

ULL

Universidad
de La Laguna



TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL

LA PREVENCIÓN DEL BULLYING
A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL
DESDE LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL

TATANIA VAQUERO CASTILLO

MODALIDAD: PROFESIONALIZADOR

TUTOR: DANIEL ÁLVAREZ DURÁN

CURSO ACADÉMICO 2016/2017

CONVOCATORIA: JULIO

La prevención del bullying a través de la Educación Emocional desde la etapa de Educación Infantil

Resumen

El Trabajo Fin de Grado que se presenta a continuación se enmarca dentro de la modalidad profesionalizador, tratando de conseguir planes de mejora ante una problemática actual que nos preocupa a todos como es el acoso escolar. Con este programa se quiere llevar a cabo medidas de prevención en contra del bullying, todo ello a través de la Educación Emocional, impartándose en las edades más tempranas correspondientes a la etapa de Educación Infantil.

En los últimos años han aumentado considerablemente en los centros educativos los casos de Bullying, produciendo una gran preocupación social y científica en torno a los efectos perjudiciales que esta problemática acarrea para el desarrollo integral del alumnado. El proyecto que se va a presentar a continuación pretende hacer entender la importancia de la Educación Emocional a nivel general y, especialmente, sobre su importancia y necesidad en la Educación Infantil para prevenir este tipo de acosos escolares. Una vez queda probada la conveniencia de educar las emociones desde edades tempranas, se propone un programa de sesiones diseñadas para su puesta en práctica en las aulas de infantil, concretamente, en el periodo de 4-5 años.

Este tipo de conductas violentas, las cuales evidencian un alto grado de inadaptación social de los agentes implicados y una carencia considerable de habilidades sociales y emocionales (Vacas, 2002), se llevan a cabo la mayoría de veces a fuera del alcance de vista de los familiares, por lo que queremos conseguir integrar a las familias en el siguiente proyecto para erradicar este fenómeno de manera preventiva ya que, como dice el nombre de este, acabar con el bullying es trabajo de todos.

Palabras claves: prevención, acoso escolar, bullying, educación emocional, educación infantil.

Abstract

The Final Degree Project which below is shown is part of the professional (“profesionalizador”) modality, trying to get improvement plans in a current problem that concerns us all, like is the bullying. With this program we want to take action and prevention measures against bullying, all of this through Emotional Education, teaching them from the most earliest ages corresponding to the stage of Childhood Education.

In the recent years, the bullying cases have increased significantly in schools, causing a important social concern around adverse effects that this issue involves to the integral development of students. The project to be presented below seeks to make understand the importance of Emotional Education at a general level and especially, about the importance and need in Childhood Education to prevent this type of scholar bullying. Once the importance has been proven of the educate the emotions from early ages, it’s proposed a program of sessions designed for it’s implementation in the classrooms of children, specifically, in the period of the 4-5 years.

This kind of violent behaviors, demonstrated a high degree of social inadaptation of the agents involved and a considerable lack of social and emotional skills (Vacas, 2002), most of the times happen out of the sight of family members, so we want to integrate families in the next project, eliminating this problem preventively, and as name indicates, eliminate bullying is a work of all.

Key Words: prevention, scholar bullying, bullying, Emotional Education, Childhood Education.

Índice

1. Datos de identificación del proyecto.....	5
2. Descripción de los destinatarios y del contexto/institución.....	5
3. Justificación.....	5
4. Objetivos.....	8
5. Metodología.....	9
6. Propuesta de actividades.....	11
7. Agentes que intervendrán.....	24
8. Recursos.....	24
8.1 Materiales y financieros.....	24
8.2 Humanos.....	26
8.3 Didácticos.....	27
9. Temporización.....	27
10. Seguimiento del proyecto.....	28
11. Propuesta de evaluación.....	29
12. Criterios de evaluación.....	30
13. Instrumentos de recogida de información.....	31
14. Conclusiones y Valoración personal	31
15. Bibliografía.....	34
16. Anexos	36

1. Datos de identificación del proyecto

El proyecto va a ser realizado por Tatania Vaquero Castillo, la modalidad escogida ha sido “Proyecto profesionalizador” y el tema que abordaremos será la prevención del bullying a través de la educación emocional desde la etapa de Educación Infantil.

2. Descripción de los destinatarios y del contexto/institución

El presente proyecto de intervención se aplicará con el alumnado de segundo ciclo de Educación Infantil, concretamente, con los alumnos de 5-6 años, ya que en esta etapa es donde se puede comenzar a trabajar con eficacia y profundidad las relaciones personales, el desarrollo de habilidades sociales y la resolución de conflictos. No obstante, se puede llevar a cabo varias adaptaciones para poder realizarlo desde edades más tempranas si se quiere dar el caso.

Para evitar que estas dificultades en las relaciones deriven a situaciones de bullying, que afectan a todo el grupo y a la dinámica funcional del centro escolar, conviene intervenir en los diferentes sectores que conforman e influyen en la dinámica del aula, es decir en todo la comunidad educativa, que incluye alumnado, profesorado y a las familias.

El título del proyecto es el siguiente: “Acabar con el bullying es trabajo de todos”.

3. Justificación

El principal motivo por el que se ha escogido el tema del bullying es porque consideramos que se trata de un fenómeno actual, que no solo se sigue produciendo hoy en día, sino que además, cada vez tiene lugar con mayor frecuencia.

El bullying es actualmente uno de los problemas más preocupantes para la sociedad en general, y para el ámbito educativo en particular, ya que, es el contexto en el que se están produciendo este tipo de conductas de manera llamativa.

La violencia en el contexto escolar, inquieta actualmente a la comunidad educativa por el impacto que está teniendo en nuestro día a día. Por desgracia, ya se está viendo con total normalidad este hecho, tanto en las aulas como en los centros. No resulta extraño escuchar noticias en los medios de comunicación sobre suicidios, depresiones o abandonos escolares por parte de alumnos/as debido a los acosos que sufren en los colegios.

Voors (2000) afirma que lo que ocurre es que estamos insensibilizados. Para que la opinión pública se conmueva tiene que pasar algo muy grave, algún acto muy extremo como tiroteos en las escuelas o torturas resultantes de la intolerancia racial o sexual. El margen de atención de esa opinión pública, sin embargo, es de apenas unas semanas, hasta que se disipa el alboroto mediático. (p.31)

A pesar de que no existe un consenso sobre el término, Olweus (1998) considera que un estudiante es víctima de bullying o victimización cuando está expuesto, de forma reiterada y a lo largo del tiempo, a acciones negativas por parte de uno o más estudiantes.

Es por ello, por lo que se debe intentar buscar o establecer algún medio de prevención, ya que la mejor manera de conseguir acabar con ello es erradicarlo. Consideramos de manera necesaria tomar conciencia de esta problemática que genera muchos aspectos negativos para el alumno/a y su entorno, buscando la solución de conflictos de manera pacífica y no a través de la violencia.

Debemos intentar reducir al máximo las posibilidades de que aparezcan sucesos en los que una persona se vea amenazada o en situación de desventaja sobre otra, y para ello, no hay otra mejor forma que, desde la Educación Infantil, intervenir para alcanzar un buen clima en las aulas. No obstante, las prevenciones se han centrado especialmente en los niveles de Educación Primaria y Secundaria, obviando así en mayor o menor medida a las edades más tempranas.

En los primeros años de vida, estas conductas negativas ante situaciones no deseadas por los niños/as son frecuentes y la explicación se sitúa en la ausencia del suficiente autocontrol de las emociones. Nias (1996) señala que las emociones son fundamentales en el proceso de enseñanza-aprendizaje por dos razones: en primer lugar, el proceso educativo implica la interacción entre personas y, en segundo lugar, porque la identidad personal y profesional de los docentes en muchas ocasiones son inseparables y en el aula se convierten en factores de influencia en la autoestima y en el bienestar personal y social.

Por todo ello, propongo en el siguiente trabajo aclarar la importancia de las emociones, realizando así una serie de actividades de prevención del acoso escolar, llevando a cabo como metodología la Educación Emocional, puesto que diversos autores la consideran como una de las claves para prevenir la violencia.

Goleman (1995), Ibarrola (2013) y Bisquerra (2011) defienden los beneficios que aporta al alumno/a este tipo de educación y que en síntesis vienen a ser: conocimiento y control emocional incluyendo el conocimiento y manejo de la ira, y de las conductas agresivas y autodestructivas; disminución de las situaciones de aislamiento, de ansiedad y de estrés; empatía o comprensión emocional. Todas estas ventajas vienen a coincidir con los rasgos que aparecen en los intervinientes de las situaciones del bullying.

Por otro lado, para Mayer y Salovey (1997), la Inteligencia Emocional puede combinar capacidades y habilidades claramente distintas de otras inteligencias. La definen como “percibir, acceder a y generar emociones para ayudar al pensamiento, comprender emociones

y el conocimiento emocional, regular emociones reflexivamente y promover el crecimiento emocional e intelectual”.

Entienden, pues, cuatro aspectos en la Inteligencia Emocional que van desde los más simples, que se adquieren antes, en las primeras edades, a los más complejos que se logran en la preadolescencia:

1. Percepción, valoración y expresión de emociones. La respuesta a las emociones de otros es un proceso ligado a la percepción, comprensión y valoración de las mismas. Supone habilidades como: identificar emociones asociadas a estados físicos, pensamientos o sentimientos; identificar emociones en otras personas a través del lenguaje, la apariencia, gesto y conducta; expresión certera de emociones y de necesidades relativas a sentimientos; y discriminar entre expresiones de sentimientos exactas o inexactas, honestas o deshonestas.
2. Conocimiento emocional. Supone capacidades y habilidades como las siguientes: conocer las relaciones de las emociones entre sí; interpretar su significado y sus relaciones con situaciones que la evocan; saber que los sentimientos pueden ser complejos, las situaciones ambiguas y contradictorias; y reconocer las transiciones y los cambios de las emociones.
3. Regulación reflexiva de emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual. Cumplen esta función capacidades como: estar abiertos a los sentimientos; analizar las emociones; dirigir reflexivamente la propia emoción y las ajenas; manejar las emociones negativas, disminuyéndolas y aumentar las positivas.
4. Facilitación emocional del pensamiento. Esta función supone situaciones en las que las emociones facilitan el pensamiento: haciéndole atender a información valiosa; estimulando la memoria y el juicio; ayudando a cambiar la perspectiva individual y a considerar múltiples puntos de vista y, por último, pueden beneficiar a procesos de creatividad o razonamiento inductivo.

Haciendo referencia al currículo de infantil, podemos ver que la Inteligencia Emocional, aunque no está explícita como tal, sí está referida de manera implícita. Por ello, hay varios apartados; objetivos, contenidos o evaluación, donde se ven aspectos relacionados indirectamente con esta inteligencia. Un ejemplo se puede ver en el siguiente apartado:

Los objetivos del área se orientan, por una parte, hacia la adquisición de capacidades como la formación de una imagen ajustada y positiva de sí mismo, el conocimiento y representación de su cuerpo, sus posibilidades de acción y de expresión; y, por otra, hacia la identificación de sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, la realización, de forma cada vez más autónoma, de tareas sencillas, la adecuación de su comportamiento a las necesidades y

requerimientos de otras personas, desarrollando actitudes de respeto, ayuda y colaboración. (Real Decreto 183/2008, de 29 de julio. pág., 12)

Todas estas capacidades pueden y deben aprenderlas los niños/as en su desarrollo, y deberían ser competencias emocionales obligatorias tanto en las familias como en las escuelas. Las competencias emocionales de los más pequeños/as son necesarias para conocer sus propias emociones y las de los demás, para que sean capaces de regularlas y expresarlas con asertividad. Todo esto contribuye a una buena adaptación social y académica.

Los maestros/as debemos tomar conciencia de qué fomentar la Inteligencia Emocional, sobre todo en los años de Educación Infantil, es necesario para que el desarrollo integral del alumno/a sea completo, puesto que si educamos a estos bajo la inteligencia, desarrollarán la capacidad de empatizar, tendrán una autoestima más alta, y se aceptarán y valorarán más a ellos mismos.

A través de esta, irán adquiriendo diferentes habilidades que potenciarán la resolución de conflictos de forma pacífica y el pensamiento crítico. Con ello, se intentará evitar aquellas conductas que inciten a un malestar en el aula mediante la elaboración de debates, ofreciendo opiniones desde el respeto mutuo, normas generales y otras herramientas de dinámicas grupales ideales para conseguir nuestros objetivos.

En definitiva, todo el contexto del acoso escolar es un tema que a lo largo de la carrera no se ha trabajado en profundidad y que, hoy en día, no tiene la relevancia que se merece. Por ello, pretendemos plantear una serie de sesiones para un aula de Educación Infantil, con el fin de presentar algunas ideas y realizar actividades para prevenir el acoso escolar a través de la Educación Emocional, ofreciendo diferentes herramientas e instrumentos para favorecer las relaciones entre los alumnos/as.

4. Objetivos

El objetivo que se quiere conseguir con esta propuesta de mejora es ofrecer a los centros educativos una gran variedad de alternativas preventivas desde la educación emocional en la etapa infantil para tratar de erradicar el bullying en un futuro. Lo que se quiere llevar a cabo es el planteamiento de un conjunto de actividades que se rigen por unos objetivos generales y específicos:

❖ **Generales:**

- Concienciar a toda la comunidad educativa de lo importante que es la implantación de la educación emocional desde edades tempranas para erradicar el acoso entre iguales en el futuro.

- Implicar a las familias y a los agentes que forman la comunidad educativa para poder luchar contra el acoso escolar, inculcándoles la importancia que tiene su participación en una educación afectivo-social para el futuro de sus hijos/alumnos.
- ❖ Específicos:
 - Favorecer el autoconocimiento y el conocimiento emocional de los demás.
 - Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias emocionales así como el equilibrio y la potenciación de la autoestima y la autoconfianza.
 - Desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria para uno mismo y para los demás.
 - Valorar de manera positiva a las personas que nos rodean.
 - Adquirir diversas herramientas para que sean capaces de expresar sus propias emociones y puedan resolver sus problemas de manera pacífica.

5. Metodología

Las sesiones planteadas irán dirigidas a los alumnos/as de segundo ciclo de Educación Infantil, concretamente para la edad de 5 años. Siendo válido el poder realizarlas con niños de 4 años, llevando a cabo una serie de adaptaciones con el fin de que puedan comprender y ejecutarlas sin problema aparente. No obstante, no hay que descartar a la edad de 3 años puesto que se puede ir trabajando la educación emocional también desde los más pequeños. A través de diferentes herramientas e instrumentos, estos se pueden ir introduciendo en la expresión de los sentimientos y emociones, puesto que para muchos es difícil ese primer período de adaptación en los centros.

El enfoque metodológico en el que se fundamenta la propuesta se basa en la actividad, en la participación activa siendo ellos los propios creadores de su conocimiento, y en el juego, como principal fuente de desarrollo y aprendizaje. Esto se llevará a cabo de forma dinámica.

Los alumnos/as serán los protagonistas de su propio aprendizaje, puesto que serán ellos los que tomen decisiones, reflexionen y saquen sus propias conclusiones en cuanto a las sesiones propuestas.

Como principios metodológicos se buscará una orientación globalizadora, potenciando el aprendizaje significativo en un ambiente cálido, acogedor y seguro, respetando la diversidad y las características del grupo, adaptándose a las distintas necesidades y los conflictos que puedan aparecer, intereses, ritmos y estilos cognitivos de los niños/as. Durante el desarrollo

del programa, se podrá realizar cambios o modificaciones en las actividades por cualquier tipo de imprevisto o necesidad.

Por otro lado, el papel de los docentes encargados de llevar el proyecto será el de mediador, fijando las metas y objetivos de aprendizaje y orientando su consecución, consiguiendo organizar y dirigir el ritmo de la clase con lo que genera responsabilidad y disciplina. Todo ello con el fin de lograr que cada uno de los niños/as participen en el proceso formativo, siendo intermediario en debates con diversas opiniones y ofreciendo ayuda para que estos descubran sus propias emociones y se sientan cómodos al compartirlas con los demás.

Asimismo, los docentes atenderán a unos materiales y a unos recursos que responden al bienestar, autonomía, investigación, participación e interacción. También, se visitará los espacios que posea el centro para poder adaptarlos al desarrollo del proyecto si es necesario.

Las actividades serán extraescolares y se realizarán en un horario de tarde, aproximadamente cada sesión de una hora. Al ser en horario no lectivo, le presentaremos el proyecto al AMPA a través de una carta de presentación (Anexo 1).

Las sesiones han de tener un carácter educativo y reforzar los valores y objetivos propuestos por nosotros y por el centro. Los grupos se estructurarán en función de la edad para conseguir la mayor homogeneidad posible. En general, el número de alumnos/as por sesión oscilará entre los 15 y 20 niños.

Los más pequeños que participen en el programa, no sólo profundizarán en su formación académica, sino también en valores básicos como la amistad, respeto a las normas, el trabajo individual y en equipo (dependiendo de la actividad propuesta), valoración del trabajo bien hecho e incremento de la autoestima y la empatía hacia los demás. A los niños/as no se le mencionará conceptos ni contenidos teóricos puesto que, teniendo en cuenta la metodología empleada, se trabajará a través de la práctica de forma que lo primordial sea el transmitir los valores comentados anteriormente.

Antes de comenzar esta serie de sesiones, se propondrá una charla sobre la prevención del acoso escolar a través de la educación emocional para los familiares de los más pequeños. Es fundamental dejar en constancia de que va a tratar el proyecto y de tener una toma de conciencia de la necesidad de este. Abordaremos el tema de una forma clara y directa, dejando despejada cualquier tipo de duda, dando a las familias la tranquilidad de que sus hijos/as se encuentran en un ambiente lúdico, educativo y seguro.

Es una necesidad la participación activa por parte de las familias, siendo ellas un recurso humano indispensable para unos resultados óptimos. Es un factor muy importante para la motivación de los más pequeños que sus mayores sean capaces de integrarse en las actividades del centro. El trabajo colaborativo tiene que ver con la conexión que debe existir

entre padres-escuela-niño. Con esto queremos decir, tanto los padres, como los maestros y el centro educativo, deben estar en una comunicación constante y fluida para el bien de los niños/as y para su desarrollo académico adecuado. Para que éste desarrollo se pueda dar, siendo un factor importante para la sociedad de hoy en día, es absolutamente necesario que los alumnos/as tengan un buen desarrollo emocional, sin éste, será imposible que se sientan capaces de ello. Con el trabajo colaborativo el niño/a verá la repercusión que tiene su esfuerzo, y cómo profesores y padres velan por su bienestar, un bienestar, que como hemos dicho anteriormente, es de vital importancia para la prevención.

Al tener terminado una vez el proyecto, los docentes llevarán a cabo una puesta en común basándose en las diferentes opiniones de cómo ha sido el resultado de este, dando diversos aspectos a mejorar. Concluyendo así, con una evaluación en la cual se aportarán observaciones y reflexiones sobre sus experiencias y sobre la de los demás.

6. Propuesta de actividades

En este programa vamos a trabajar cinco bloques de competencias emocionales, favoreciendo a la prevención del acoso escolar como se ha explicado anteriormente. La Inteligencia Emocional la forman un conjunto de competencias relacionadas con la capacidad para gestionar de forma adecuada las propias emociones y, también las ajenas. Estas son: Conciencia emocional, Regulación emocional, Autonomía emocional, Habilidades socio-emocionales y Habilidades para la vida y el bienestar emocional (Bisquerra, 2009).

Todas estas competencias se dividirán en cinco sesiones respectivamente, en las cuales se irán trabajando los diferentes objetivos propuestos. En la primera sesión nos ocuparemos de la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las de los demás. Aprendiendo a expresarlas, interpretarlas, valorarlas y relacionarlas, adquiriendo así un vocabulario emocional.

La segunda sesión se profundiza en la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Aprender a gestionarlas para conseguir unas buenas relaciones con los demás, siendo así una buena estrategia para hacer frente a las situaciones críticas y de conflicto, como por ejemplo, cuando uno se siente insultado, criticado o atacado. El alumno/a tiene que aprender a autogenerar emociones positivas para así conseguir evitar o regular la ira, la rabia, el enfado o la envidia.

En la tercera sesión se trabaja la capacidad para autogenerar las emociones apropiadas en momentos determinados. Esto incluye una buena autoestima, actitud positiva en la vida y una cierta responsabilidad. Conseguir que los alumnos tengan una imagen positiva de sí mismos y sean capaces de poder expresar lo que sienten, afrontando situaciones adversas y confiando en sus posibilidades.

La cuarta sesión enfocará la capacidad para tener buenas relaciones con los demás. Los alumnos/as, a través de ciertas habilidades que se explicarán más adelante, conseguirán intentar solucionar sus problemas de una manera pacífica, escuchando y empatizando.

Por último, cuando los alumnos/as ya tengan asimiladas las competencias que se pretenden desarrollar a lo largo de las actividades, en la quinta sesión, se refleja una serie de habilidades para obtener consciente de cuáles son los comportamientos apropiados y responsables para afrontar los retos que se nos puedan plantear. Lo que nos permite organizar nuestra vida de forma sana y equilibrada, facilitando experiencias de satisfacción o bienestar.

Dependiendo de los niños/as, los docentes encargados pueden adaptar las sesiones a cualquier propuesta de mejora o adaptarlas según el nivel de desarrollo de cada alumno/a. Siempre teniendo en cuenta que las sesiones presentan una estructura intencionada en el tiempo, esta se explicará más detalladamente en el apartado de temporización.

Por último, antes de comenzar con el desarrollo de las sesiones, aclarar que durante estas es necesario anotar todo lo que nos llame la atención y nos resulte de ayuda para evaluar al alumnado. Se llevará a cabo un diario durante el programa en el cual, a través de la observación, se tomarán notas a cada niño/a de como va progresando en su aprendizaje. También se irán anotando sus conductas y las de sus familiares. Por otro lado, cada vez que termine una sesión, se realizará una escala de estimación para comprobar la adquisición de las competencias que, junto a lo anterior, nos ayudará para realizar un informe y evaluación final del proyecto.

1) Sesión para desarrollar la Conciencia emocional.

➤ Título de la sesión:

- ¡Conocemos las emociones!

➤ Objetivos:

- Adquirir un adecuado vocabulario emocional.
- Identificar las propias emociones y sentimientos.
- Reconocer e identificar las emociones de los demás.
- Aceptar que no todos interpretamos la realidad de la misma forma.

➤ Contenidos:

- Las diferentes emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enfado, vergüenza...).
- Las reacciones corporales ante las diferentes emociones.

➤ Desarrollo:

En todas las sesiones trabajamos tanto con los niños/as como con los familiares de estos, realizando así el proyecto de manera conjunta dando confianza a los más pequeños/as.

En la primera comenzamos realizando una asamblea todos juntos, explicando las diferentes emociones básicas que existen; alegría, tristeza, miedo, enfado, calma y amor. Con la ayuda de los mayores, se harán ejemplos de situaciones reales de cuando uno puede estar alegre o triste, que es lo que nos puede hacer enfadar o que nos puede producir miedo, etc.

Cuando haya quedado claro todos los tipos de emociones y aclaradas las dudas del alumnado podemos dar comienzo a la segunda parte de la sesión.

Leeremos a continuación el cuento de *‘El monstruo de los colores’* de Anna Llenas (2012). Es un libro sumamente completo para poder trabajar las emociones básicas con los niños/as. Este trata sobre un monstruo que está confundido con sus emociones y no sabe lo qué le ocurre. En el transcurso de la historia, busca la manera de resolver todo ese lío de sentimientos, siendo ese lío representado por hilos de lana de diferentes colores enrollados por todo su cuerpo. Cada hilo es una de las emociones básicas dichas anteriormente y es una buena forma de introducirlo a los niños/as en el vocabulario emocional a través de esta simple historia, en la cual, deja claro que todos podemos sentir las diversas emociones sin temor a nada.

Tras leerles el docente el cuento, realizaremos una actividad basada en los hilos que envuelven al monstruo, nuestro protagonista. Colocaremos dentro de una caja los diferentes hilos de colores representando cada uno una emoción como en la historia. La alegría el amarillo, la tristeza el azul, el enfado el rojo, el amor el rosa, el verde la calma y el negro el miedo.

Cada niño/a, con su respectiva familia, escogerá un hilo al azar (o más de uno, dependiendo de la fluidez de la actividad). Al obtenerlo, tendrán que ver de qué color es y qué emoción representa. A continuación, el pequeño/a tendrá que explicar si en ese momento se siente así o si en algún caso en particular se ha sentido o se puede llegar a sentir de ese modo. Utilizaremos el cuento como método de motivación para llevar a cabo el ejercicio, comenzando las oraciones con “estoy/estuve/estaré (la emoción correspondiente) como el monstruo...”, frase que servirá de apoyo para los más tímidos al ver que se pueden llegar a sentir como el protagonista. Por ejemplo: “Estoy alegre como el monstruo porque hoy comí mi plato favorito”, “Estaré triste como el monstruo porque si el sábado llueve no podré ir a la playa” o “Estuve calmado como el monstruo ayer por la noche cuando mis padres me leían un cuento antes de dormir”. Con la ayuda de los familiares podrán explicar mejor sus sentimientos y su relación con las situaciones, a la vez que recibirán la ayuda de los docentes para sacar el máximo provecho a la actividad, intentando explotar todas las capacidades de expresión de los niños/as.

Se intentará, a través de un ejercicio de manera grupal, que todo el alumnado hable y se exprese, tanto cuando salgan a coger los hilos, como cuando estén sentados escuchando las situaciones de los demás. En el momento que uno de sus compañeros/as esté expresando sus

emociones, el resto de niños/as podrán decir de manera ordenada si las comparten o si alguno de ellos se puede llegar a sentir diferente, por ejemplo, “Si el sábado llueve yo estaría feliz porque la planta de mi casa necesita agua para crecer”.

Con todo ello, llegaremos al debate de que cada uno se puede sentir de una manera o de otra, tanto en las mismas situaciones como en otras distintas, siendo cada una ellas totalmente válidas. Todos somos diferentes y sentimos de manera diferente, pero respetando en todo momento cada una de las emociones por igual. Concluyendo así, con la importancia que tiene expresar siempre nuestros sentimientos, olvidándonos de cualquier tipo de rechazo o de no entendimiento.

➤ Materiales:

- Cuento “ *El monstruo de los colores*”.
- Hilos de lana de diferentes colores (amarillo, azul, rojo, verde, rosa y negro).
- Caja para guardar los hilos.

➤ Organización del espacio y grupo de clase:

- La sesión se realizará en el aula común del centro, donde nos sentaremos todos juntos para realizar la asamblea y escuchar el cuento. Para llevar a cabo la última actividad, nos separaremos por la clase en familias y saldremos en orden para escoger los hilos.

➤ Tiempo:

- Esta sesión durará (aproximadamente) una hora.

➤ Evaluación:

- Se anotará en el diario las conductas y la participación de los niños/as y de sus familiares a través de una observación directa durante la sesión. Por otro lado, se llevará a cabo al finalizar, una escala de estimación de grado al alumnado de las competencias del Conocimiento emocional (Anexo 2.1).

2) Sesión para desarrollar la Regulación emocional.

➤ Título de la sesión:

- El semáforo mágico de las emociones.

➤ Objetivos:

- Adquirir una estrategia para regular las emociones.
- Aprender a controlar los impulsos emocionales.
- Adquirir el hábito de desenfadarse.
- Pensar en situaciones de conflicto de manera positiva.
- Aprender a relajarnos.

➤ Contenidos:

- Estrategia de regulación de las emociones.
- La relajación.

➤ Desarrollo:

En esta sesión se trabaja como regular nuestras emociones y nuestro impulsos a través de una estrategia de relajación y reflexión, pensando así de manera positiva y no llegando a la agresividad. Para ello comenzaremos con una asamblea, en la cual los niños/as expresen qué es lo que les suele hacer enfadar, llegar a los celos o sentir envidia y el por qué. Después de esto debatiremos si está bien este tipo de conductas y cómo podemos hacer para evitarlas. Concluyendo así, con que una buena relajación es la clave para pensar de manera positiva ante este tipo de situaciones. Cuando todos estos aspectos hayan quedado claros, pasaremos a la segunda parte de la sesión.

Realizaremos una actividad dividida en dos partes, la primera consistirá en adquirir una estrategia para regular las emociones negativas, a esta la llamaremos “El semáforo mágico de las emociones”. Los niño/as y familiares observarán un semáforo de gran tamaño dibujado en una cartulina. Se les explicará que a partir de ahora, cada vez que se encuentren ante una situación que no les agrada, se imaginen este semáforo y se identifiquen con las fases que representa. Les explicaremos las fases de la estrategia de la siguiente manera:

En primer lugar, hay que pensar en la luz roja y pararnos. No hay que gritar, ni insultar, ni patear, no hay que perder los nervios. Tomarnos nuestro tiempo para intentar reflexionar sobre la situación en la que nos encontramos.

En segundo lugar, tenemos que pensar en la luz amarilla. En esta fase hay que respirar hondo hasta que lleguemos a un punto en el cual podamos pensar con suma claridad. Cuando ya estemos relajados, podemos pasar al siguiente color.

Por último, estando ya en el color verde, tenemos que comentarle a los demás cómo nos sentimos y qué problema hay para que encontremos de tal manera. Con el fin de poder llegar a una solución.

Una vez haya quedado claro cómo funciona nuestro semáforo, lo pondremos en práctica a través de la segunda parte de la actividad. En este caso comentaremos diferentes situaciones típicas que se dan en la vida diaria de ejemplos; le ha quitado un alumno/a a otro un juguete sin permiso de éste, un niño/a no ha recogido los juguetes cuando el familiar se lo ha dicho o también si le han puesto una pegatina de una carita sonriente a mi amigo/a y a mi no cuando yo he hecho lo mismo que él.

Conseguiremos que pongan en práctica, diciendo en voz alta, las fases del semáforo para que lleguen al color verde sin problema aparente. Aquí encontraremos a quién le puede costar

más una fase que otra, por ejemplo, por no saber cómo relajarse ante esa situación o por no saber llegar a reflexionar sin insultar o pegar a un compañero/a, puesto que ya les ha pasado otras veces.

En conjunto debatiremos si en cada situación hay motivos de envidia, de celos o de tener que enfadarse o si es mejor opción relajarnos y pensar de manera positiva. Aquí conseguiremos que los más pequeños/as se expresen, observando las diferentes conductas a la hora de encontrarse ante una situación que no les agrada, ver si llegar a la agresividad les resulta un acto normal o algo que hay que evitar. Los docentes explicarán que lo más importante es desenfadarse, entendiendo que todo problema tiene solución y la agresividad no es una de ellas.

Al final de la sesión, cada familia se va a encargar de dibujar y colorear un semáforo mágico de pequeño tamaño. Se lo llevarán a sus respectivos hogares, consiguiendo que no olviden de seguir todos la estrategia dada por los docentes e intentando evitar los conflictos a través de una buena regulación emocional.

➤ Materiales:

- Cartulinas.
- Material para pintar y colorear (rotuladores, témperas...).

➤ Organización del espacio y grupo de clase:

- La sesión se realizará en el aula común del centro, donde nos sentaremos todos juntos para realizar la asamblea y escuchar la estrategia del semáforo mágico. Para llevar a cabo la última actividad, nos colocaremos en círculo para debatir las diferentes situaciones negativas que plantee la maestra/o.

➤ Tiempo:

- Esta sesión durará (aproximadamente) una hora.

➤ Evaluación:

- Se anotará en el diario las conductas y la participación de los niños/as y de sus familiares a través de una observación directa durante la sesión. Por otro lado, se llevará a cabo al finalizar, una escala de estimación de grado del alumnado de las competencias de la Regulación emocional (Anexo 2.2).

3) Sesión para desarrollar la Autonomía emocional.

➤ Título de la sesión:

- ¡Me encanta como soy y como son los demás!

➤ Objetivos:

- Fomentar la creatividad y la valoración de uno mismo.
- Identificar la importancia de uno mismo.
- Aceptar nuestras emociones y sentimientos como parte de nosotros mismos.
- Desarrollar la capacidad para pedir ayuda y valorar la colaboración.

➤ Contenidos:

- El tener una imagen positiva de uno mismo.
- La importancia de saber ayudar y de las amistades.
- El expresarse de manera segura.

➤ Desarrollo:

Esta sesión comienza a través de una asamblea, ambientando a los niños/as con situaciones en las cuales nos podemos encontrar a alguien o a nosotros mismos burlándose de los demás. Intentaremos conseguir en base a esto, sus opiniones al respecto de reírse o menospreciar a otro niño/a, si les parece bien o si les parece que está mal, y cómo podríamos solucionarlo.

Una vez introducido el tema que vamos a trabajar y haber aclarado que no está correcto desprestigiar a otras personas, daremos paso a la siguiente lectura del cuento “Orejas de mariposa” de Luisa Aguilar (2008).

La historia se basa en una niña llamada Mara, que se ha visto obligada a escuchar diariamente a sus amigos como la llaman *orejotas*. Cuando nuestra protagonista decide preguntarle a su madre si ella cree que tiene las orejas grandes, la madre le contesta que lo que le ocurre es que tiene orejas de mariposa. A Mara le encantó el detalle y, a partir de ahí, siempre tendría una contestación que dar a las burlas de los niños, puesto que ya no le afectan ni lo más mínimo.

Al finalizar el cuento, le preguntaremos al alumnado si el comportamiento de esos niños/as era el adecuado y si realmente eran sus amigos por tratarla así. También haremos la cuestión de si alguna vez se han sentido identificados con Mara, la protagonista, ya que nadie es perfecto y todos tenemos algo que nos pueda causar complejos. Por medio de esta historia, haremos hincapié en el rechazo que tenemos que mostrar ante cualquier tipo de burla y de lo importante que es nuestra reacción ante ella, mostrando, en todo momento, seguridad en uno mismo. Del mismo modo, hacer ver también que no es correcto burlarse de los demás, trabajando el respeto y la diversidad, que todos somos diferentes pero al mismo tiempo iguales, y que no hay nadie mejor que otro. Y saber ignorar las burlas si somos objeto de ellas, teniendo una reacción adecuada.

Una vez acabemos con el cuento, dejando claro la importancia que debemos tener de nosotros mismos y que todos los niños/as hayan terminado de expresar cómo se han podido sentir en algún momento por burlas o por si han sido los protagonistas de estas, continuaremos con las actividades correspondientes.

En base a la historia narrada trabajaremos dos actividades. La primera la llamaremos “Nuestras peculiaridades”, consistirá en dibujar, con ayuda de las familias, las siluetas de cada uno de los alumnos/as. Su silueta representará el cuerpo de cada uno de ellos. En ella, deberán dibujar aquellas partes del cuerpo que más les fascine de sí mismos.

Una vez dibujado esto, deberán poner su nombre al lado y resaltar bien esa parte del cuerpo, con crayones, rotuladores, purpurina, gomets, etc. Con el fin de hacer vistoso aquello que más le guste físicamente de sí mismos. También, deberán escribir, con la ayuda de los familiares, adjetivos que les defina al lado de donde habían colocado su nombre. Ejemplo: inquieto, gracioso y cariñoso (Juan), calmada, trabajadora y paciente (Elisa), etc. Las siluetas serán plasmadas en un papel kraft gigante para que puedan realizarse todas en la misma. En ella se podrá observar un dibujo de Mara con su nombre escrito, varios adjetivos positivos y destacando sus orejas. Se habrá hecho con anterioridad por los maestros/as para una mayor empatización con los alumnos/as.

Cuando el mural quede hecho, lo colgaremos en alguna pared del aula y cada niño saldrá a este, señalará y dirá aquella parte del cuerpo que ha dibujado, observando las partes del cuerpo que han dibujado también el resto de sus compañeros, y resaltando aquella parte que más le gusta de si mismo al igual que puede comentar la de los demás. El fin de esta actividad es que los niños/as aprendan a quererse y a querer al resto tal y como son, teniendo una imagen positiva, y a ser conscientes de que tenemos muchas bellezas y virtudes, tanto físicamente como emocionalmente.

Para finalizar la sesión, realizaremos la última actividad llamada “La carta para Mara”. Esta será de manera corta y sencilla, comenzará con los docentes diciéndoles a las familias que hemos recibido una carta por parte de Mara en la cual se puede leer que está triste por lo que le han estado diciendo y quiere que le ayudemos a no estarlo.

Los alumnos/as recibirán ayuda, por parte de sus familiares, para crear una breve poesía. Plasmarán en un folio aspectos positivos que hayan encontrado en Mara. Por ejemplo, “Aunque seas orejona, tú eres muy mona” o “No importa lo que diga la gente, tú eres una chica valiente”.

Cuando todas las familias tengan sus poesías hechas, los maestros/as las introducirán en otra carta para enviársela. Con esto debatiremos que es bueno tratar bien a los demás y a nuestras amistades, y que siempre hay que pedir y dar ayuda, como hizo en el cuento nuestra protagonista, su madre, y como hemos hecho ahora nosotros con estas poesías.

➤ Materiales:

- Cuento “*Orejas de mariposa*”.
- Papel kraft.

- Material para dibujar, pintar y escribir (lápices, rotuladores, témperas...).
- Cartas.
- Folios.

➤ Organización del espacio y grupo de clase:

- La sesión se realizará en el aula común del centro, donde nos sentaremos todos juntos para realizar la asamblea y escuchar el cuento. Para llevar a cabo la actividad ‘‘Nuestras peculiaridades’’, nos colocaremos alrededor del papel kraft para poder dibujar las siluetas por familias. Por último, también por familias, escribiremos las poesías y ,ordenadamente,el maestro/a irá pasando una por una para recogerlas una vez hayan acabado.

➤ Tiempo:

- Esta sesión (aproximadamente) durará una hora y media.

➤ Evaluación:

- Se anotará en el diario las conductas y la participación de los niños/as y de sus familiares a través de una observación directa durante la sesión. Por otro lado, se llevará a cabo al finalizar, una escala de estimación de grado del alumnado de las competencias de la Autonomía emocional (Anexo 2.3).

4) Sesión para desarrollar las Habilidades socio-emocionales.

➤ Título de la sesión:

- ¿Resolver un monstruoso problema? ¡Fácil!

➤ Objetivos:

- Identificar diferentes maneras de resolver un problema.
- Entender que hay diferentes maneras de ver las cosas, aceptar el punto de vista de los demás.
- Analizar la situación de conflicto teniendo en cuenta todos los factores que intervienen.
- Saber encontrar una solución aceptada y que resulte justa para todos los implicados.
- Valorar una buena relación con los demás.

➤ Contenidos:

- La importancia de comportarse de manera asertiva.
- La empatía.
- El saber escuchar a los demás.
- La importancia de llegar a un mutuo acuerdo.
- El valor de la amistad.

➤ Desarrollo:

Al comienzo de esta sesión realizaremos, como en todas las anteriores, una asamblea para tratar el tema con el cual vamos a abordar la competencia de Habilidades socio-emocionales. En este caso, hablaremos de la solución de conflictos a través de la empatía, respetando las opiniones de los demás y buscando un acuerdo mutuo.

Cuando nos encontramos ante un conflicto, hemos aprendido a relajarnos, para poder así analizar la situación que se nos ha presentado. En esta sesión hablaremos de un paso más allá, de cómo tenemos que actuar para poder solucionar un problema teniendo en cuenta a los demás. En la asamblea preguntaremos si cuando nos enfadamos con alguien solemos preguntarle a la otra persona cuál es su opinión al respecto del asunto, o si solemos hablar de manera adecuada y respetar a la hora de escuchar o si tratamos los conflictos con el fin de resolverlos y no de evitarlos. Llegando a la conclusión que es muy importante el saber escuchar y empatizar con lo que nos rodea.

Al finalizar la asamblea, debemos haber dejado claro los diferentes puntos que tenemos que tener en cuentas, todos los factores a la hora de intentar solucionar un conflicto. A continuación, leeremos el cuento “Dos monstruos” de David Mckee (2007). Éste nos presenta a dos monstruos que viven en caras opuestas de una montaña, y no se ponen de acuerdo en si el día comienza o la noche termina. Los protagonistas se insultan el uno al otro y se lanzan rocas, deshaciendo sin darse cuenta la montaña. Al final, desaparece la montaña que los separa (símbolo puro), mientras ellos se encuentran juntos, relajados en una nueva situación de proximidad y empatía.

El cuento tiene unas claves muy características sobre las que los niños/as pueden hablar: los sentimientos, los enfados, los insultos, cómo decimos las cosas, etc. Podríamos preguntarles primero por qué se enfadan los monstruos, cómo se sienten, cómo se dicen las cosas para pasar a hablar sobre cómo se enfadan ellos, cómo nos sentimos cuando nos insultan, cómo nos gusta que nos digan las cosas o cómo tenemos que decir las cosas para que nos entiendan y no se enfaden con nosotros.

Una vez terminado el debate, pasaremos a realizar la actividad correspondiente al cuento, esta se llamará “Dos monstruos muy amigos”. En este caso, vamos a representar el relato a través de dos alumnos/as que se quieran disfrazar de los protagonistas. Estos se encargarán de cambiar el formato de la historia. Conseguiremos que en vez de que los monstruos discutan y se insulten, puedan arreglar sus diferencias de manera pacífica.

Los alumnos/as irán rotando para que todos tengan la oportunidad de poder resolver el conflicto, cada uno de la manera que crea la más adecuada. Estos podrán defender sus ideas dependiendo del protagonista que les haya tocado (el monstruo de día o el monstruo de noche), pero de una manera más calmada y escuchando lo que el otro le quiere decir. A su

vez, tendrán que llegar a un mutuo acuerdo sin tener que derribar la montaña (representada la silueta de esta con cartón), aquí vale todo tipo de originalidad mientras se llegue a un consenso sin agresividad. Una vez acabado los alumnos/as, los familiares que se quieran animar a aportar ideas que no se hayan mencionado para solucionar el problema también lo podrán hacer.

Para finalizar la sesión, los familiares tendrán que apuntar en una cartulina los siguientes pasos para resolver un conflicto:

1. Reconocer la existencia de un conflicto.
2. Querer resolver el conflicto.
3. Buscar el espacio y el tiempo necesario para resolver el problema.
4. Escuchar a la otra persona sin juzgar ni insultar.
5. Producir el mayor número de soluciones posibles al problema.
6. Llegar a un acuerdo mutuo entre todos.
7. Poner en práctica la decisión que se ha tomado.

Una vez escritas y comentadas las fases con sus hijos/as, podrán decorarlo como más les guste con los diferentes materiales que les ofrecemos (pegatinas, purpurina, diferentes texturas de papel, etc.). Se lo llevarán a sus hogares con la intención de no olvidar lo aprendido en la sesión de hoy.

➤ Materiales:

- Cuento ‘‘*Dos monstruos*’’.
- Disfraces de dos monstruos (uno rojo y otro azul).
- Cartón recortado en forma de montaña.
- Cartulinas.
- Material para decorar (purpurina, gomets, tijeras...).
- Pegamento.
- Material para escribir y colorear (rotuladores, lápices, témperas...).

➤ Organización del espacio y grupo de clase:

➤ Tiempo:

- Esta sesión durará (aproximadamente) una hora y media.

➤ Evaluación:

- Se anotará en el diario las conductas y la participación de los niños/as y de sus familiares a través de una observación directa durante la sesión. Por otro lado, se llevará a cabo al finalizar, una escala de estimación de grado del alumnado de las competencias de las Habilidades socio-emocionales ([Anexo 2.4](#)).

5) Sesión para desarrollar las Habilidades para la vida y el bienestar emocional.

➤ Título de la sesión:

- La obra para el bienestar.

➤ Objetivos:

- Tomar consciencia de qué personas son importantes para nosotros.
- Tomar consciencia de la importancia de las decisiones y de la responsabilidad que asumimos al tomarlas.
- Aprender a centrar la atención en los sucesos agradables o positivos que nos ocurren a diario y que, en conjunto, son fuente de bienestar personal.

➤ Contenidos:

- El valorar a la gente que nos rodea.
- La importancia de las decisiones.
- Los sucesos agradables que nos van pasando día a día.

➤ Desarrollo:

En esta sesión, trabajaremos la competencia emocional de Habilidades para la vida y el bienestar a través del teatro. Este siempre ha sido una buena elección para el desarrollo integral de las personas, puesto que es un recurso para la expresión y el descubrimiento de sensaciones y emociones de uno mismo. También, en nuestro caso, fomenta la cooperación y el trabajo en grupo de las familias, y estimula la reflexión sobre las distintas sesiones que hemos llevado a cabo con anterioridad. Se presenta como una de las mejores opciones para desarrollar todo lo que veníamos tratando hasta el momento.

En el día anterior, los docentes habrán avisado en la última sesión que tendrán que traer preparada una pequeña obra (no más de 3/4 minutos) de alguna situación habitual de su día a día, en la cual suceda un hecho donde se aprecie lo que ya se ha trabajado las otras veces o simplemente una situación familiar agradable. También se les puede dar la opción de unirse dos familias por si quieren representar alguna escena que puedan tener en común, como por ejemplo, que representen una visita al parque porque suelen ir los fines de semana juntos.

Por otro lado, se les comentará que dispondrán de diferentes telas para las actuaciones y que, si quieren, pueden traer disfraces de casa. Esto es por si les apetece recrear algún momento que les resulte importante para ellos pero, por ejemplo, siendo una familia de superhéroes (usar las telas como capas) o una familia de momias (enrollándose las telas blancas por el cuerpo)... dándole así un toque de originalidad y entretenimiento, a la vez que fomentaremos la creatividad. Así, los que dispongan de disfraces los podrán usar y los que no tengan la suerte dispondrán de las diferentes telas.

Se les propondrá ejemplos para que les resulte más fácil ver cuál es la idea. Un ejemplo sería un enfado en casa por no recoger los juguetes y el saber solucionar el conflicto. También sería el estar en una playa y expresar nuestro miedo a bañarnos solos, explicar que nos sentimos más calmados si lo hacemos con nuestros familiares, o por último, llegar a casa estando tristes y tener que pedirle ayuda a nuestros padres puesto que hemos perdido nuestro juguete favorito en clase...

Cualquier situación que pueda ocurrir en sus vidas diarias puede servir para reflejar lo trabajado en sesiones anteriores. Todos iremos comentando las obras que se propongan una vez finalizadas, cómo se han sentido, que querían reflejar, que les ha parecido más importante... sin olvidar el aplaudir y elogiar a los compañeros/as por el gran esfuerzo de haber llevado a cabo el proyecto.

Esto conllevará a una última asamblea, donde los docentes comentarán que las obras han sido posibles por una buena actitud y unas buenas decisiones tomadas a la hora de querer expresarse, relajarse o buscar una solución a un problema. Siendo lo más importante el valorar y tener en cuenta a las personas que nos rodean, sin burlarse ni ofender a los demás. Ser conscientes de apreciar lo que nos sucede día a día, ya que tenemos suerte de poder compartirlo con las familias y las amistades que nos rodean y, por último, dejar en constancia que todo lo que se ha mencionado es lo imprescindible para un bienestar emocional absoluto.

Para finalizar la sesión, una vez expuesto el tema en la asamblea, se debatirá y se resolverá cualquier duda que haya surgido.

➤ Materiales:

- Diferentes telas.

➤ Organización del espacio y grupo de clase:

- La sesión se realizará en el salón de actos del centro, donde nos colocaremos en los asientos por familias, pudiendo así salir de manera ordenada al escenario. Una vez terminadas las obras, los maestros/as subirán a este para comenzar con la asamblea. Tanto el alumnado como las familias podrán debatir desde sus asientos.

➤ Tiempo:

- Esta sesión durará (aproximadamente) una hora y media.

➤ Evaluación:

- Se anotará en el diario las conductas y la participación de los niños/as y de sus familiares a través de una observación directa durante la sesión. Por otro lado, se llevará a cabo al finalizar, una escala de estimación de grado del alumnado de las competencias de las Habilidades para la vida y el bienestar emocional. (Anexo 2.5).

7. Agentes que intervendrán

Los agentes que intervendrán en la realización del proyecto serán:

- El equipo directivo del centro en el cual se vaya a impartir el programa.
- El equipo docente del cual participarán los maestros/as encargados de llevar a cabo las actividades de las sesiones.
- El AMPA, como fundamental método para poder realizar las actividades en horario extraescolar y representante de los intereses de las familias y de sus respectivos hijos/as.
- Personal especializado en la prevención del bullying a través de la educación emocional, cuya misión es potenciar las actividades y ayudar tanto al profesorado como a las familias partícipes.
- Los niños/as como los principales agentes del proyecto, ya que son a los cuales va dirigido.
- Las familias, siendo estas formadas por padres, tíos, abuelos, hermanos, representantes legales o cualquier persona autorizada perteneciente al contexto familiar del menor, que quieran participar en el proyecto y que fomenten la continuidad de los objetivos y valores que se quieren impartir en el hogar.

8. Recursos

8.1 Recursos materiales y financieros

Los recursos que acompañan este tipo de programas son aquellos que tengan un bajo coste económico y que sean muy próximos en las vidas de los niños y niñas. Este proyecto se ha producido por una necesidad social, que se puede encontrar tanto en centros públicos como en centros privados. Por ello, se plantea un programa en el cual no se tenga que invertir un gran coste en los materiales, sino se plantea una intervención la cual se centre más bien en el desarrollo de las emociones a través de la expresión y del pensamiento positivo por parte de todos los involucrados.

Igualmente, es necesario llevar a cabo una serie de costes que puedan plantearse en cualquier escuela, independientemente de que tipo de oferta educativa ofrezca (privado o público). Los gastos más relevantes son de materiales que provienen de la literatura infantil:

Necesitaremos materiales que provienen de la literatura infantil y otros muchos que serán del ámbito artístico y plástico. Estos se pueden encontrar en cualquier aula de educación infantil como lápices, rotuladores, crayones, pegamentos, temperas, pinceles, folios, tijeras, cartón, papel kraft, pegatinas, cartas, caja, hilos de lana y purpurina. También necesitaremos los disfraces de los monstruos para la cuarta sesión y diferentes telas para la quinta. Los gastos serán los siguientes:

RECURSOS	COSTE
Lápices (2 pack de 12 lápices)	$4,55 \times 2 = 9,10 \text{ €}$
Témperas (pack de 12 colores)	10, 55 €
7 cajas de rotuladores	$3 \times 7 = 21 \text{ €}$
7 cajas de creyones	$1,50 \times 7 = 10,50 \text{ €}$
15 pinceles	$0,90 \times 15 = 13,50\text{€}$
Papel kraft (25 m)	12 €
Gomets (5 pack de 12 hojas)	$2,95 \times 5 = 14,75 \text{ €}$
Pegamento de barra (3 pack de 5 unidades)	$4,20 \times 3 = 12,60 \text{ €}$
1 paquete de folios A4 (500 folios)	4,70 €
15 tijeras	$0,60 \times 15 = 9 \text{ €}$
2 sobres de cartas	Lo haremos con los mismos folios
Caja	1,50 €
Cartón	Intentaremos que sea reciclado
Hilos de lana (pack de 6 colores)	6,99 €
Botes de purpurina (pack de 6 colores)	4,99 €
<i>El monstruo de colores</i> , Flamboyant	16 €
<i>Orejas de mariposa</i> , Kalandraka	13 €
<i>Dos monstruos</i> , Anaya English	12 €
Disfraces de dos monstruos (azul y rojo)	$12,25 \times 2 = 24,25 \text{ €}$
Telas rasete (7 colores 1,50 mts de ancho)	$2,50 \times 7 = 17,50 \text{ €}$

Todos estos materiales intentaremos que el centro en mayor o menor medidas lo pueda ofrecer, en el caso de que no pueda ser, tendremos un coste en material para realizar las sesiones de 213,93€.

Por último, nuestro deseo es que el mayor número de familias pueda participar en el proyecto, por lo que para generar interés en padres y en el resto de personal, un coste aproximado en pósters y trípticos sería de 50€, destinados a tinta, ya que pueden ser elaborados por el propio centro.

- Coste total estimado para los recursos materiales y financieros : 263,93€.

8.2 Recursos humanos

El personal requerido para el correcto desarrollo de las sesiones será de dos docentes externos al centro. No obstante, es favorable que el resto del personal sea consciente y participe en el plan de prevención, para conseguir si es posible unos mejores resultados. La media del coste por intervención de un docente, habiendo trabajado durante un mes en ámbito extraescolar es de 1.200€, por lo que se tendrá que pagar esa cantidad a cada uno de ellos, siendo en total unos 2.400€.

Por otro lado, será importante contar con un experto en educación emocional y en su aplicación en contextos educativos para prevenir el bullying. Este profesional podrá aportar la información necesaria a los familiares y docentes que quieran intervenir en la charla previa al desarrollo de las sesiones, al igual que durante la realización de estas. Serviría de ayuda para los docentes encargados del proyecto y a las familias, de manera que la intervención sea interdisciplinar y se lleve a cabo en todos los ámbitos cercanos al menor. La media del coste por intervención de profesionales externos está en torno a los 80€ la sesión, lo que será un total del 480€ contando la charla previa informativa.

Sería de gran ayuda la aportación de una información previa de los tutores o de las familias sobre los niños/as, por si encontramos casos particulares en los cuáles poder mostrar más atención o una observación más concreta de un aspecto u otro.

Este tipo de medidas son especialmente interesantes en el inicio de las programaciones, la charla de información previa a las sesiones o el contacto directo con los participantes conseguirá, tanto en las familias como en los docentes encargados del proyecto, conocer la importancia de los objetivos y lo que se puede llegar a conseguir en un futuro con el programa. No sólo centrándonos en un buen rendimiento académico, sino algo más importante y que está totalmente vinculado, en el bienestar emocional de los niños/as.

- Coste total estimado para los recursos humanos : 2.880€.

8.3 Recursos didácticos/educativos

Puede considerarse como un recurso didáctico cualquier material que se haya elaborado con la intención de facilitar la función de los maestros/as y la de sus niños/as. Los recursos educativos o didácticos son una ayuda que proporciona o facilita información al alumnado, ya que estos son una guía para el aprendizaje, pues ayudan a organizar lo que queremos transmitir y, de esta manera, a ofrecer nuevas competencias a los alumnos. Por otra parte, también ayudan a ejercitar las habilidades y a desarrollarlas y, gracias a esto, despiertan la motivación y la curiosidad de los más pequeños/as, creando un interés hacia los valores de aquello que se esté intentando conseguir.

En nuestro caso, hemos escogido la literatura infantil y el teatro como recursos educativos, puesto que uno de los elementos más importantes de la educación emocional es la comunicación, el saber expresarse, y, precisamente, el cuento y las obras teatrales son elementos que nos pueden ayudar a conseguirla, pues es capaz de generar muchas interacciones entre los alumnos/as, las familias y los maestros/as.

Los cuentos sobre emociones, provocan interrogantes acerca de lo que sienten las personas, de cómo lo sienten y de por qué lo sienten, abriéndose un camino para poder trabajar y profundizar en las diferentes emociones que se trabajan en las diferentes historias. En este caso, ejerceremos los diversos sentimientos con *“El monstruo de colores”*, *“Orejas de mariposa”* y *“Dos monstruos”*.

Ibarrola (2010) afirma que los cuentos proporcionan una gran ayuda en la educación de las emociones y en la comprensión de nuestro propio ser, además de empatizar con los demás, observando las situaciones desde sus perspectivas y comprendiendo de las emociones que ellos viven, pero desde una distancia de confort y seguridad.

Y, por último, tenemos el recurso de las obras expuestas por las familias, siendo el teatro en la infancia, una de las mejores formas de expresión y de diversión, contribuyendo al desarrollo íntegro de los más pequeños, permitiéndoles explorar y conocer sus propios sentimientos y al mismo tiempo formando su propia personalidad (Mantovani, 2008).

9. Temporización

El proyecto tendrá una duración de un mes, todos los lunes en horario no lectivo, de 17:00 a 18:30. A continuación, presentaremos un ejemplo del horario de las sesiones para las familias y alumnos/as de Educación Infantil que van a realizar el programa ([Anexo 3](#)).

La programación presenta una estructura intencionada en el tiempo, donde se iniciará con el trabajo sobre unas competencias iniciales para la consecución de los objetivos posteriores. En la primera sesión se trabajará el vocabulario emocional, introduciéndoles a las diferentes

emociones básicas y, ya en la segunda, aprenderemos a controlarlas. A continuación, en la tercera, conseguiremos expresarnos con seguridad, valorándonos a nosotros mismos y respetando al resto de personas, consiguiendo así en la cuarta, saber solucionar conflictos de manera calmada y escuchando a los demás. Concluyendo así, con la quinta sesión, plasmar todo lo trabajado anteriormente en las obras de teatro para darnos cuenta de que, si somos capaces de llevar a cabo todos estos objetivos, llegaremos al bienestar emocional.

10. Seguimiento de las actuaciones

Para comenzar, los docentes encargados de llevar el proyecto se reunirán con los respectivos tutores de Educación Infantil. En estas reuniones debatirán sobre aspectos que hayan visto tanto en las aulas como en el patio del recreo, para poder saber si algún alumno/a presenta rasgos característicos como baja autoestima, agresividad, dificultad a la hora de expresar sus sentimientos, etc. Dar este tipo de información facilitará la observación a la hora de estar realizando las sesiones y por si hay que adaptar algún tipo de actividad grupal si se diese el caso.

En el seguimiento del proyecto se contemplarán las siguientes fases:

- Charla informativa antes de comenzar el proyecto: previa información tanto a los docentes como a los familiares de que va a tratar nuestro programa y que se querrá conseguir con él, resolviendo todas las dudas que pueda haber a través de expertos en la educación emocional y en la prevención del bullying.
- Reuniones cada vez que finalice una sesión por parte de los implicados en llevarlas a cabo. Siempre se planificará una reunión al final de cada sesión para comentar los resultados sobre las competencias trabajadas concretamente. Las observaciones y propuestas de mejoras se anotarán en los diarios de aprendizaje del proyecto por parte del equipo docente.
- Una reunión al finalizar el proyecto para reflexionar y comentar de manera general como ha sido el desarrollo y los resultados de este. A través de todos los métodos que hemos utilizado para observar y evaluar, se llegará a debatir si se ha obtenido los objetivos que se habían propuestos con anterioridad o si habrá que mejorar en ciertos aspectos para en un futuro llevarlos a cabo.

Por último, mediante va avanzando el proyecto, los docentes encargados de llevar a cabo las sesiones, podrán ir informando al tutor de las diferentes observaciones que se vayan viendo en el seguimientos de los alumnos/as y viceversa, por si ocurre algo en particular en horario lectivo. Esto será de gran ayuda por parte de ambos, consiguiendo así mejores resultados tanto en la escuela como en nuestro programa.

11. Propuesta de evaluación del proyecto

La evaluación es una actividad valorativa que nos permite determinar en qué medida se han logrado los objetivos planteados, dirigida a la mejora del programa de intervención, a las competencias emocionales de los niños y a la mejora del profesional docente.

La evaluación debe de ser continua y estar integrada en el proceso de educación como instrumento de acción pedagógica. Esta también será global y formativa, ya que evaluaremos el aprendizaje adquirido a lo largo del desarrollo de las sesiones, si han afianzado las competencias y los objetivos que nos proponíamos, desarrollando correctamente las actividades propuestas.

Las técnicas de evaluación más adecuadas son la observación directa, el diario de aprendizaje y las escalas de categorías. Cada sesión ha sido evaluada en función de los criterios de evaluación establecidos y que se han detallado, por ello es conveniente la participación las familias u otros agentes educativos en la evaluación del alumnado.

La observación se irá anotando en un diario de aprendizaje y en los anecdóticos, que se habrán diseñado para la recogida de toda la información que nos interesa registrar. Así como la observación, no debemos olvidar que el docente irá anotando todo aquello que le llame la atención, o si hay algún alumno/a con un caso que deba ser controlado, de modo que podamos ayudarles del mejor modo posible, así como anotar las posibles mejoras a realizar para próximos cursos o las sesiones que han funcionado satisfactoriamente. Llevando a cabo este método de evaluación podremos tener todo el proceso controlado y registrado.

La evaluación será realizada por el equipo encargado de llevar a cabo el proyecto. Se realizará una evaluación inicial, antes de comenzar el programa, otra durante el desarrollo para observar su evolución y, por último, la evaluación final para comprobar si se han conseguido los objetivos propuestos.

Por tanto, se procederá a hacer una pequeña evaluación inicial a través de la cual, los tutores correspondientes de los alumnos/as darán la información necesaria del nivel de cada uno de ellos para tratar el tema. Esto es por si fuese necesario adaptar el programa a sus necesidades y nivel evolutivo.

Para que sea continua, es necesario que se lleve a cabo un seguimiento periódico de la evolución de los alumnos/as a lo largo del proceso. Se irá observando cómo va evolucionando el proceso, que objetivos propuestos se van consiguiendo y que dificultades nos vamos encontrando, para poder ir solucionándolas. Esta evaluación se hará a través de la observación directa con los diarios del alumnado y con las escalas de estimación de grado de las competencias de las sesiones anteriormente dichas.

Para finalizar, con la información recogida a lo largo del proyecto, los docentes podrán realizar una evaluación final tras haber acabado con la realización del programa, donde se centrará en determinar el nivel de consecución de objetivos y competencias por parte del alumnado, las familias y el equipo directivo. Se realizará un informe el cual se le entregará al AMPA del centro para compartir opiniones sobre los resultados.

Las siguientes evaluaciones finales serán las siguientes:

- El equipo directivo, evaluará el desarrollo del proyecto para que en un futuro tenga mejores resultados, a su vez que se centrará en la participación de los docentes y de las familias.
- Por otro lado, estará la evaluación a las familias, dando a señalar que le ha parecido el proyecto, su nivel de participación y si les ha parecido correcto para sus hijos/as. Tendrán que evaluar si han observado en casa, a lo largo del programa, cambios o resultados gracias a las sesiones.
- También se hará evaluaciones a los docentes encargados de llevar a cabo las sesiones con las familias. Comentarán los resultados del proyecto, sus experiencias vividas a lo largo del desarrollo y la importancia que obtiene el tema a tratar.
- Por último, una evaluación del alumnado, donde se tendrá en cuenta todo lo registrado a lo largo del desarrollo del proyecto, para poder concluir en sí se han conseguido los objetivos y las competencias propuestas y si la participación y motivación de los niños/as ha estado acorde con los esperado.

12. Criterios de evaluación y sus indicadores

Los sistemas de evaluación explicados en el punto anterior se conforman de los siguientes instrumentos:

- Cuestionario de evaluación del proyecto para el equipo directivo (Anexo 4).
- Cuestionario de evaluación del proyecto para las familias (Anexo 5).
- Cuestionario de evaluación del proyecto para los docentes encargados de las sesiones (Anexo 6).
- Evaluación inicial del alumnado, observando el nivel de cada niño/a antes de comenzar el proyecto (Anexo 7).

- Evaluación durante el proyecto del alumnado, observando la adquisición de competencias en las diferentes sesiones (Anexo 2).
- Evaluación final del alumnado, comprobando así si se han conseguido los objetivos propuestos del proyecto (Anexo 8).

13. Instrumentos de recogida de información

En este apartado describiremos los instrumentos de evaluación que se han hecho referencia en el apartado anterior. Estos instrumentos serán los medios mediante el cual, a través de la observación directa, el docente recabará información acerca del aprendizaje de los alumnos/as.

Se ha diseñado así un diario de aprendizaje (Anexo 9) por sesiones, siendo este un documento muy abierto y subjetivo donde el educador recogerá las experiencias y observaciones a lo largo del proyecto después de cada intervención tanto del niño/a como de sus familiares.

También se realizará anecdotalios (Anexo 10), los cuales servirán para describir situaciones o hechos de manera más concreta basándonos en las observaciones del diario de aprendizaje. Consiguiendo así apuntar algo que nos ha llamado realmente la atención en el comportamiento o que nos haya parecido fundamental en el proceso de aprendizaje.

Por otro lado, se realizará listas de control para la evaluación inicial (Anexo 7) y para la evaluación final (Anexo 8) del alumnado. También se utilizarán escalas de estimación de grado una vez finalizada cada sesión, como evaluación durante el proyecto (Anexo 2). Con ello se comprobará si cada niño/a ha adquirido las competencias propuestas después de cada observación.

Por último, se llevará a cabo escalas de categoría (Anexo 11) para evaluar los comportamientos del alumnado durante la realización del proyecto. La relación que tienen con sus iguales y adultos en el desarrollo de las sesiones, para hacer referencia a la calidad de la conducta del grupo.

14. Conclusiones y Valoración personal

Tras haber realizado el trabajo, hemos conseguido nuestro propósito de acercarnos al tema de las emociones con más profundidad y haber dejado en constancia la importancia de estas para erradicar el bullying en un futuro.

Viendo la gran influencia que tienen éstas sobre la vida de las personas, su tratamiento desde la educación infantil es fundamental y necesario, ya que permitirá a los docentes dotar a sus alumnos/as de habilidades para hacer frente a todo tipo de emociones que pueda experimentar

a lo largo de su vida. Si el niño/a tiene las bases para conocerse a sí mismo, sus capacidades y potencialidades, así como sus propios límites, tendrá las maneras para controlar sus propias emociones en vez de éstas sean las que controlen su vida.

Por otro lado, la actualidad hace que estemos especialmente interesados en el tema a tratar de este proyecto. Los medios de comunicación están en constante alarma sobre los acosos escolares que se están dando día a día y las consecuencias que llevan consigo. Esto muestra la importancia que le debemos transmitir a la sociedad de querer erradicar este fenómeno masivo que se está viendo cada vez con más frecuencia en los centros, porque ya no es simplemente el abandono escolar, sino las consecuencias que tiene en el ámbito emocional de los más pequeños/as, con repercusiones psicológicas afectando al desarrollo integral del niño/a.

Como dice el nombre de nuestro proyecto, *“Acabar con el bullying es trabajo de todos”*, debemos prevenir en conjunto. Desde los medios de comunicación, pasando por las escuelas y llegando a los propios hogares. Cada vez es mayor la incidencia en edades próximas a la etapa de educación Infantil y para muchos autores anteriormente mencionados como Bisquerra (2011) , Olweus (1998) o Serrate (2007), la clave se encuentra en el insuficiente aprendizaje emocional que se lleva a cabo con el alumnado en estas etapas.

Debemos ser conscientes de la importancia que tiene el poder expresar nuestras emociones y comprender la de los demás. No hay que restringirle a los niños/as su capacidad emocional, el correcto desarrollo de las relaciones socio-afectivas se basa en saber sentir, expresarnos y solucionar cualquier tipo de conflicto. Si conseguimos que el alumno/a desarrolle todos estos aspectos, dejará de contar con herramientas de conductas agresivas, provocadas por la frustración o por la baja autoestima.

Las emociones y los sentimientos, deben de tratarse en el aula con naturalidad para que el niño crezca sin complejos y aceptándose a sí mismo y a los demás, tal y como son. Nuestra función como maestros es ofrecer la ayuda necesaria para que todo esto pueda ocurrir. Para ello debemos crear una escuela donde se refleje la expresión positiva de las emociones, donde los niños/as sepan expresar sus sentimientos, de manera calmada, aprendiendo a controlar la agresividad y la frustración. No se trata sólo de evitar que surjan conflictos, sino conseguir el crear soluciones sin violencia alguna. Para que todo esto sea posible debe existir un buen clima de aula, los alumnos/as deben sentirse cómodos en este espacio para que las estrategias y conductas que se desarrollen sean óptimas. Para esto lo más importante es que nosotros, los docente, hayamos aprendido a manejar nuestras habilidades sociales y así poder utilizarlas y enseñárselas al alumnado.

He de aquí el querer realizar este tipo de proyecto, ya que en la actualidad se proclama la educación emocional para este tipo de prevenciones y como método necesario para el desarrollo óptimo integral del niño/a. No obstante, en el plan de estudios del Grado de

Maestro en Educación Infantil, no se centra en este tipo de temas. Es cierto que es complicado abarcar en cuatro años todos los conocimientos que sean necesarios para llevar a cabo una buena labor como docentes, pero he de destacar que la educación emocional solo se trata en una asignatura, y esta es optativa.

A medida que iba realizando el trabajo, me iba dando cuenta de la complejidad de los temas a tratar. La mayoría de los programas de intervención se destinan a primaria o secundaria, pero cada vez se muestran una mayor aparición de casos en los primeros años de primaria, lo que me llevó a querer buscar un plan y unas sesiones adaptables a la etapa de Educación Infantil, con la intención de prevenir ese tipo de casos de una manera diferente a la habitual.

Es por ello que en este período de edades tempranas, se puede dar una gran oportunidad para comenzar a inculcar todo tipos de valores y aspectos del aprendizaje emocional, sin olvidar de ir desarrollándolas a medida que el niño/a va creciendo.

Hoy en día, da la sensación que este tipo de propuestas cuesta llegar a realizarlas en las aulas, aunque no debería de ser una opción imposible. Es evidente que la sociedad va tomando en consideración a la educación emocional para prevenir el bullying, pero seguramente todavía no es suficiente. Puede, que una forma real de comenzar a implantar la educación emocional sea a través de actividades extraescolares; si bien no es lo más deseable.

No obstante, a través de unos buenos resultados, podemos proponernos que el proyecto en un cierto período de tiempo se consiga implantar en horario escolar. Poco a poco la comunidad educativa se iría dando cuenta de los aspectos positivos que influyen en el alumnado y en el ámbito familiar, consiguiendo así nuestro propósito de erradicar el acoso escolar en un futuro.

15. Bibliografía

Aguilar, L., Neves, A. (2008). *Orejas de mariposa*. Sevilla, España: Kalandraka Ediciones Andalucía.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona, España: Praxis.

Bisquerra, R., Pérez. N., Cuadrado, M., López. É., Filella, G., Obiols, M. (2009). *Actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños*. Barcelona, España: Parramón.

Bisquerra, R. (2011). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.

Bisquerra, R. (2014). *Prevención del acoso escolar con educación emocional*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.

Cejudo, J. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente: un estudio con maestros. *Psicología educativa*, 23, 29-36.

DECRETO 183/2008, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo del 2º ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias. Publicada en BOC No. 163, del 14 de agosto de 2008. España.

Eines, J., Mantovani, A. (2008). *Didáctica de la dramatización*. Barcelona: Gedisa.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona, España: Kairós.

Ibarrola, B. (2010). *Cuentos para sentir*. Madrid, España: SM.

Ibarrola, B. (2013). *Aprendizaje emocionante*. Madrid, España: SM.

Llenas, A. (2012). *El monstruo de los colores*. Barcelona, España: Flamboyant.

McKee, D. and García, G. (2007). *Dos monstruos*. Madrid: Anaya English.

Nias, J. (1996). Thinking about feeling: the emotions in teaching. *Cambridge Journal of Education*, 26, 293–306. Recuperado de:
<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0305764960260301>

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: what we know and what we can do*. Oxford, Reino Unido: Blackwell Publishers.

Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenazas entre escolares*. Madrid, España: Morata.

Oñate, A., Piñuel, I. (2007). *Acoso y Violencia Escolar en España. Informe Cisneros X*. Madrid, España: Iieddi.

Ricou, J. (2005). *Acoso escolar*. Sevilla, España: Rd editores.

Sánchez Aneas, A. (2009). *Acoso escolar y convivencias en las aulas. Manual de prevención e intervención*. Jaén, España: Formación Alcalá.

Serrate, R. (2007). *Bullying, acoso escolar: guía para entender y prevenir el fenómeno de la violencia en las aulas*. Madrid, España: Laberinto.

Suckling, A., Temple, C. (2006). *Herramientas contra el acoso escolar. Un enfoque integral*. Madrid, España: Morata.

Trianes, M^a V., De la Morena, M^a L., Muñoz, A. (1999). *Relaciones sociales y prevención de la inadaptación social y escolar*. Málaga, España: Ediciones Aljibe.

Vacas, M. (2002). Agresividad escolar y dificultades de aprendizaje. *Revista de psicología general y aplicada*, 55(3), 363-372.

Voors, W. (2000). *Bullying. El acoso escolar*. Barcelona, España: Oniro.

16. Anexos

Anexo 1 : Solicitud para el AMPA.

El proyecto “Acabar con el bullying es trabajo de todos” dirigido por Tatania Vaquero Castillo, con DNI 54109148S , requiere la aprobación de llevar a cabo este proyecto a favor de la prevención en contra del bullying a través de la educación emocional desde la etapa de Educación Infantil, concretamente de 5-6 años, planteándose desde un horario extraescolar.

La necesidad de nuestro programa se basa en que hay que comenzar desde edades tempranas a prevenir el bullying a través de competencias emocionales, puesto que así, es la única manera de poder erradicarlo y evitarlo en un futuro.

Las situaciones de acoso pueden aflorar en cualquier momento del curso escolar y, siendo cual sea el origen de la demanda, queremos conseguir en base a una serie de sesiones prevenir este tipo de conflictos. Conseguir así un buen clima en el ámbito escolar.

Como consecuencia solicitamos al AMPA del centro la oportunidad de poner en práctica nuestro proyecto “Acabar con el bullying es trabajo de todos”, y poder ejercer con los niños/as este tipo de proyecto, siendo los padres y los educadores profesionales unos grandes contribuyentes al desarrollo de las competencias propuestas.

Se adjuntará a esta solicitud una breve muestra como anexo de lo que queremos llevar a cabo en nuestro proyecto. Dejando claro el planteamiento de las actividades y objetivos propuestos con el fin de enseñarles lo más importante y característico del programa.

Gracias por su atención y colaboración.

Firma:

Tatania Vaquero Castillo.

Anexo 2 : Evaluación durante el proyecto.

- Anexo 2.1: Escala de estimación de grado. “Conciencia Emocional”.

Nombre del centro:

Fecha:

Título del proyecto: “Acabar con el bullying es trabajo de todos”

Nombre del alumno:

Edad:

Competencia a evaluar: Conciencia Emocional

Evaluación Conciencia Emocional	1	2	3
Conoce las emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, enfado...			
Identifica las emociones básicas en sí mismo.			
Identifica las emociones básicas en los demás.			
Relaciona adecuadamente las emociones con sus consecuencias afectivas.			
Acepta las emociones de los demás.			
Es capaz de expresar las emociones básicas.			

*Marcar con un aspa (X) donde proceda.

1: No lo ha adquirido 2: En desarrollo 3: Sí lo ha adquirido

- Anexo 2.2: Escala de estimación de grado. ‘Regulación emocional’.

Nombre del centro:

Fecha:

Título del proyecto: “Acabar con el bullying es trabajo de todos”

Nombre del alumno:

Edad:

Competencia a evaluar: Regulación Emocional

Evaluación Regulación Emocional	1	2	3
Conoce las fases de la estrategia de regulación emocional.			
Es capaz de controlar sus impulsivos.			
Ante situaciones de conflicto mantiene una actitud positiva.			
Es capaz de desenfadarse mediante la relajación.			
Es capaz de pensar antes de actuar.			
Es consciente de lo mal que está actuar de manera agresiva.			

*Marcar con un aspa (X) donde proceda.

1: No lo ha adquirido 2: En desarrollo 3: Sí lo ha adquirido

- Anexo 2.3: Escala de estimación de grado. “Autonomía emocional”.

Nombre del centro:

Fecha:

Título del proyecto: “Acabar con el bullying es trabajo de todos”

Nombre del alumno:

Edad:

Competencia a evaluar: Conciencia Emocional

Evaluación Autonomía Emocional	1	2	3
Tiene una imagen positiva de sí mismo/a.			
Reconoce la importancia de valorarse a uno mismo/a.			
Muestra actitudes de manera respetuosa con los demás.			
Es capaz de expresar sus propias cualidades.			
Es capaz de valorar a las amistades.			
Es consciente de la importancia de pedir y recibir ayuda.			

*Marcar con un aspa (X) donde proceda.

1: No lo ha adquirido 2: En desarrollo 3: Sí lo ha adquirido

- Anexo 2.4: Escala de estimación. ‘‘Habilidades socio-emocionales’’.

Nombre del centro:

Fecha:

Título del proyecto: ‘‘Acabar con el bullying es trabajo de todos’’

Nombre del alumno:

Edad:

Competencia a evaluar: Conciencia Emocional

Evaluación Habilidades socio-emocionales	1	2	3
Se comporta de manera asertiva.			
Se muestra participe por querer solucionar el conflicto.			
Sabe escuchar a los demás respetando el turno de palabra.			
Respeto la diversidad de opiniones.			
Es consciente de que hay que llegar a un mutuo acuerdo.			
Sabe expresarse sin insultos y sin faltar el respeto a los demás.			
Entiende que cada uno puede ver las cosas de una manera diferente pero siendo todas posiblemente válidas (empatía).			
Se alegra cuando se soluciona el conflicto.			

*Marcar con un aspa (X) donde proceda.

1: No lo ha adquirido 2: En desarrollo 3: Sí lo ha adquirido

- Anexo 2.5: Escala de estimación. “Habilidades para la vida y el bienestar emocional”.

Nombre del centro:

Fecha:

Título del proyecto: “Acabar con el bullying es trabajo de todos”

Nombre del alumno:

Edad:

Competencia a evaluar: Conciencia Emocional

Evaluación Habilidades para la vida y el bienestar emocional	1	2	3
Sabe valorar lo que le sucede en su vida diaria.			
Es consciente de las personas importantes que le rodean.			
Es responsable de sus propias decisiones.			
Es consciente de lo importante que es apreciar los sucesos agradables.			
Comprende que sus acciones pueden afectar a los demás (importancia de las decisiones).			
Es capaz de valorar y demostrarle a los demás su aprecio.			
*Marcar con un aspa (X) donde proceda. 1: No lo ha adquirido 2: En desarrollo 3: Sí lo ha adquirido			

Anexo 3: Temporización.

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
17:00h a 18:30h	1 Proyecto Primera Sesión	2	3	4	5
17:00h a 18:30h	8 Proyecto Segunda Sesión	9	10	11	12
17:00h a 18:30h	15 Proyecto Tercera Sesión	16	17	18	19
17:00h a 18:30h	22 Proyecto Cuarta Sesión	23	24	25	26
17:00h a 18:30h	29 Proyecto Quinta Sesión	30	31		

Anexo 4: Cuestionario de evaluación del proyecto para el equipo directivo.

	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
El desarrollo del programa ha sido el esperado.				
La participación de las familias ha sido la esperada.				
La participación de los docentes ha sido la adecuada.				
Se ha visto buenas reacciones por parte de las familias.				
Se ha notado una mejoría en el clima del centro.				
Considera mejorable la participación del equipo del centro.				
El tiempo planificado ha sido el correcto.				
Ha sido de gran utilidad el proyecto para los niños/as.				
La publicidad repartida ha sido influyente en la participación de las familias.				
El presupuesto planificado se ha ajustado a la realidad.				
Se ha participado en comparación a otros proyectos del centro.				
Los resultados han sido favorables.				
Los resultados invitan a repetirlo el año que viene.				
<p>Posibles mejoras:</p> <p><u>1-</u></p> <p><u>2-</u></p> <p><u>3-</u></p>				
<p>*Marcar con un aspa (X) donde proceda.</p>				

Anexo 5: Cuestionario de evaluación del proyecto para las familias.

	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
He sido partícipe a la hora de realizar el proyecto.				
La información dada previamente fue la adecuada.				
El tiempo empleado en el proyecto fue el adecuado.				
He aprendido sobre la educación emocional a lo largo de las sesiones.				
Ha habido una buena coordinación entre los profesionales.				
Me he sentido cómodo y atendido en todo momento.				
Las sesiones propuestas me han parecido acordes con el tema a tratar.				
Considero que después de trabajar en las sesiones soy capaz de controlar mejor las emociones.				
Me ha costado realizar las actividades.				
He compartido experiencias con las demás familias.				
He notado en mi hijo cambios en casa.				
Se ha mantenido la motivación durante todo el proyecto.				
Le recomendaría a otras familias a realizar el proyecto.				
Me gustaría que el proyecto se realizara en los próximos años.				
Voy a llevar a cabo lo aprendido durante las sesiones en el hogar con mi familia.				
Aspectos que considero positivos: <u>1-</u> <u>2-</u> <u>3-</u>				
Aspectos que considero mejorar: <u>1-</u> <u>2-</u> <u>3-</u>				
*Marcar con un aspa (X) donde proceda.				

Anexo 6: Cuestionario de evaluación del proyecto para los docentes encargados de las sesiones.

	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
Se ha conseguido los objetivos planteados.				
Se ha observado buena participación por parte de las familias.				
Se ha observado respeto por parte de todos los componentes del proyecto.				
Las sesiones han sido las adecuadas con el tema a tratar.				
El tiempo para realizar el proyecto ha sido el adecuado.				
Se ha llevado la metodología para realizar las sesiones.				
He llegado a analizar los aspectos que se deben corregir para un futuro.				
Se ha notado mejoría en las familias en el transcurso del proyecto.				
Ha habido coordinación a la hora de reunirse con los responsables del proyecto.				
Se ha encontrado problemas para desarrollar las sesiones.				
El proyecto puede ser mejorable.				
Es conveniente llevar la educación emocional a esta etapa.				
El seguimiento del proyecto ha sido el adecuado.				
La evaluación ha sido la adecuada para determinar la efectividad del proyecto.				
Observaciones:				
*Marcar con un aspa (X) donde proceda.				

Anexo 7 : Lista de control.Evaluación inicial del alumnado.

<u>Nombre y Apellidos:.....</u>			<u>Edad:</u>		
<u>Fecha:/...../.....</u>			<u>Centro:.....</u>		
<u>Tutor/a:</u>					
			SÍ		NO
Muestra actitudes agresivas con los demás compañeros.					
Sabe expresar sus emociones.					
Se relaciona correctamente con los demás.					
Muestra interés por aprender.					
Adopta posturas discriminatorias con los compañeros.					
Participa de manera colaborativa en las actividades.					
Solicita ayuda para resolver conflictos.					
Valora la relación con sus compañeros.					
Posee una buena autoestima.					
*Marcar con un aspa (X) donde proceda.					

Anexo 8: Lista de control. Evaluación final del alumnado.

<u>Nombre y Apellidos:.....</u>			<u>Edad:</u>		
<u>Fecha:/...../.....</u>			<u>Centro:.....</u>		
<u>Tutor/a:</u>					
	SÍ	NO			
Ha entendido la importancia de la educación emocional.					
Conoce sus propias emociones.					
Reconoce las emociones en los demás.					
Sabe controlar sus emociones ante situaciones de conflicto.					
Sabe relajarse en sus momentos de frustración o agresividad.					
Ha aprendido a expresar sus emociones de manera segura.					
Ha aprendido a solucionar conflictos.					
Es empático/a a la hora de resolver un conflicto.					
Sabe valorar a las personas que le rodean.					
Se relaciona de manera satisfactoria con los demás.					
Ha participado correctamente en las sesiones.					
Ha mostrado actitud positiva a la hora de aprender.					
Ha mostrado respeto a sus compañeros a la hora de dar diversas opiniones.					
Ha respetado las normas durante el proyecto.					
Observaciones:					
*Marcar con un aspa (X) donde proceda.					

Anexo 9: Diario de aprendizaje.

DIARIO DE APRENDIZAJE
Datos generales
Nombre y apellidos: Edad: Lugar/Sesión: Hora:
Observaciones:
Aspectos a tener en cuenta:
Conclusiones:

Anexo 10: Anecdario.

FICHA DE ANECDOTARIO	
Datos generales	
Nombre y apellidos: Edad: Lugar/Sesión: Hora:	
Anécdota o incidente:	
Interpretación:	
Orientación:	

Anexo 11 : Escala de categoría para evaluar el comportamiento del alumnado.

Nombres del alumnado	Respeto a los demás compañeros	Tiene mentalidad positiva	Respeto las normas	Tiene buena relación con los compañeros y familias	Actúa de manera calmada, sin agresividad	Muestra interés por participar	Existe cooperación con la familia
<u>1</u>							
<u>2</u>							
<u>3</u>							
<u>4</u>							
<u>5</u>							
<u>6</u>							
<u>7</u>							
<u>8</u>							
<u>9</u>							
<u>10</u>							
<u>11</u>							
<u>12</u>							
<u>13</u>							
<u>14</u>							
<u>15</u>							
*Si realiza la acción se marcará (✓) y si no realiza la acción se marcará (X).							