

¿Y si educamos para la vida?

- ESTRATEGIAS PARA EL PROFESORADO PARA TRABAJAR LA RESILIENCIA EN LAS AULAS



Chinea Rodríguez, María Elena

(alu0100762891@ull.edu.es)

Machi Moreno, Alba María

(alu0100779394@ull.edu.es)

- Curso: Cuarto de Pedagogía
- Asignatura: Trabajo de Fin de Grado
- Modalidad: Proyecto de Innovación
- Tutor: Juan Manuel Díaz Torres

ULL

Universidad
de La Laguna



ÍNDICE

1. Datos de identificación del proyecto	2
- Contexto del centro	3
2. Justificación	4
3. Objetivos	6
3.1 Objetivo general	6
3.2 Objetivo específico	6
4. Metodología, propuesta de intervención	6
4.1 Procedimiento/estrategias de intervención	6
4.2 Agentes que intervienen, su papel y recursos materiales	6
4.3 Temporalización	
4.4 Actividades y tareas a realizar	7
4.4.1 Cronograma	8
4.4.2 Presentación del proyecto	8
4.4.3 La resiliencia en el aula	11
4.4.4 ¡Cuéntanos un cuento!	13
4.4.5 Ponemos en práctica lo aprendido	15
4.4.6 Debate final	18
5. Propuesta de evaluación del proyecto	20
6. Referencias bibliográficas	23

Resumen

Desde la infancia es de vital importancia desarrollar y fortalecer la resiliencia en el alumnado, es decir, la capacidad de enfrentarse a situaciones adversas y superarlas con éxito, y para ello, es necesario que el profesorado esté formado y conozca estrategias para trabajar la resiliencia dentro del aula.

Palabras clave: resiliencia, alumnado, profesorado, estrategias.

Abstract

Since childhood is of vital importance to develop and strengthen resilience in students, this is, the ability to cope with adverse situations and overcome them successfully, and it is necessary that teachers are trained and learn strategies for working resilience within the classroom.

Keywords: resilience, students, teachers, strategies

1. Datos de identificación del proyecto

Este proyecto está dirigido a todo profesorado que imparta docencia en la etapa de Educación Infantil en el CEIP Toscal-Longuera, centro perteneciente al municipio de Los Realejos, dado que se considera de gran importancia el trabajo y fortalecimiento de la resiliencia desde edades tempranas, con el fin de que el alumnado tenga las herramientas suficientes para enfrentarse a cualquier tipo de situación adversa, superarla y que salgan reforzados de las mismas.

Dado que el currículum se estructura en base a los cuatro aprendizajes fundamentales, como son el aprender a conocer, el aprender a hacer, el aprender a vivir juntos y aprender a ser, la enseñanza de valores, como la resiliencia, debe estar implícita en cada uno de ellos.

- Contexto del centro

El colegio Toscal-Longuera se ubica en el municipio de Los Realejos, en la zona baja del mismo entre los barrios de La Longuera y el Toscal, muy cerca de las urbanizaciones de La Romántica I y II y el barrio de Punta Brava en el Puerto de la Cruz y, en la actualidad, se halla rodeado de nuevas urbanizaciones como la de Los Potreros y La Gorvorana. Posee una tipología de CEIP (Centro de Educación Infantil y Primaria) en el que se imparten enseñanzas de Segundo Ciclo de Educación Infantil (3-5 años) y los tres ciclos de Educación Primaria (6-12 años). Se trata de un centro público de Educación Infantil y Primaria con un número de alumnos que oscila entre los 390 y 415 alumnos/as. El centro consta de varios edificios: el central y más grande, donde se ubican las aulas de Primaria y resto de servicios: biblioteca, sala de ordenadores, secretaría, despacho de dirección, sala de audiovisuales y sala de profesores y, por otro lado, el edificio de Educación Infantil, el Comedor y el gimnasio cubierto, un huerto escolar y aparcamiento para el profesorado.

La zona que rodea al colegio cuenta con servicios propios en todos los sentidos: tiendas, restaurantes, cafeterías, parques, estadio deportivo municipal,... y está en continuo crecimiento poblacional ya que las viviendas no dejan de aumentar.

El entorno que rodea al centro cuenta con un nivel socio-económico medio, si bien en la actualidad se han vivido cambios debido a la actual crisis económica que azota el país: hay un gran descenso en el sector de la construcción, por lo que muchas familias están en la actualidad los dos sustentadores de la misma en paro o cobrando un subsidio por desempleo y debido a ello se ha visto aumentado el número de alumnos/as de cuota mínima del servicio de comedor escolar.

La plantilla del profesorado es bastante estable, contando en cada ciclo con, al menos, dos profesores que continúan ciclo (menos del 50% cambia cada curso). La media de edad de la actual plantilla está entre los 45 y 55 años.

Por último en el centro se desarrollan los siguientes proyectos educativos:

- Proyecto Escuela 2.0 en el Tercer Ciclo de Primaria.
- Proyecto Niñolandia, coordinado por el área de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Los Realejos.

2. Justificación

Según Grotberg (1995) la resiliencia puede definirse como “la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e incluso ser transformado positivamente por ella” (p.6).

El primero que utilizó este término fue Bolwby (1992) insistiendo en el papel del apego en el origen de la resiliencia y la definió como "resorte moral, cualidad de una persona que no se desanima, que no se deja abatir" (p.112).

“La resiliencia no es una capacidad innata o asociada a un concepto de personalidad estático, al contrario, los factores protectores se pueden potenciar, educar, desarrollar y trabajar con la persona y con su entorno” (López, 2005, p.1). De hecho, algunos investigadores han ido poniendo énfasis en la evidencia de que “existen personas que, en medio de condiciones muy adversas, afrontan con éxito sus dificultades y rompen con las expectativas de fracaso que se cernían sobre ellas” (López, 2005, p.1).

Esta afirmación nos lleva a la conclusión de que si la resiliencia es una capacidad que se va construyendo con el tiempo, resulta indispensable educarla, potenciarla y fortalecerla, con el fin de que las personas puedan desarrollarse con plenitud en todos los aspectos de su vida y dispongan de las herramientas suficientes para enfrentarse a una situación adversa y superarla satisfactoriamente.

En el caso de la resiliencia en la infancia, se combinan una serie de factores que permiten al niño/a afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida (Suárez, 1995). Ésta, la resiliencia, está formada por un conjunto de procesos sociales que posibilitan tener una vida sana; “dichos procesos tienen lugar a través del tiempo, en interacción del sujeto con su ambiente familiar, social y cultural” (Muñoz Garrido y De Pedro Sotelo, 2005, p.113), con lo cual “su desarrollo tiene lugar en las interacciones activas entre el niño, su familia, la escuela, la comunidad y la cultura en la que vive” (Muñoz Garrido y De Pedro Sotelo, 2005, p.113)

Por ello, es fundamental, no sólo desde la familia y el entorno más próximo, sino que también desde la escuela, se fomente el desarrollo y la educación en la resiliencia.

Sin embargo, dicha enseñanza no es fácil, pues exige de una adecuada intervención y potenciación de la misma en el alumnado y, para ello, “se requiere de unos profesores y profesoras que dispongan de un grado aceptable de resiliencia propia, así como de una serie de conocimientos, estrategias y herramientas relacionados con esta parcela de trabajo” (Arranz Martínez y Liesa Orús, 2006, p. 4) pues “un docente no será buen estimulador de resiliencia si él mismo no goza de un perfil adecuado en las dimensiones de la misma (Arranz Martínez y Liesa Orús, 2006, p.8), es decir, debe ser una persona optimista, asertiva y positiva y ser capaz de transmitir esto al alumnado.

Con lo cual, es necesario integrar el concepto de la resiliencia en la educación, pues ésta se manifiesta como “un proceso de acción sistémica en el que intervienen diferentes factores para promover el desarrollo integral del niño a pesar de sus condiciones de vida difíciles” (Muñoz Garrido y De Pedro Sotelo, 2005, p.114).

Por lo tanto, el profesional de la enseñanza deber ser un apoyo, un guía y una compañía eficaz para los niños, “pues se basa en las fortalezas y oportunidades que ofrecen ellos mismos y su realidad, lo que les permite llenarse de esperanza y tener altas expectativas en relación con el proceso de recuperación y aprendizaje” (Muñoz Garrido y De Pedro Sotelo, 2005, p.115)

Así pues, es necesario que los docentes “desarrollen dinámicas educativas que contribuyan a formar personas capaces de participar activamente en la sociedad, sujetos preparados para afrontar con posibilidades reales de éxito las inevitables dificultades de la vida” (Uriarte, 2006, p.1).

Por todo lo argumentado anteriormente, el objeto de este proyecto es la dotación de herramientas y estrategias al profesorado con el fin de que trabaje desde el aula la resiliencia en el alumnado, para que así éstos dispongan de la capacidad suficiente para afrontar y superar las circunstancias difíciles, forjando un comportamiento vital positivo pese a las adversidades y saliendo, de esta manera, fortalecidos de las mismas.

Finalmente, tal y como afirma Cyrunlnik et al (2004) “la resiliencia de un niño se construye en la relación con el otro, mediante una labor de punto que teje el vínculo, tejer la resiliencia. La resiliencia no resulta de la suma de factores internos y externos, sino de su interacción permanente, que teje el destino de una vida” (p.118)

3. Objetivos

A continuación se exponen los objetivos planteados, tanto general como específicos.

3.1 Objetivo general

- Concienciar al profesorado de la importancia de desarrollar y fortalecer la resiliencia desde edades tempranas, proporcionando estrategias para trabajarla dentro del aula.

3.2 Objetivo específico

- Desarrollo de un seminario para fortalecer las actitudes positivas del profesorado hacia la enseñanza de valores, como la resiliencia.

4 Metodología, propuesta de actuación

La propuesta de innovación que se desarrollará será un seminario compuesto por actividades teóricas y prácticas relacionadas con la temática establecida.

4.1 Procedimiento/estrategias de intervención

Como se ha comentado con anterioridad se realizará un seminario formativo que estará dividido en las siguientes fases:

- Primera fase: Presentación del proyecto.
- Segunda fase: Desarrollo de la acción formativa.
- Tercera fase: Conclusión y cierre del seminario.

4.2 Agentes que intervienen, su papel y recursos materiales

Para desarrollar el presente proyecto se contará con la ayuda de un psicólogo educativo que será el encargado de llevar a cabo la ponencia sobre las actitudes que tiene que tener el profesorado para fomentar y desarrollar la resiliencia dentro del aula. Participará también en el seminario un orientador del CEP, que colaborará en la realización de las actividades prácticas propuestas.

En cuanto a recursos materiales será necesario la disponibilidad del aula de audiovisuales, ya que en ella se encuentran todos los recursos que se necesitarán (proyector, mobiliario...), con el fin de desarrollar adecuadamente el seminario planteado.

4.3 Temporalización

Se ha decidido llevar a cabo este seminario las dos últimas semanas de septiembre y las tres primeras de octubre ya que así, desde principio del curso escolar, los docentes dispondrán de las estrategias necesarias para llevar a cabo el fortalecimiento de la resiliencia en el aula.

4.4 Actividades y tareas a realizar

El objeto del presente proyecto es proporcionar estrategias al profesorado para que trabajen la resiliencia en el aula con sus alumnos. Para ello, se llevará a cabo un seminario, que estará compuesto por distintas fases.

En primer lugar, la fase de presentación del proyecto, en el que se comenzará a modo general, explicando qué es la resiliencia y la importancia de ésta, en segundo lugar, las actitudes que el profesorado tiene que tener para trabajarla en el aula, así como una sesión de cuentacuentos, y por último, terminar con una serie de actividades para proporcionar las estrategias necesarias para ponerla en práctica, concluyendo con un debate final.

4.4.1 Cronograma de las actividades a realizar

A continuación se muestra el cronograma con las actividades a desarrollar y las semanas en las que se realizarán:

Actividad/Semana	Septiembre					Octubre				
	1 ^a	2 ^a	3 ^a	4 ^a	5 ^a	1 ^a	2 ^a	3 ^a	4 ^a	5 ^a
Presentación del proyecto y charla introductoria										
¿Cómo llevar a cabo la resiliencia en el aula?										
¡Cuéntanos un cuento!										
Ponemos en práctica lo aprendido										
Debate final										

4.4.2 Presentación del proyecto

El primer día del seminario, es decir, la cuarta semana de septiembre, a modo de presentación del proyecto se realizará una charla introductoria del tema que nos ocupa, la resiliencia en las aulas de Infantil, la cual constará de una hora.

Nombre de la acción

Charla introductoria

¿En qué consiste la acción?

En primer lugar, se explicará, a modo general, qué es la resiliencia y la importancia de fomentar y reforzar esta capacidad en las aulas. En segundo lugar, más concretamente, se especificarán las actitudes que los docentes deben tener para poder enfrentarse con éxito a la tarea de trabajar la resiliencia con sus alumnos, como se indica posteriormente.

Con esto se pretende que el/la docente asuma que, para transmitir y ser un buen estimulador de resiliencia, debe previamente, presentar un perfil adecuado de la misma.

Contenido de la actividad

Como se ha comentado, los contenidos que se trabajarán en la charla introductoria, serán:

En primer lugar, qué es la resiliencia, por qué es importante trabajarla en el aula y los beneficios que ésta conlleva, y en segundo lugar, las actitudes que el profesorado debe adoptar para desarrollar la resiliencia en el alumnado.

Tales actitudes serían las siguientes:

1. Optimismo: debe ser una persona optimista, capaz de transmitir una visión positiva de la realidad a sus alumnos/as: “el profesor optimista se recupera de contrariedades, persiste en el logro de objetivos, percibe las dificultades como retos a superar y no rehúye de las tareas difíciles” (Uriarte, 2006, p.16) puesto que si el proceso educativo se realiza en un clima de optimismo y confianza, con objetivos retadores pero alcanzables para los alumnos, éstos aprenden a ser positivos y optimistas (Marujo, Neto y Perlorio, 2003).
2. Asertividad: debe ser asertivo, capaz de expresar o transmitir lo que quiere, lo que piensa y siente, haciendo lo que considera más apropiado para sí mismo y defendiendo sus propios derechos, intereses o necesidades sin agredir u ofender a nadie (Llacuna Morera y Pujol Franulo, 2004).
3. Autoestima: debe gozar de una buena autoestima, ya que “es un sentimiento de aceptación y aprecio hacia uno mismo, que va unido al sentimiento de competencia y de valía personal” (Peña Acuña, s.f., p.106).
4. Comunicador: debe ser un buen comunicador, desarrollando así la escucha, expresión verbal y no verbal y la comunicación en general.
5. Creatividad: ser creativo, “crear e inventar cosas nuevas o darle a las que existen un sentido nuevo” (Villamizar Acevedo, 2012, p. 226).
6. Sentido del humor: tener sentido del humor y ser capaz de transmitirlo al alumnado es otra de las claves del profesor/a resiliente. “El sentido del humor del docente influye en la atmósfera de clase, pues si el estudiante percibe humor en el profesor, surgen el afecto y la comprensión mutua, manteniéndose relaciones armoniosas en un clima de cooperación” (Perandones, Lledó y Herrera, 2013, p. 178).
7. Comprensión y respeto: “debe tener una actitud comprensiva y respetuosa hacia los alumnos y sus problemas” (Uriarte, 2006, p.18) con lo cual, el docente debe ser empático, es decir, “ser capaz de ponerse en el lugar del otro para comprender sus puntos de vista, actitudes y acciones, así ésta, puede servir para favorecer la propia empatía del alumnado” (Muñoz Garrido y De Pedro Sotelo, 2005, p. 119).

8. Afectividad: “Los educadores deben mantener un actitud afectuosa, donde la aceptación y el afecto deben estar acompañados de una adecuada exigencia para que el alumno se esfuerce, actúe de la mejor manera posible, se responsabilice y trate de cumplir con su obligaciones, rechazando la tendencia de la pasividad e implicándose en actividades grupales que favorezcan el conocimiento mutuo y la colaboración” (Uriarte, 2006, p. 17). Pero para ello “el docente tiene que tener una relación afectuosa positiva, pero no excesivamente próxima, que proporcione un entorno donde el alumno pueda desenvolverse con seguridad” (Uriarte, 2006, p.18).
9. Lenguaje corporal positivo: con nuestro lenguaje corporal se transmite a los demás nuestra actitud y nuestro estado de ánimo ya que por ejemplo, cuando sonreímos, no solamente estamos expresando nuestra propia alegría, sino que también favorece que otros lo estén.
10. Motivador: “Estamos motivados cuando tenemos la voluntad de hacer algo y, además, somos capaces de perseverar en el esfuerzo que ese algo requiera durante el tiempo necesario para conseguir el objetivo que nos hayamos propuesto” (Navarrete Ruiz de Clavijo, 2009, p. 2). Por esta razón, el docente debe ser motivador, pues tiene que, a través de estrategias, suscitar interés en el alumnado por su propio aprendizaje o por las actividades que lo conducen a él, es decir, ser capaz de transmitir valores y actitudes positivas hacia la escuela (Navarrete Ruiz de Clavijo, 2009). Por lo tanto debe generar buen clima en el aula y buenas relaciones entre el propio alumnado y de éste con el docente, tener una actitud entusiasta, etc.

Una vez finalizada la primera charla introductoria acerca de los conceptos básicos que se van a manejar en el proyecto y que los docentes deben conocer previamente, como qué es la resiliencia o cuáles son las actitudes necesarias que debe adoptar el profesorado para gozar de un perfil adecuado de la misma, se realizará una sesión en la que se explicarán cuáles son las estrategias para llevar a cabo buenas prácticas educativas constructoras de resiliencia en el aula.

4.4.3 La resiliencia en el aula

El segundo día se llevará a cabo otra actividad teórica, más específicamente, sobre las estrategias más adecuadas para desarrollar y fomentar la resiliencia en el aula, la cual tendrá una duración de una hora.

Nombre de la acción
¿Cómo llevar a cabo la resiliencia en el aula?
¿En qué consiste la acción?
<p>Dado que el objetivo general de este proyecto es proporcionar estrategias al profesorado para trabajar la resiliencia, se dedicará esta sesión a explicarle a los docentes cuáles son dichas estrategias que, poniéndolas en práctica, ayudarán a desarrollar y fortalecer la resiliencia en el aula, preparando de esta manera al alumnado para afrontar las adversidades y salir reforzados de posibles situaciones difíciles que surjan a lo largo de sus vidas.</p>
Contenido de la actividad
<p>A lo largo de esta sesión se trabajarán cuáles son las técnicas y estrategias más acertadas para promocionar la resiliencia en el aula.</p> <p>Dichas estrategias son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none">- En primer lugar, el docente debe apostar en el aula por estrategias inclusivas y de no exclusión: favorecer el trabajo en equipo es importante, puesto que de esta manera “se ofrece un modelo de relaciones humanas en las que las personas, más allá de las diferencias, pueden entenderse y apoyarse mutuamente” (López, 2005, p. 3) facilitando de esta manera la relación de ayuda entre los alumnos/as.

- Potenciar la autonomía, otorgando responsabilidades al alumnado es otra de las estrategias fundamentales que favorecerán el desarrollo de la resiliencia: para ello es necesario propiciar espacios para que sean ellos mismos los que tomen sus propias decisiones y enseñarles a asumir las consecuencias que pueden derivar de las mismas.
- Mejorar la capacidad de comunicación en el aula, creando de esta forma un vínculo, no sólo entre docente-alumnado, sino entre los propios alumnos/as, dándoles la palabra y haciendo que se sientan escuchados, comprendidos y reconocidos, ayudarán a reforzar su valía personal y su autoestima.
- A colación de esto último, es necesario fortalecer el autoconcepto positivo, es decir, fomentar que los alumnos/as se comprendan y valoren a sí mismos, ayudándoles a ver los aspectos positivos tanto de su persona como de sus vidas, recompensando sus buenos comportamientos y actitudes y potenciando sus habilidades.
- La crítica asertiva es una buena técnica para proponer cambios y posibilidades de mejora, pues de esta forma se establecerán vínculos positivos con el alumnado.
- Fomentar la creatividad en el aula es una forma de motivar al alumnado a la hora de participar activamente en la realización y cumplimiento de las actividades.
- Enseñar habilidades para la vida, “dotando a cada persona de una batería de recursos personales que ayuden a obtener lo mejor de sí misma” (Melero, 2010, p.6) y educar en valores son estrategias que favorecen la capacidad de dar sentido a la vida del alumnado y que les ayudará a enfrentarse con éxito a situaciones adversas y a salir fortalecidos de ellas.
- Trabajar el sentido del humor y enseñar a los alumnos/as a reírse de ellos mismos son técnicas que ayudarán a favorecer un clima de optimismo y confianza, no sólo a nivel general en el aula, sino a nivel individual cada alumno/a.

4.4.4 Cuentacuentos

El tercer día se realizará una sesión de cuentacuentos para los docentes, dada la importancia del libro como recurso para trabajar los sentimientos y las emociones. Es por ello que se destinará una hora para la realización del mismo.

Nombre de la acción

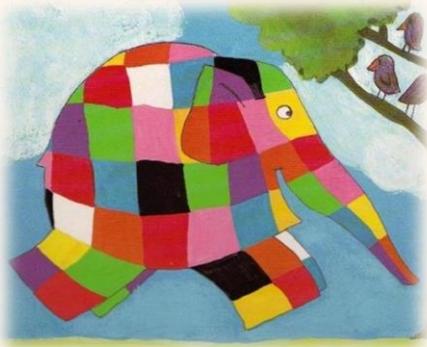
¡Cuéntanos un cuento!

¿En qué consiste la acción?

“El cuento como recurso educativo puede ser una herramienta muy útil para trabajar diversas áreas y contenidos” (Pérez, Pérez Molina y Sánchez, 2013, p.4) ya que permite al docente trabajar de manera interdisciplinar, siendo “un recurso elemental de socialización y de descubrimiento personal” (Pérez, Pérez y Sánchez, 2013, p.5) de cada alumno/a. Es por ello que en este seminario se realizará una sesión de cuentacuentos para los docentes del centro, con el fin de que recomendarles y que conozcan cuentos relacionados con las emociones y la resiliencia, que les serán de gran ayuda para trabajar esta temática a través de la lectura en el aula.

Contenido de la actividad

La lista de cuentos que se facilitará al profesorado será la siguiente:



“Elmer – David McKee ”

Elmer es un elefante diferente a toda su manada y sin embargo, aunque él a veces se cansa de serlo, todos lo aprecian y quieren por cómo es el en su esencia, no por su apariencia.

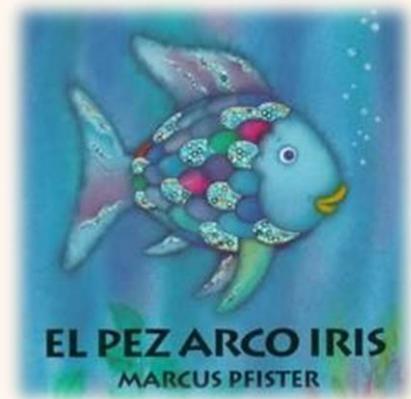


“El monstruo de colores – Anna Llenas”

El monstruo de los colores se ha hecho un lío con sus emociones y, a través de los colores, las irá identificando y ordenando.

“El pez arcoíris – Marcus Pfister”

El pez arcoíris, a pesar de ser el más bello de todo el océano, se siente muy solo porque nadie quiere jugar con él. Poco a poco se dará cuenta de que compartiendo con los demás peces, será mucho más feliz.



“Adivina cuánto te quiero – Sam McBratney”

El amor no es un sentimiento fácil de medir y esta historia sobre el cariño entre padres e hijos nos lo demostrará.



“¡No es fácil, pequeña ardilla! – Elisa Ramón”

La pérdida de un ser querido es un hecho adverso al que todos debemos hacer frente en algún momento de nuestras vidas. Este cuento explica este tema tan difícil de la manera más tierna.



4.4.5 Actividades prácticas

El cuarto día del seminario, se realizarán las actividades prácticas para desarrollar y fortalecer lo dado en las sesiones anteriores, las cuales tendrán una duración de media hora cada una, donde se irán rotando para poder participar en todas.

Nombre de la acción

Ponemos en práctica lo aprendido

¿En qué consiste la acción?

Una vez finalizada la parte teórica del seminario, realizaremos una serie de actividades prácticas para fortalecer lo aprendido de una manera más dinámica, así como para proporcionar estrategias al profesorado para trabajar determinados valores, que conforman la resiliencia, en el aula por medio de juegos. Para ello se dividirá al profesorado en tres grupos que irán rotando por las distintas actividades, explicadas a continuación, las cuales serán:

1. Rueda de los sentimientos
2. ¿Cómo fomentamos la autonomía?
3. ¡Vamos a reírnos de nosotros mismos!

1. Rueda de los sentimientos

Dada la importancia de valores como la asertividad o la autoestima y la necesidad de fomentarlos dentro del aula, surge la rueda de los sentimientos: una actividad donde el alumnado, sentado en forma de círculo, deberá empezar diciendo cómo se siente en el día de hoy o cualquier expresión de sus sentimientos, así como decir dos cosas positivas del compañero sentado a la derecha y a la izquierda.

La asertividad y la autoestima están estrechamente unidas, “pues la persona que posee una sólida autoestima, es asertiva, se conoce, comunica sus ideas con claridad y tiene control emocional, puede enfrentar de manera efectiva las adversidades y las presiones, además de que cuenta con recursos para resolver los problemas y tomar decisiones que convengan a su desarrollo” (Conde Flores, 2010, p.34).

Por ello, esta actividad surge ante la necesidad de que el alumnado sea capaz de expresar lo que siente, lo que opina o lo que quiere, así como sentimientos positivos hacia cualquier compañero, con el objetivo de fortalecer la autoestima propia y la de los demás, ya que entre ellos refuerzan las actitudes o valores positivos del compañero. Por todo ello, creemos necesario dotar al profesorado de estrategias para trabajar dichos valores dentro del aula.



2. ¿Cómo fomentamos la autonomía?

Es importante que los alumnos/as se sientan reconocidos y otorgarles responsabilidades contribuye positivamente a ello. En esta actividad, se les explicará a los docentes algunas de las acciones que se pueden llevar a cabo en el aula que fomentan en el alumnado la autonomía como son, por ejemplo, la elección de un delegado de la clase o del “encargado del día”:

- El delegado o delegada se convierte en “la voz” de la clase: es una figura de importancia dentro del aula, ya que se encargará de transmitir las peticiones, sugerencias o deseos que tenga el grupo al profesorado y la directiva del centro. Esta elección hará que el alumnado desarrolle, por un lado, su sentido de la responsabilidad y autonomía y, por otro, aumentará su sentido de pertenencia por su colegio, ya que sentirán que forman parte activa del mismo, que son escuchados y reconocidos.
- “El encargado del día” también es otro ejemplo de acción que potencia el desarrollo de la autonomía en el alumnado: cada día, los alumnos/as se irán rotando y uno de ellos será el encargado, cuya función será la de pasar lista, colocar las faltas en el panel, ver qué día de la semana es o qué tiempo hace y colocarlo en el calendario, entre otras pequeñas responsabilidades que se les quiera ir otorgando.



3. ¡Vamos a reírnos de nosotros mismos!

El sentido del humor o la positividad son dos de las actitudes fundamentales que es necesario aplicar en el aula para llevar a cabo buenas prácticas constructoras de resiliencia con el alumnado.

Por ello, otra de las actividades que se llevarán a cabo a lo largo de esta sesión es la realización de una pequeña asamblea: en dicha actividad, se le repartirá al profesorado una serie de tarjetas con situaciones de la vida cotidiana que resultan problemáticas para los alumnos/as, desde las más usuales, propias del día a día en el aula como las más adversas, como la muerte de algún familiar, y los docentes deberán explicar cómo actuarían ellos si uno de sus alumnos/as acudiera a ellos con dicho problema o qué consejos le darían, siempre intentando sacar la parte positiva de cada uno de los conflictos

El objetivo de esta actividad es que el profesorado, por un lado, enseñe a sus alumnos a relativizar cualquier problema de sus vidas, dándole la verdadera importancia que le corresponde y, por otro, que aprendan a plantear al alumnado los problemas como oportunidades o retos a superar, sacando así la parte positiva de cualquier situación adversa.



4.4.6 Debate final y cierre del seminario

El último día se realizará un debate final, al cual se dedicarán 45 minutos, así como se les entregará a los docentes, una vez finalizado éste, el cuestionario de evaluación para dar por concluido el seminario, que constará de 30 minutos, donde se plantearán diversas preguntas al profesorado sobre el proyecto, conociendo así la opinión de éstos, las dudas que puedan surgir, la utilidad del seminario y las posibles mejoras.

❖ Debate

Por último, al finalizar la sesión, se abrirá un espacio de debate. Dicho debate será regulado por un moderador, que se encargará de plantear a los participantes cuestiones acerca del proyecto tales como:

- ¿Consideran que es importante trabajar la resiliencia en el aula desde edades tempranas?
- ¿Qué ventajas e inconvenientes plantea educar en valores en la escuela?
- ¿De qué otras formas trabajarían la resiliencia con sus alumnos/as en las aulas?
- ¿Cuál es su opinión general acerca de las dinámicas planteadas?
- ¿Les ha resultado de utilidad este seminario?

Aunque a primera instancia el debate será dirigido por el moderador, que planteará las cuestiones comentadas anteriormente y controlará que los docentes participen de forma ordenada, posteriormente serán los propios participantes los que decidan el transcurso del mismo, es decir, no se establecerá un tiempo definido para cada pregunta ni un número límite de veces para poder intervenir, ya que lo que se espera es que los profesores y profesoras puedan participar con libertad y comentar, preguntar y exponer todo aquello que deseen.

Además los docentes también podrán plantear dudas y cuestiones que hayan podido surgir a lo largo del taller y proponer sugerencias, lo que nos permitirá conocer cuáles son los distintos puntos de vista de los participantes acerca de las dinámicas planteadas y contribuirá a la mejora del presente proyecto.

5. Propuesta de evaluación del proyecto

Una vez finalizado el seminario se realizará una evaluación con el fin de constatar la eficacia y utilidad del mismo. La evaluación no será examinadora, ni emitirá un juicio de valor, sino que será un instrumento de ayuda para recoger información y analizarla para detectar o proponer posibles mejoras, así como será de carácter interno, tratando de implicar a todo el profesorado en todo este proceso.

Una forma de evaluación se realizará través de la observación, analizando:

- La asistencia del profesorado.
- La puntualidad del profesorado.
- La participación y motivación que muestra el profesorado en las distintas actividades.
- La actitud del profesorado.

Para la cual se utilizará la siguiente plantilla:

Plantilla de observación

	Nunca	A veces	Siempre
1. Asistencia			
1.2. El/la docente asiste a los talleres propuestos			
2. Puntualidad			
2.1. El/la docente asiste puntualmente a los talleres programados.			
3. Participación y motivación			
3.1. El/la docente participa en los talleres.			
3.2. El/la docente pregunta cuestiones.			
3.3. El/la docente debate con sus compañeros.			
3.4. El/la docente muestra interés a la hora de realizar las actividades propuestas.			
4. Actitud			
4.1. El/la docente muestra una actitud positiva en el desarrollo de los talleres.			
4.2. El/la docente muestra una actitud negativa en el desarrollo de los talleres.			
4.3. El/la docente respeta el turno de palabra.			
4.4. El/la docente escucha a sus compañeros.			

Aparte de ello, se realizará un cuestionario al profesorado para comprobar más concretamente la utilidad del seminario, donde se incluirán las siguientes preguntas:

- ¿Qué le ha parecido, en general, el seminario?
- ¿Cuál ha sido la actividad que más le gustó? ¿Por qué?
- De todas las actividades propuestas, ¿cuál le ha resultado más útil? ¿Por qué?
- ¿Cambiaría algo del seminario?
- ¿Tiene alguna propuesta de mejora?

En definitiva, la evaluación tendrá dos finalidades: por una parte, conocer la opinión del profesorado, es decir, si éste siente que se le ha capacitado para desarrollar estrategias para trabajar la resiliencia dentro del aula, y, por otro lado, comprobar si les ha resultado beneficioso y efectivo el seminario.

6. Referencias bibliográficas

Arranz Martínez, P. & Liesa Orús, M. (2006). La resiliencia en el ámbito escolar: alumnos en riesgo de exclusión, 1-63.

Bolwby, J. (1992). Continuité et discontinuité: vulnérabilité et résilience. *Devenir*, (4), 7-31.

Conde Flores, S. (2010). Educar y proteger: el trabajo docente en una escuela segura. 6-84. Recuperado de <http://www.seslp.gob.mx/pdf/Guia%20para%20docentes.pdf>

Cyrulnik, B., Tomkiewicz, S., Guenard, T., Vanistendael, S., Manciaux, M., et al (2004). *El realismo de la esperanza*. Barcelona: Gedisa.

Grotberg, E. (1995). *A guide to promotig resilience in children: strenghening the human spirit*. La Haya, Holanda: The Internacional Resilence Proyect., Bernard Van Leer Foundation.

Llacuna Morera, J. y Pujol Franco, L. (2004). *La conducta asertiva como habilidad social*. 1-5. Recuperado de http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_667.pdf

López, P. (2005). Construir la resiliencia en la práctica educativa: estrategias y actuaciones pensadas por y para educadores/as. 1-10. Recuperado de http://www2.peretarres.org/publicacions/articulo_resiliencia_mision_joven.pdf

Marujo, H. A., Neto, L. M. y Perlorio, M^a F. (2003). *Pedagogía del optimismo. Guía para lograr ambientes positivos y estimulantes*. Madrid: Narcea

Melero, J.C. (2010). Habilidades para la vida: un modelo para educar con sentido. 3-12. Recuperado de http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Departamentos/SaludConsumo/Documentos/docs/Profesionales/Salud%20publica/Promoci%C3%B3n%20salud%20escuela/Red%20Aragonesa%20Escuelas%20Promotoras%20Salud/Jornadas/Un_modelo_para_educar_con_sentido.pdf

Muñoz Garrido, V., De Pedro Sotelo, F. (2005). Educar para la resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. *Revista Complutense de Educación* 16 (1), 107-124.

Navarrete Ruiz de Clavijo, B. (2009). La motivación en el aula. Funciones del profesor para mejorar la motivación en el aprendizaje. *Revista Innovación y experiencias educativas* (15), 1-9.

Peña Acuña, B. (s.f.), *Métodos científicos de observación en educación*. Madrid, España: Visión Libros.

Perandones González, T., Lledó Carreres, A., Herrera Torres, L. (2013) ¡Sonría Maestro! Aprendizaje sentido. Con humor la letra entra mejor. *Revista de educación y Humanidades* (4), 175-186.

Pérez Molina, D., Pérez Molina, A., Sánchez Sierra, R. (2013). El cuento como recurso educativo. *Revista de Investigación*, 2-29.

Suárez, E.N., Krauskopf, D. (1995). El enfoque de riesgo y su aplicación a las conductas del adolescente. Una perspectiva psico-social. *Publicaciones Científicas*, 552.

Tomkiewicz, S. (2004). El surgimiento del concepto. En B. Cyrulnick (ed.), *El realismo de la esperanza* (pp 33-50). Barcelona: Gedisa

Uriarte, J.D. (2006), Construir la resiliencia en la escuela. *Revista de Psicodidáctica* 11 (1), 7-23.

Villamizar Acevedo, G. (2012). La creatividad desde la perspectiva de estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en educación* 10 (2), 212-237.