolución”.

Con relación a las actividades propuestas para el aula, se proponen “La escala de las emociones” y “Aprendo a decir *no*”, en el primer trimestre. Para el segundo trimestre, las denominadas “Gestionando los pensamientos negativos”, “Reflexiono sobre mis actos” y “Hablamos desde el corazón”. Finalmente, a lo largo del tercer trimestre, se llevarán a cabo las actividades “Situaciones injustas” y “Adivina su emoción”.

Al margen de lo anterior, en lo que concierne a las actividades que se trabajarán en la asamblea, se pondrán en práctica las denominadas “El sorteo” e “Investigadores en acción” durante el primer trimestre. Posteriormente, en el segundo trimestre, se llevará a término la actividad que lleva por nombre “Buzón emocional”. Igualmente, las dinámicas llamadas “Visionado” y “Rincones de las emociones” serán las propuestas para el tercer y último trimestre.

Asimismo, de forma paralela a la realización de estas actividades, los alumnos llevarán a cabo las dinámicas relativas a la fase “Intervención aplicada al alumnado”, cuya finalidad será mostrar a sus compañeros los conocimientos adquiridos. Por tanto, los únicos protagonistas de esta fase serán los alumnos, que desarrollarán un producto final en cada trimestre en base a su aprendizaje. A tal fin, a lo largo de todo el curso emprenderán las siguientes dinámicas: “El recipiente de las emociones”, en el primer trimestre; durante el segundo trimestre presentarán una exposición sobre el proyecto a los alumnos de otras clases; en el transcurso del tercer trimestre prepararán un vídeo de concienciación y ejecutarán la dinámica “Mediadores de recreo”.

4.7 EVALUACIÓN

Con relación a la evaluación del proyecto, se hará un análisis pormenorizado del diseño de la propuesta, de su evolución y de los resultados obtenidos al final del proceso, con vistas a comprobar si se han alcanzado los objetivos marcados para esta iniciativa. Será una evaluación formativa que se dividirá en tres fases. Además, todos los agentes implicados en el proyecto completarán rúbricas de autoevaluación, ya que, según las palabras de Conde y Pozuelos (2007), este método es un instrumento de gran utilidad para la valoración global del aprendizaje del alumnado.

A continuación, se exponen las fases en las que se divide el proceso de evaluación:

1º Fase: Evaluación inicial

En esta fase se estudiarán las necesidades del alumnado, del profesorado y del contexto del aula antes de diseñar la propuesta. Aparte de esto, se examinará el punto de partida con el fin de adaptarla a la realidad del proyecto de innovación, de modo que, nos permita intervenir de manera verdaderamente efectiva. También, se utilizarán los recursos de la observación directa y las anotaciones en un diario de campo como principal instrumento de evaluación, lo que nos ayudará a realizar un buen diagnóstico de la realidad educativa.

Por otro lado, al margen de los arquetipos recomendados para que los adultos trabajen con los niños, al inicio del proyecto se realizará el inventario de inteligencia emocional Baron (Bar-On, R., y Parker, J., 2018). Esto permitirá evaluar su inteligencia emocional y sus diferentes componentes socioemocionales por medio de las escalas intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés. Asimismo, se utilizará la Escala de Socialización Parental en la Adolescencia ESPA29 (Musitu, G., y García, F., 2004), que está orientada a adolescentes con edades comprendidas entre los doce y los dieciocho años y evalúa la relación entre padres e hijos a través de medidas de aceptación, implicación, imposición, afecto, indiferencia, diálogo, disciplina y coerción física o verbal.

2º Fase: Evaluación continua

En este caso, la evaluación se llevará a cabo durante el desarrollo del proyecto, por tanto, se irán adaptando las actuaciones según las necesidades y los recursos disponibles. Al mismo tiempo, se determinará si se están cumpliendo los objetivos del proyecto y se valorarán las dificultades que se vayan originando, con la finalidad de incorporar las mejoras necesarias.

3º Fase: Evaluación final

Por último, el método de evaluación que se aplicará en esta fase consistirá en una rúbrica de autoevaluación y en cinco preguntas que contestarán todos los agentes implicados en el proyecto, para conocer su progreso y su grado de satisfacción. Estas preguntas serán las siguientes:

- ¿En qué consideras que te ha ayudado “El color de las emociones”?
- ¿Qué crees que se puede mejorar del proyecto?
- ¿Qué es lo que más te ha gustado hacer?
- ¿Ha mejorado la situación en clase y/o en casa con el proyecto? Explica por qué.
- ¿Crees que este proyecto debería llevarse a cabo en otros colegios? ¿Por qué?

Además, se volverá a realizar el inventario Baron (Bar-On, R. y Parker, J., 2018), para valorar el avance producido en las competencias emocionales de los implicados en el proyecto.

4.7.1 Evaluación del profesorado

Por lo que respecta al profesorado, se completará una rúbrica de autoevaluación incluida en el Anexo VIII. El análisis de los resultados obtenidos será suficiente para valorar el grado de compromiso del profesorado con este proyecto.

4.7.2 Evaluación del alumnado

Como en el caso anterior, se elaborará una rúbrica de autoevaluación para el alumnado, que se muestra en el Anexo IX. Aparte de cumplimentar dicha rúbrica, los alumnos serán evaluados por el profesorado, que determinará su nivel de implicación en el proyecto y el avance de cada uno.

Para ello, el docente planteará situaciones hipotéticas que pudieran ocurrir en clase o fuera del contexto escolar, y los alumnos tendrán que exponer cómo procederían en cada caso y si creen que habrían actuado de la misma forma antes de su participación en el proyecto. De este modo, se valorarán diversos aspectos simultáneamente, tales como el componente emocional de cada argumento, la gestión y el reconocimiento emocional, la empatía y el conocimiento de estrategias

para responder de forma asertiva ante situaciones complejas, entre otros.

4.7.3 Evaluación de las familias

De igual modo que en los casos anteriores, se examinarán los datos recabados mediante una rúbrica de autoevaluación (ver Anexo X), a fin de comprobar la evolución de las familias durante el proyecto.

4.7.4 Evaluación del proyecto

En este caso, la rúbrica para la evaluación del proyecto será completada por todos los agentes implicados en él (ver Anexo XI).

Una vez que la evaluación se lleve a cabo, se medirá la efectividad del proyecto “El color de las emociones” y se estimarán los beneficios que haya ofrecido a los participantes. Después, se podrán realizar propuestas de mejora en los aspectos que se considere oportuno, en base a los datos obtenidos.

Al tratarse de un proyecto enfocado a la educación emocional, los resultados serán satisfactorios si el profesorado observa una disminución de conflictos y una mejor gestión de las emociones. Por otro lado, si se demostrara su eficacia, podría implementarse en cualquier centro y en todas las clases que decidieran comprometerse a ponerlo en práctica.

5. CONCLUSIONES

El objetivo general propuesto en este TFM es el diseño de un proyecto de innovación, dirigido a alumnos de 6º curso de Educación Primaria, para prevenir el acoso escolar a través de la educación emocional. Para su consecución, se contemplan sesiones de formación y la implementación de actividades y dinámicas que promueven la educación emocional y la reflexión, tanto en el alumnado como en el profesorado y las familias.

Junto al objetivo general, se presentan, también, varios objetivos específicos que forman parte del mapa de actuación de este proyecto, como la formación a los docentes y a las familias, entre ellos. Con esto, se pretende alcanzar los objetivos encaminados a optimizar sus aptitudes en lo referente a

la enseñanza de la educación emocional y transmitir la conveniencia de mantener una coordinación sólida para favorecer el aprendizaje de los niños.

La consecución de estos dos objetivos se lleva a cabo mediante las sesiones de formación propuestas, durante las que se exponen dos presentaciones, una de las cuales está dirigida al profesorado, y la otra, a las familias. Además, se resalta la importancia de educar emocionalmente al alumnado para frenar el acoso escolar en la escuela.

Por otro lado, se imparte la pedagogía necesaria al respecto y se trazan las actividades programadas y el seguimiento de estas durante su ejecución. Esto supone, también, trabajar el objetivo específico orientado al diseño de actividades que faciliten al alumnado reconocer las emociones propias y las ajenas.

Al margen de lo anterior, en este proyecto se contempla la instrucción a las familias y al profesorado de manera independiente, sin embargo, también se incorporan sesiones de tarde dirigidas a la formación conjunta de todos los agentes implicados. Este aspecto favorece la consecución de los objetivos “Trabajar las emociones y la empatía de forma transversal” e “Involucrar a las familias en el trabajo del centro”.

Por otra parte, las actividades planteadas para las sesiones de formación contribuyen al cumplimiento del objetivo destinado a trabajar las emociones y la resolución pacífica de conflictos, tanto en casa como en el centro. Asimismo, se proponen actuaciones en las que el alumnado tiene la oportunidad de aplicar lo aprendido y de transmitírselo a otros compañeros, logrando, de esta forma, otro de los objetivos marcados.

Para esto, se desarrollan iniciativas, como la denominada “Mediadores de recreo”, donde los alumnos tienen la posibilidad de intervenir en los conflictos que se produzcan entre otros niños, recurriendo a sus conocimientos en educación emocional para gestionar los problemas. De esta forma, se trabaja el objetivo “Concienciar al alumnado sobre la gravedad de dañar a sus compañeros”.

Igualmente, se presenta una dinámica en la que el alumnado muestra una exposición sobre el proyecto a los compañeros de otras clases, enfocada a trabajar las emociones para mejorar la convivencia. La finalidad es conseguir un mayor impacto del proyecto y alcanzar los objetivos “Desarrollar estrategias para transmitir a otros compañeros el aprendizaje adquirido” y “Fomentar un clima colaborativo en

la escuela”.

En definitiva, todas las actividades mencionadas en este apartado están orientadas a la consecución de los objetivos marcados, si bien, a lo largo del proyecto se recogen otras muchas que tienen la misma finalidad. En definitiva, el propósito de todas estas dinámicas es la puesta en práctica de la formación recibida, con vistas a garantizar un aprendizaje significativo.

De la misma manera, el objetivo específico relativo a la evaluación del proyecto y la participación de cada agente implicado en este se trabaja mediante la propuesta de rúbricas de autoevaluación, las preguntas de evaluación y el inventario Bar-On mencionado previamente en el apartado de evaluación.

En otro orden de ideas, a tenor de lo expuesto en este trabajo, se puede comprobar que resulta indispensable abordar la educación emocional en la escuela como elemento fundamental para favorecer la inclusión y el bienestar de todo el alumnado (Bisquerra, 2000). Sin embargo, continúa habiendo muchos centros que no disponen de las herramientas necesarias para ofrecer una educación emocional de calidad. Ante esta evidencia, resulta preocupante que estos centros no adopten medidas, aun conociendo de primera mano los problemas de convivencia y de interrupción que existen en las aulas.

Sobre este particular, como viene recogido en el marco teórico por Fortaleza (2011), la principal dificultad que se presenta es la escasa formación del profesorado en materias tan relevantes como la educación emocional y la prevención de acoso escolar.

A propósito de lo anterior, analizando el contenido de este proyecto, cabe destacar la trascendencia de sensibilizar a los maestros y a todos los especialistas de la educación sobre la repercusión del acoso escolar en el desarrollo psicológico de los niños, porque no solo se trata de asumir la responsabilidad de la formación académica de los alumnos, sino, también, el compromiso moral de velar por su bienestar psíquico y de calibrar las secuelas, recogidas en INFOCOP (2019) y UNESCO (2018) y expuestas anteriormente en el marco teórico, que pueden llegar a acarrear como consecuencia de los episodios traumáticos experimentados en una etapa de sus vidas en la que se está forjando su carácter. A este respecto, otro claro mensaje que se intenta transmitir durante el desarrollo de esta propuesta de innovación es la influencia que tiene la familia en el progreso de cualquier alumno. Así pues, conociendo los datos tan alarmantes que existen en relación con el acoso escolar en las aulas, y después de investigar sobre los beneficios de la educación emocional en todos los ámbitos de la vida, se llega a la conclusión de que es necesario formar también a las familias, ya que, según Castro (2011),

no existe la certeza de que, en ese contexto, que es el más cercano para el niño, se disponga de una educación emocional que pueda ser transmitida correctamente.

No obstante, no es fácil implementar un proyecto de estas características, puesto que, para llevarlo a cabo, se requiere el compromiso de todos los agentes involucrados en él. Sin embargo, hay que resaltar, especialmente, la labor del psicopedagogo a la hora de planificar las actuaciones para un curso escolar completo y supervisar el progreso de todas las fases que integran el proyecto, de cara a lograr los objetivos marcados. Además, durante el proceso pueden surgir ciertos obstáculos, como una posible falta de colaboración por parte de algunas familias, lo que conlleva un esfuerzo extra para buscar soluciones y establecer las pautas a seguir en estos casos.

En compensación, se espera que el diseño de este proyecto sea viable y pueda llevarse a la práctica, puesto que, debido a la falta de tiempo, no ha sido posible implementarlo. Así, se podría evaluar su efectividad con datos reales y precisar si tiene un impacto positivo en la formación de los participantes y en la mejora de la convivencia en los centros, aparte de comprobar si favorece la creación de vínculos sanos entre compañeros, si fomenta el buen clima en el aula o si refuerza la autoestima de los niños.

Por otra parte, hay que tener en cuenta el desafío que supone elaborar un TFM de calidad, dada la dificultad que implica, entre otras cosas, estructurar y redactar el trabajo de forma coherente, ajustarse al límite de páginas establecido o seleccionar la información para redactar el marco teórico, ya que, existen numerosas investigaciones interesantes sobre la educación emocional, que es el tema elegido en este caso concreto.

En cualquier caso, una de las principales ventajas del proyecto diseñado es su versatilidad, lo que podría favorecer, de cara al futuro, su implementación en cualquier centro y a distintos niveles, ya que, las actividades propuestas se podrían adaptar con facilidad a cursos inferiores reduciendo su grado de dificultad. Además, cabría la posibilidad de ampliar los agentes implicados del centro haciendo partícipes a todos los miembros del claustro, con el fin de que el proyecto se llevara a cabo en otras clases.

6. VALORACIÓN CRÍTICA

Este trabajo contiene un proyecto de innovación que ha sido pensado minuciosamente para ser llevado a cabo en un aula real, atendiendo a la diversidad de contextos y teniendo en cuenta la pluralidad de centros, cada uno con sus circunstancias particulares.

Por un lado, la elaboración del TFM ha contribuido a mejorar mi aprendizaje en numerosos aspectos, tales como definir estrategias para perfeccionar el lenguaje, planificar un trabajo a partir de una idea y conferirle una estructura coherente para que tenga sentido. En definitiva, he conseguido formular un proyecto realista que no se ha diseñado antes, basándome en las necesidades observadas a nivel social, escolar y familiar. Por otro lado, he adquirido nuevos conocimientos con relación a la educación emocional y al acoso escolar, consultando las diversas fuentes que he tomado como referencia.

En mi opinión, se trata de un proyecto ambicioso que podría tener una repercusión muy positiva, tanto en el marco de la enseñanza como en la sociedad en general. No hay que olvidar que las estadísticas sobre el acoso escolar y la violencia en la escuela arrojan unas cifras inquietantes, lo que indica que es necesario adoptar medidas urgentes para lograr revertir esta dramática situación.

En este sentido, me parece una iniciativa muy interesante que el propio alumnado asuma la responsabilidad de transmitir a otros compañeros los conocimientos adquiridos en la fase de formación, a través de dinámicas como la preparación de exposiciones. Esta estrategia es relevante para el impacto del proyecto porque fomenta, además, el interés y la motivación del alumnado que recibe la formación y del que la imparte.

Al mismo tiempo, considero que algunos de los factores que hacen innovador este proyecto son la participación de las familias y la incorporación de las sesiones de formación a todos los participantes, por el hecho de unificar los contextos más cercanos del alumnado para contribuir a una misma causa: trabajar la educación emocional con el fin de prevenir los problemas que existen actualmente en la escuela.

En resumidas cuentas, con el transcurso del tiempo han quedado patentes las ventajas de la educación emocional para el desarrollo de las habilidades sociales, de la empatía y de la autoestima de los alumnos. Por lo tanto, impartiendo esta enseñanza se estarían previniendo numerosos problemas que no siempre están relacionados con el acoso escolar, pero influyen en la transición de los niños de la

infancia a la adolescencia.

Finalmente, creo que hay que poner en valor la labor de los psicopedagogos. Ellos trazan las hojas de ruta y aportan las estrategias necesarias para evitar que los profesores se enfrenten a situaciones de conflicto, en muchas ocasiones, sin más recursos que su propia intuición.

Por otra parte, los docentes constituyen un eslabón fundamental en el proceso de aprendizaje de los niños, por lo tanto, es esencial que reciban una formación adecuada y permanente si quieren ofrecer una enseñanza de calidad. De ahí la necesidad de contar con profesionales que estén motivados por innovar y decididos a mejorar la calidad de la educación.

Entre todos tenemos la oportunidad de hacer de los niños el motor del cambio que la sociedad necesita y, para ello, debemos contar con las herramientas necesarias.

7. REFERENCIAS

- Armero Pedreira, P., Bernardino Cuesta, B., y Bonet de Luna, C. (2011). Acoso escolar. *Pediatría Atención Primaria*, 13(52), 661-670.
- Avilés, J. (2002). *Intimidación y maltrato entre el alumno*. España: STEE- ELIAS
- Avilés, J. (2006) *El maltrato entre iguales (Bullying)*. I congreso virtual de educación en valores. Universidad de Zaragoza.
http://www.nafarroakoikastolak.net/nieikastola/Argazkiak/Dokumentuak/bullying_el_maltrato_entre_iguales_bull20160522-12048-15b7cjj_20160909082603.pdf.
- Balongo, E., y Mérida, R. (2017). Proyectos de trabajo: una metodología inclusiva en Educación Infantil. *Revista electrónica de investigación educativa*, 19(2), 125-142.
- Bar-On, T. y Parker, J. D. A. (2018). *EQ-i:YV. Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn: versión para jóvenes* (R. Bermejo, C. Ferrándiz, M. Ferrando, M. D. Prieto y M. Sáinz, adaptadoras). Madrid: TEA Ediciones.
- Bermejo, C. (2011). Sexo, sexismo y acoso escolar entre iguales. *Revista complutense de educación*, 22(1), 27-43.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. y Escoda, P. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, (10), 61-82.
- Bisquerra, R. (2010). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée.
- Bisquerra, R. (2014). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19, 95-114.
<http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>
- Bisquerra, R. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.

- CAST. (Ed.) (2013). *Pautas sobre el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)*. Wakefield.
- Castillo, M. (2003). *La educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica*. Universitat de Barcelona.
- Castro, J. (2011). Acoso escolar. *Revista de neuro-psiquiatría*, 74(2), 224-249.
- C.I.D.E. (1995). *Evaluación del profesorado de Educación Secundaria. Análisis de Tendencias y Diseño de un Plan de Evaluación*. Ministerio de Educación y Ciencia.
- COCEMFE. (2019). *Metodologías y enfoques inclusivos de la educación*. Guía para el conocimiento de nuevas metodologías de enseñanza y aprendizaje.
- Cole, M., Martin, E., y Dennis, A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75, 317–333. <https://doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00673>.
- Collel, C. (2003). La educación emocional. *Revista dels mestres de la Garrotes*, 19(37), 8-10.
- Conde, A. y Pozuelo, F. (2007). Las plantillas de evaluación (rúbrica) como instrumento para la evaluación. Un estudio de caso en el marco de la reforma de la enseñanza universitaria en el EEES. *Investigación en la Escuela*, 63, 77-90.
- Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía. Boletín Oficial de la Junta de Andalucía, 27 de marzo de 2015.
- Defensor del Pueblo - UNICEF (1999). *Informe sobre violencia escolar*. Madrid: Publicaciones de la Oficina del Defensor del Pueblo.
- Defensor del Pueblo - UNICEF (2007). *Violencia escolar: el maltrato entre iguales en la ESO, 1999-2006. Nuevo estudio y actualización del informe 2000*. Madrid: Publicaciones de la Oficina del Defensor del Pueblo.
- Delors, J (1998). *La educación encierra un tesoro* (1º Ed.) Colombia: UNESCO-Santillana.

- Díaz-Aguado, M.J. (Dir.) (2008). *Estudio estatal sobre la Convivencia Escolar en la Educación Secundaria Obligatoria*. Madrid: Observatorio Estatal de la Convivencia, MEPSYD.
- Díaz-Aguado, M.J. (2005). La violencia entre iguales en la adolescencia y su prevención desde la escuela. *Psicothema*, 549-558.
- Enríquez Villota, M y Garzón Velásquez, F. (2015). El acoso escolar. *Saber, Ciencia Y Libertad*, 10(1), 219-233.
- Fundación ANAR (2016). II Estudio sobre acoso escolar y cyberbullying según los afectados. Recuperado de: <https://www.anar.org/wp-content/uploads/2017/04/INFORME-II-ESTUDIO-CIBERBULLYING.pdf>
- Forteza, F. (2011). Algunas claves para repensar la formación del profesorado sobre la base de la inclusión. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*, 25(1), 127-144.
- García, R. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania. Estudios y propuestas socioeducativas*, 44, 241-257.
- García-Flores, C. (2005). *Autoconcepto, autoestima y su relación con el rendimiento académico*. Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Górriz, B. (2009). *Roles implicados en el acoso escolar: comprensión de la mente, maquiavelismo y evitación de responsabilidad*. Universidad Jaume I.
- Grañeras, M. y Vázquez, E. (2009). *Prevención de la violencia y mejora de la convivencia en las escuelas: investigación educativa y actuaciones de las Administraciones Públicas*. Madrid: CIDE.
- Gross, J. y Thompson, R. (2007) Emotion Regulation: Conceptual Foundations. En J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation*, (pp.3-26) New York: The Guilford Press.
- I.N.C.E. (1997) *Diagnóstico General del Sistema Educativo*. Ministerio de Educación y Cultura.

- INFOCOP. (13 de mayo de 2019). *Nuevo informe de la UNESCO sobre violencia y acoso escolar*. http://www.infocop.es/view_article.asp?id=7936
- Jiménez, R. (2005). La delincuencia juvenil: fenómeno de la sociedad actual. *Papeles de población*, 11(43), 215-261.
- Jordán, A. (2009): Hacia una relación de partenariado entre profesores y familias inmigrantes. *Revista Complutense de Educación*, 20, 79-97.
- Leder, M. (2000). Cadena de favores. [Película].
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (2020). Texto consolidado. Última modificación de 30 de diciembre de 2020. Con las modificaciones introducidas por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre. Disponible en: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2006/BOEA-2006-7899-consolidado.pdf>
- López, M. (2008). La integración de las habilidades sociales en la escuela como estrategia para la salud emocional. *Psicología sin fronteras: revista electrónica de intervención psicosocial y psicología comunitaria*, 3(1), 16-19.
- Mestré, J., Guil, R., y Brackett, M. (2008). Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey. *Motivación y emoción*, 407-438.
- Moya, M. (2004). Actitudes sexistas y nuevas formas de sexismo. En E.Barberá y Martínez-Benlloch (Eds), *Psicología y Género*, 271-294. Madrid. Pearson.
- Muñoz, M. (2017). Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar. *EA, Escuela abierta*, 20, 35-46.
- Musitu, G., y García, F. (2004). *ESPA29: Escala de estilos de socialización parental en la adolescencia*. (2nd ed.). Madrid: Tea Ediciones.
- Noom, J., Dekovic, M., y Meeus, W. (2001). Conceptual analysis and Measurement of Adolescent Autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(5), 577-595.

- Olweus, D. (1973). Personality and aggression. En J. Cole y D. Jensen (eds), *Nebraska symposium on motivation. Hemisphere: Lincon*. University of Nebraska Press.
- Oñate, A. y Piñuel, I. (2006): Estudio Cisneros X. *Violencia y acoso escolar en España*. <https://goo.gl/Cha4qD>.
- Pita, E. (2019). *Los rincones en el marco de una metodología globalizadora*. Universidad Complutense de Madrid.
https://eprints.ucm.es/id/eprint/50508/1/TFGinfan_18_Pita_Hernandez_Berta.pdf
- Pérez, N., y Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & saber*, 10(24), 23-44.
- Quintana, A., Montgomery, W., & Malaver, C. (2009). Modos de afrontamiento y conducta resiliente en adolescentes espectadores de violencia entre pares. *Revista IPSI*, 12(1), 253-171.
- Real Decreto 126, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria (2014). BOE nº 52 de 1/3/2014.
- Rieffe, C., Oosterveld, P., Miers, C., Meerum Terwogt, M., y Ly, V. (2008). Emotion awareness and internalising symptoms in children and adolescents; the Emotion Awareness Questionnaire revised. *Person-ality and Individual Differences*, 45, 756-761.
- Rodríguez, M. (2013). La autonomía emocional. *Revista de Claseshistoria*, 2(5), 1-12.
- Rosas, C., Abarca, J. y Galindo, M. (2016). La La construcción de la autoestima en relación a los diversos ámbitos sociales. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(3), 47-53.
- Smith, R., Talamendi, L., Cowie, H., Naylor, P. Y Chauhan, P. (2004). Profiles of non-victims, continuing victims and new victims of school bullying. *British Journal of Educational Psychology*, 74, 565-581.
- Socioescuela (2018). *Corto de animación sobre Bullying – No Juegues Conmigo*. [Vídeo]. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=fdMKi64AKYs>

Tenero, M., Leiva, F., y Rodríguez, F. (2016). Acoso en la red: Ciberbullying. *La Convivencia Escolar: Un acercamiento multidisciplinar*, 2, 19-24.

UNESCO. (2018). *School violence and bullying: Global status and trends, drivers and consequences*. París: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

Zabalza, A. (Dir.) (1999). *Convivencia en los centros escolares de Galicia*. Santiago de Compostela: Consejería de Educación y Ordenación Universitaria.

8. ANEXOS

Anexo I: Presentación de formación al profesorado

https://www.canva.com/design/DAEbiYQaUC8/mUfNB2GTpXHuk5VBEvZ1yQ/view?utm_content=DAEbiYQaUC8&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=sharebutton

Anexo II: Programa de actividades fase 1 “formación al profesorado”

Tabla 1. Programa de Actividades Fase 1 "Formación al Profesorado"

PROGRAMA DE ACTIVIDADES FASE 1 “FORMACIÓN AL PROFESORADO”					
Actividad	Objetivo	Materiales	Lugar	Elaboración	Temporalización
“La escala de las emociones”	Reconocer las emociones propias y su intensidad.	-Tabla	Clase	Individual	20 minutos
“Aprendo a decir no”	Aprender a poner límites y perder el miedo a las críticas.	-Pelota	Clase	Grupal	20 minutos
“Gestionando los pensamientos negativos”	Favorecer la regulación emocional y el trabajo de la autoestima.	- Ficha	Clase	Individual	20 minutos
“Reflexiono sobre mis actos”	Desarrollar la identificación emocional.	- Ficha - Lápiz	Clase	Individual	15 minutos
“Hablamos desde el corazón”	Conocer las emociones del resto y trabajar el autoconcepto y la autoestima.	- Pelota	Clase	Grupal	30 minutos
“Situaciones injustas”	Concienciar sobre la importancia de tener en cuenta los	- Pelota	Clase	Grupal	20 minutos

	sentimientos de los demás ante determinadas situaciones.				
“Adivina su emoción”	Fomentar la empatía.	- Ficha - Lápiz	Clase	Individual	20 minutos

Elaboración propia

Anexo III: Presentación de formación a las familias

https://www.canva.com/design/DAEbqhJaOpE/5SVzj7NHrOQjWxfWFPYu6w/view?utm_content=DAEbqhJaOpE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=sharebutton

Anexo IV: Actividad “La Tabla Reflexiva”

Tabla 2. Actividad “La Tabla Reflexiva”

Situación	Decisión	Razones	Consecuencias	¿Qué harías la próxima vez?	Aprendizaje

Elaboración propia

Anexo V: Programa de Actividades Fase 1 "Formación a las familias"

Tabla 3. Programa de Actividades Fase 1 "Formación a las familias"

PROGRAMA DE ACTIVIDADES FASE 1 “FORMACIÓN A LAS FAMILIAS”					
Actividad	Objetivo	Materiales	Lugar	Elaboración	Temporalización
“Todos podemos mejorar”	Fomentar la comunicación y el compromiso de la familia.	-Documento -Lápiz	Casa	Grupal	1 hora

“Mis metas semanales”	Trabajar la constancia y la regulación emocional.	- Tabla - Lápiz	Casa	Grupal	30 min semanales
“Asamblea empática”	Desarrollar la empatía, la comunicación familiar y la expresión emocional.	- Pelota	Casa	Grupal	45 min semanales
“La tabla reflexiva”	Reflexionar sobre sus actos y las consecuencias de estos	-Tabla -Lápiz	Casa	Individual	1 hora semanal
“Recopilamos nuestra evolución”	Conocer su evolución y valorar el esfuerzo realizado.	-Documento -Tabla	Casa	Grupal	45 minutos

Elaboración propia

Anexo VI: Programa De Actividades Fase 1 "Formación a Todos Los Integrantes Del Proyecto"

Tabla 4. Programa De Actividades Fase 1 "Formación a Todos Los Integrantes Del Proyecto"

PROGRAMA DE ACTIVIDADES FASE 1 “FORMACIÓN A TODOS LOS INTEGRANTES DEL PROYECTO”					
Actividad	Objetivo	Materiales	Lugar	Elaboración	Temporalización
El sorteo”	Favorecer la expresión emocional y la expresión oral.	- Dos urnas	Asamblea	Grupal	2 horas
“Investigadores en acción”	Desarrollar la comprensión emocional	-Ordenadores	Asamblea	Grupal	2 horas
“Buzón emocional”	Favorecer la conciencia emocional.	- Buzón - Lápiz - Papel	Asamblea	Grupal	2 horas

“Cortometraje”	Concienciar sobre el acoso escolar y trabajar la identificación emocional y la empatía.	- Proyector	Asamblea	Grupal	2 horas
“Visionado”	Fomentar la empatía y el reconocimiento de emociones ajenas.	-Proyector	Asamblea	Grupal	2 horas
“Rincones de emociones”	Implementar lo aprendido mediante juegos de emociones.	-Material que decida el grupo para formar cada rincón.	Asamblea	Grupal	2 horas

Elaboración propia

Anexo VII: Programa De Actividades Fase 2 “Intervención aplicada al alumnado”

Tabla 5. Programa De Actividades Fase 2 “Intervención aplicada al alumnado”

PROGRAMA DE ACTIVIDADES FASE 2 “INTERVENCIÓN APLICADA AL ALUMNADO”					
Actividad	Objetivo	Materiales	Lugar	Elaboración	Temporalización
“El recipiente de las emociones”	Reconocer las emociones propias y las ajenas en situaciones cotidianas.	-Recipiente -Bolas de colores	Clase	Grupal	1º Trimestre
“Exposición”	Concienciar a otros compañeros sobre la importancia de prevenir el acoso escolar a través de la educación emocional.	-A elegir entre: mural, ordenador o pizarra	Clase	Grupal	2º Trimestre

“Mediadores de recreo”	Implementar lo aprendido para favorecer la convivencia del centro.	-Recipiente -Bolas de colores -Libreta -Lápiz	Clase	Grupal	3° Trimestre
“Vídeo de concienciación”	Reflejar lo aprendido en un vídeo de concienciación.	-Ordenador -Cámara	Clase	Grupal	3° Trimestre

Elaboración propia

Anexo VIII: Evaluación Del Profesorado

Tabla 6. Evaluación Del Profesorado

CRITERIO	BAJO (1)	BUENO (2)	EXCELENTE (3)
Las actividades se han planificado correctamente.			
Se ha atendido a la diversidad del alumnado y de sus familiares.			
Se ha mostrado flexibilidad e interés en la consecución de las actividades.			
Se ha intervenido en las asambleas de forma activa.			

Elaboración propia

Anexo IX: Evaluación Del Alumnado

Tabla 7. Evaluación Del Alumnado

CRITERIO	BAJO (1)	BUENO (2)	EXCELENTE (3)
He aprendido a reconocer y a gestionar mis emociones.			
He mostrado interés durante la evolución del proyecto.			
He conseguido que otros compañeros aprendan con mi ayuda.			

Me he involucrado en todas las actividades que se han realizado.			
--	--	--	--

Elaboración propia

Anexo X: Evaluación De Las Familias

Tabla 8. Evaluación De Las Familias

CRITERIO	BAJO (1)	BUENO (2)	EXCELENTE (3)
He participado en todas las actividades propuestas.			
He seguido las sugerencias de los especialistas.			
He trabajado en casa los conocimientos aprendidos durante la formación y las asambleas de tarde.			
Me he esforzado para ser competente emocionalmente en colaboración con la escuela.			

Elaboración propia

Anexo XI: Evaluación Del Proyecto

Tabla 9. Evaluación Del Proyecto

CRITERIO	BAJO (1)	BUENO (2)	EXCELENTE (3)
El proyecto me ha servido para mejorar mi conducta.			
Ahora entiendo mejor los riesgos del acoso escolar.			
Soy capaz de reconocer las emociones en los demás y de gestionar las mías.			
Me ha gustado y me ha resultado útil participar en este proyecto.			

Elaboración propia