

TRABAJO DE FIN DE GRADO
GRADO EN MAESTRO/A EN EDUCACIÓN PRIMARIA

*PROGRAMA DIRIGIDO A MEJORAR LAS RELACIONES
INTERPERSONALES EN EL MARCO DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL
PARA ALUMNADO PERTENECIENTE A UN CENTRO DE EDUCACIÓN
PRIMARIA*

PROYECTO DE INNOVACIÓN

MIREILLE PIASENTE HERNÁNDEZ
alu0101339757@ull.edu.es

PILAR B. GIL FRÍAS
pgilfria@ull.edu.es

CURSO ACADÉMICO: 2022/2023

CONVOCATORIA: junio de 2023

Resumen

En el presente Trabajo de Fin de Grado se expone un programa que pretende mejorar las relaciones interpersonales e intrapersonales que el alumnado establece. Se desarrolla estando en concordancia con la educación emocional y los conceptos de la autoestima, la empatía, la escucha activa y la asertividad. Los escolares son los protagonistas y se implementa en el tercer curso de un centro educativo de San Cristóbal de La Laguna, en la isla de Tenerife. Asimismo, este programa se apoya en teorías y líneas de investigación de los diferentes tópicos que han sido necesarios para su elaboración y que demuestran el rigor de la propuesta: innovación educativa, educación emocional, relaciones entre iguales, conflicto, mediación y los conceptos mencionados. Con todo ello, se diseña un proyecto de innovación con acciones novedosas para el contexto en el que se aplica y que parten de unos objetivos intrínsecos del propio trabajo que van desde el análisis de necesidades que justifican la creación del proyecto hasta la consecución de logros que mejoran la situación de partida. Las actividades que se plantean son ocho y suponen dinámicas que motivan a los estudiantes a expresar sus emociones y considerar las de sus compañeros a través del *role-playing* y juegos que simulan situaciones que se dan en el día a día en el aula, actuando el docente como mediador. Finalmente, y tras la puesta en práctica de las actividades, los escolares han aprendido estrategias que les permiten identificar, gestionar y comunicar sus emociones tomándolas en consideración al mismo tiempo que las de los que les rodean, fomentando así el desarrollo de personas capaces de construir una relación sana y de calidad tanto consigo mismo como con el resto.

Abstract

This Final Degree Project presents a programme that aims to improve the interpersonal and intrapersonal relationships that students establish. It is developed in accordance with emotional education and the concepts of self-esteem, empathy, active listening and assertiveness. The pupils are the protagonists and it is implemented in the third year of a school in San Cristóbal de La Laguna, on the island of Tenerife. Likewise, this programme is supported by theories and lines of research on the different topics that have been necessary for its development and which demonstrate the rigour of the proposal: educational innovation, emotional education, peer relations, conflict, mediation and the aforementioned concepts. With all this, an innovation project is designed with novel actions for the context in which it is applied and which are based on intrinsic objectives of the work

itself, ranging from the analysis of needs that justify the creation of the project to the achievement of achievements that improve the initial situation. The activities proposed are eight and involve dynamics that motivate students to express their emotions and consider those of their classmates through role-playing and games that simulate everyday classroom situations, with the teacher acting as mediator. Finally, and after putting the activities into practice, the students have learned strategies that allow them to identify, manage and communicate their emotions, taking them into consideration at the same time as those of those around them, thus encouraging the development of people capable of building a healthy and quality relationship with themselves and with others.

Palabras clave

Educación Primaria, educación emocional, educación socioemocional, autoestima, empatía, asertividad, escucha activa.

Keywords

Primary Education, emotional education, socio-emotional education, self-esteem, empathy, assertiveness, active listening.

Índice

Introducción.....	4
Datos de identificación del proyecto.....	5
Justificación teórica.....	6
Objetivos del proyecto.....	17
Propuesta metodológica.....	18
Para la AUTOESTIMA.....	18
Para la EMPATÍA.....	20
Para la ESCUCHA ACTIVA.....	20
Para la COMUNICACIÓN CON ASERTIVIDAD.....	22
Propuesta de evaluación del proyecto.....	24
Resultados.....	26
Conclusiones.....	27
Valoración personal.....	28
Referencias bibliográficas.....	29
Anexos.....	31
Anexo I: Situaciones y plantillas para las actividades.....	31
Anexo II: Autoevaluaciones.....	34

Introducción

Como motivación inicial para la elaboración de este Trabajo de Fin de Grado, se ha aprovechado el auge que ha tenido en el último tiempo la educación emocional, ya implementada en las aulas como una materia más llamada Educación Emocional y para la Creatividad -en la Comunidad Autónoma de Canarias-, para utilizarlo a favor y expandir los conocimientos de esta rama a un programa con una perspectiva innovadora.

En base a esto último, se ha deseado desarrollar una propuesta en la que se pusiera de manifiesto y se alabasen los argumentos que se defienden en la educación emocional con la intención de acoplar a la misma unos conceptos que podrían complementarse con esta rama y que, de hecho, se han deducido y extraído del Currículo (autoestima, empatía, escucha activa y comunicación asertiva), puesto que supondría un enriquecimiento y un abordamiento más completo del proyecto. Estos términos se plasmarán en la propuesta metodológica en forma de acciones.

Con la integración de la educación emocional y los citados principios podría surgir el adecuado mecanismo que promueva que el alumnado construya su educación en base a la conciencia y el autoconocimiento emocional con el objeto de construir relaciones más sanas con ellos mismos y con sus compañeros de aula, teniendo como referencia y como guía al docente que actuará como mediador en todo el proceso.

Con esto último, no se pretende exponer esta idea como una utopía en la que no haya cabida para los errores, sino que se plantea como un intento de derrumbamiento de los viejos patrones en la educación con el que se busca fomentar el estrechamiento de los escolares con sus propias emociones con el fin de que “el alumnado tome conciencia de su mundo emocional, aprenda a gestionarlo eficazmente y se asuma como personas creativas capaces de construir su propio proyecto vital” (Rodríguez, 2018, p.11) y que, además, establezcan relaciones de calidad.

Se ha de subrayar que la elección de este tipo de proyecto para tratar las cuestiones mencionadas anteriormente se fundamenta en la adecuación de los objetivos intrínsecos de la educación emocional que se desean alcanzar con los propios de este modelo de trabajo. Un proyecto de innovación se dirige a mejorar la realidad educativa en un determinado contexto desde una propuesta novedosa para el mismo y así es lo que se desea desarrollar.

Finalmente, y en relación con el estado actual de la cuestión pertinente, se ha de recalcar que en los próximos apartados se redactarán y se seguirán las aportaciones principales que se han dado hasta ahora y que son el punto de referencia de este trabajo.

Datos de identificación del proyecto

Es importante tener en cuenta que este proyecto se implementaría en el curso de 3º de Educación Primaria. Sin embargo, puede ser modificado y adaptado para cualquier curso de la asignatura de Educación Emocional y para la Creatividad (EMOCREA).

Además, se desarrollará en un centro educativo de carácter público, mixto y laico ubicado en San Cristóbal de La Laguna.

Cabe destacar que el trabajo cooperativo está realmente presente en el centro y se le da importancia en todos los ciclos. A través del mismo se combinan las tareas individuales con las grupales en las que la capacidad de discusión, escucha y puesta en común se valoran positivamente, lo que está estrechamente relacionado con las habilidades comunicativas que se van a trabajar en las actividades de esta propuesta.

El centro cuenta con un *Proyecto de Mediación Escolar* que podría ir de la mano con el que se está planteando y que por eso es preciso mencionar. Está destinado a la evitación de casos de *bullying* a través de la resolución de conflictos y es proporcionado por Aldeas Infantiles, una organización no gubernamental, internacional y sin fines de lucro. Un aspecto interesante es que el proyecto se encuentra supervisado por la coordinadora de protección y bienestar del alumnado, una nueva figura que se implantó el presente curso académico 2022-2023 para mejorar el clima escolar de convivencia.

El modelo de enseñanza por el que se rige la escuela es de tipo constructivista, en el que el docente actúa como un guía y el alumnado aprende en consonancia con sus errores, transmitiendo los conocimientos gradualmente y adaptados a los escolares. Este último punto es uno de los motivos por los que este centro se trata de un entorno adecuado para la implementación de esta propuesta dado que en la misma el papel del docente ha de ser la de un mediador o facilitador de la asimilación y el seguimiento de los conocimientos que el alumnado debe ir integrando en su rutina diaria en el aula con el resto de los estudiantes. En este sentido, el maestro y/o maestra posee experiencia y entrenamiento en lo que ceder el

protagonismo a los escolares se refiere y puede suponer una ventaja en el comienzo del proyecto.

Un aspecto que aquí atañe, y por ende es preciso mencionar, trata sobre el contexto que rodea al centro. En relación con este punto, el nivel -social, cultural y económico- de las familias es generalmente bajo, salvo algunas minorías, conformando una clase media-baja.

Las actividades económicas a las que se dedican mencionadas familias corresponden al sector servicios, siendo en su mayoría empleados.

Por otra parte, la incidencia del paro es notable, pudiendo deberse a la escasa cualificación y el reducido nivel de estudios de los padres y madres.

Con respecto al profesorado, se ha de subrayar que son conscientes de las circunstancias del entorno del centro y de sus limitaciones, pero se lucha por establecer objetivos que incrementen la calidad educativa y, así, ayudar a solventar problemáticas existentes como por ejemplo el absentismo escolar y la falta de motivación en los hogares.

Por este segundo motivo, y en realidad el más crucial, es por lo que se ha elegido esta comunidad educativa para la implementación del programa y en el que se espera que sea fructuoso para la misma.

Para concretar, el programa se pondrá en práctica en el tercer curso de Educación Primaria debido a que se trata de un aula rica en diversidad en diferentes aspectos, tanto actitudinales y emocionales como intelectuales. Por lo que se considera un entorno apto para trabajar el contenido de la propuesta y en el que esta podría detonar en resultados bastante variados.

Finalmente, en concordancia con los aspectos formales, se formula como un programa que está compuesto por una secuencia de ocho actividades de una duración de una sesión cada una y que tendrá un mes de duración.

Justificación teórica

Justificación del programa

Se considera oportuno aquí recalcar nuevamente que, este proyecto se diseña y plantea con la intención de trabajar la educación emocional y, en particular, aspectos que se relacionan con la mejora de la autoestima y la empatía; así como con habilidades

comunicativas como la escucha activa y la asertividad, el fin -a largo plazo- de esta propuesta es que el alumnado se forme como personas conocedoras de sus emociones y que doten a su vida de relaciones de calidad tanto en la niñez como en la adultez.

Con esta intervención, se desea que los escolares afronten de una mejor manera las diferencias que surgen en el aula sabiendo cómo reconocer, validar y gestionar sus propios sentimientos y teniendo en cuenta los de las personas que los rodean.

Por todas las razones expuestas anteriormente, se considera que este proyecto innovador consta de especial relevancia y potencial tanto en el centro en el que se va a aplicar como en cualquier otro que se disponga a llevarlo a cabo, puesto que podría resultar de interés para otros centros educativos que persigan los mismos objetivos.

Proyecto de innovación

A continuación, se procede a explicar qué se entiende por “proyecto de innovación”, pues el vocablo “innovación” denota una de las características principales de este trabajo y es un claro indicador de su originalidad.

Como se ha redactado con anterioridad, se reconoce como proyecto de innovación aquel que implementa acciones que son novedosas en la institución en la que se va a llevar a cabo. Sin embargo, esta idea tiene un sentido más complejo.

La propuesta que aquí nos atañe se presenta como innovadora puesto que lo que se pretende conseguir tradicionalmente no se ha tratado de la forma en la que se debería en este sentido, cumpliendo así la premisa de que “cualquier innovación educativa debería suponer una mejora en el proceso de enseñanza y aprendizaje o, al menos, en una de estas dos vertientes.” (Fidalgo, 2007, como se citó en de Haro, 2009). Las necesidades educativas han cambiado en los últimos tiempos y se debe poner el énfasis en que el alumnado desarrolle la capacidad para resolver problemas con los que se encontrarán fuera del aula (y que es una de las metas que se plantean). Asimismo, se vuelve indispensable proporcionar a los estudiantes herramientas para relacionar, ampliar y corregir los conocimientos obtenidos, y es en ese preciso punto donde se hace necesario innovar (De Haro, 2009, p. 71).

La innovación tiene que implicar una mejora, un cambio en la forma de actuar y para ello debe haber voluntad y creatividad (Palomo et al., 2006, como se citó en Millares Martínez et al., 2012), es por ello que los escolares han de mostrar una actitud dispuesta y participativa para implicarse en el desarrollo de la propuesta y sacar de ella los mejores resultados posibles.

Por otra parte, en la innovación también es esencial que el profesorado se forme, tanto inicial como permanentemente (Millares Martínez et al., 2012, p.22). En este caso el maestro o maestra ha de estar concienciado en los conocimientos relacionados con la educación emocional y saber las estrategias básicas del papel de mediador.

Sin embargo, no hay que olvidar que toda innovación educativa lleva consigo una serie de factores que pueden dificultar su implementación y desarrollo y que se deben tener en cuenta en esta propuesta. Carbonell (2001, como se citó en Millares Martínez et al., 2012) expone los siguientes factores:

- Las resistencias y rutinas del profesorado.
- Es difícil cambiar, y más de forma individual: cuando las innovaciones no parten de un grupo las dificultades suponen un freno aún mayor.
- El individualismo y el corporativismo interno.
- El pesimismo y el malestar docente.
- Los efectos perversos de las reformas institucionales.
- Las paradojas del doble currículo.
- La saturación y fragmentación de la oferta pedagógica.
- Divorcio entre investigación universitaria y la práctica escolar.

Por ello, supondría una gran ventaja que los agentes presentes en este proyecto estén concienciados de las limitaciones existentes y comprender que los cambios en la educación resultan complicados y requieren tiempo.

Seguidamente, se añade un análisis DAFO (**D**ebilidades, **A**menazas, **F**ortalezas y **O**portunidades) que desglosa estos puntos desde una perspectiva externa -las amenazas y las oportunidades- e interna -las debilidades y fortalezas-. En el párrafo anterior se han explicado los factores que amenazan cualquier innovación educativa pero con este análisis se pretende hacer una concreción directa del programa.

Tabla 1. *Análisis DAFO*

<u>DEBILIDADES</u>	<u>AMENAZAS</u>
Las sesiones de las diferentes actividades están diseñadas para finalizar en ellas. No se contempla la consecución de la misma actividad en otra sesión.	No tomar en suficiente consideración el correcto desarrollo de la asignatura de EMOCREA.
Los diferentes conceptos acoplados a la educación	El profesorado no incide en el atendimiento de las emociones de los niños y niñas como se debería en el

<p>emocional pueden resultar un tanto confusos para los escolares. Se debe encauzar su explicación a través de las reflexiones finales, una vez el alumnado haya realizado las actividades.</p> <p>La propuesta no acoge casos extremos de violencia escolar y/o <i>bullying</i>.</p> <p>No se esperan resultados inmediatos. Se debe evitar abandonar el aprendizaje obtenido una vez haya finalizado el proyecto.</p>	<p>día a día (típicas respuestas que se suelen dar en la práctica educativa: “No llores por eso”, “No pasa nada”, “Eso es una tontería”, etcétera).</p> <p>En consecuencia, el alumnado es poco conocedor de sus emociones, de cómo identificarlas y gestionarlas.</p> <p>Los escolares no están en sintonía con los conocimientos acerca de cómo gestionar un conflicto con un compañero.</p>
<p><u>FORTALEZAS</u></p> <p>El proyecto parte desde la realidad del alumno y desde su cotidianidad en el aula, por lo que se pretende que este se muestre interesado y motivado.</p> <p>El objetivo es que los escolares crezcan como personas que forman una relación sana tanto consigo mismo como con el resto.</p> <p>La innovación es un rasgo que hace que sea un proyecto original.</p> <p>Las actividades son dinámicas, convergiendo el juego con el aprendizaje pautado.</p>	<p><u>OPORTUNIDADES</u></p> <p>El programa puede implementarse con los diferentes proyectos en los que esté involucrado el centro y así potenciarlo.</p> <p>Se pueden utilizar las diferentes actividades con casos reales que hayan ocurrido en el aula. Así, los estudiantes pueden comprender y aplicar estas pautas acertadamente.</p> <p>La buena predisposición del profesorado es una oportunidad clave para alentar al alumnado a que se involucre en el proyecto.</p> <p>La posibilidad de aplicar el proyecto en diferentes cursos permite observar y analizar las diferencias entre ellos para luego utilizarlas a favor para incrementar la calidad de la propuesta.</p>

Educación Emocional

Se desea abordar qué se entiende por “educación emocional”, un término que es el eje central del proyecto. La educación emocional es parte fundamental de la formación integral de la persona, y pretende que esta sea consciente y conocedora de sus emociones y sepa convivir con ellas de una forma sana desde su percepción, pasando por su valoración y regulación y llegando hasta su expresión. (Rodríguez, 2018, p.39).

En la educación emocional se encuentran dos vertientes esenciales: la inteligencia emocional y la inteligencia social, siendo ambas especialmente relevantes en el programa. Como bien define Rodríguez (2018):

La inteligencia emocional es la capacidad de gestionar de manera eficiente los sentimientos utilizando la razón, y esto implica: reconocer y expresar los sentimientos, regular y controlarlas y utilizarlas de forma productiva” y “la inteligencia social es la

capacidad de relacionarlos con los demás satisfactoriamente, generando vínculos saludables, cooperación y resolviendo los conflictos interpersonales. (p. 40)

Atendiendo a la anterior premisa, este programa pretende acogerse a la propuesta que el citado autor presenta en su libro: la **educación socioemocional**. Esto se debe a que este enfoque defiende los valores del programa en cuestión, el desarrollo de la inteligencia emocional y social con el objeto de conseguir una estabilidad afectiva y una relación sana con los demás.

En este proyecto dirigido a los escolares, se trabaja la propia relación del alumno consigo mismo y con sus emociones a través del concepto de autoestima y se aborda lo que Rodríguez (2018) denomina como “vinculación emocional” y que define como “la proyección de nuestras emociones más allá de la propia experiencia personal vinculándose afectivamente con los demás” (p.46).

La autoestima y las relaciones interpersonales de los escolares

A continuación, se aborda el tema de la autoestima y las relaciones interpersonales de los educandos, puesto que atender a la parte emocional de los niños y niñas desde su autoestima los enseña a respetarse y quererse, aspecto fundamental para poder llegar a aplicar esta afectividad con los demás. A través de la autoestima los estudiantes aprenden valoración, confianza y autonomía. Este término será redactado con mayor exhaustividad más adelante.

En lo que respecta a las relaciones interpersonales de los educandos con sus compañeros de aula, se ha de subrayar que es un tópico con numerosos estudios que lo respaldan pero aquí se exponen las ideas principales que van de la mano de este programa.

Las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, a través de ellas, el sujeto logra significativos apoyos sociales del ambiente más cercano que benefician su adaptación al mismo (García Chica, 2018). Por lo que, lo primordial es establecer y mantener relaciones con otros que sean satisfactorias para ambos, caracterizadas por la habilidad de “dar y recibir” en donde la confianza y la compasión se expresan de manera directa, ya sean en palabras o comportamientos (Fariás, J., 2012, como se citó en García Chica, L.A, 2018).

Los escolares han de aprender a establecer relaciones sanas y esto lleva consigo una serie de habilidades y competencias sociales. Asimismo, el estudiante necesita su inteligencia emocional para reconocer las emociones y sentimientos ajenos e interpretar las señales que se

emiten de forma consciente (Goleman, 1996) y así colaborar para construir estas relaciones positivas. Esta última afirmación es esencial en la elaboración de la presente propuesta.

Además, el aula es el lugar de encuentro donde se comparten vivencias, conocimientos y valores, en el cual los niños y niñas establecen relaciones entre iguales y a través de ellas intercambian formas de sentir y ver la vida, necesidades, intereses y afectos y si no son relaciones positivas esto puede afectar al proceso de enseñanza-aprendizaje y también a la propia formación como ser humano del alumno. Por ello, es vital que se fomenten actitudes positivas frente a la vida, estimulando la empatía y contribuyendo a la resolución de conflictos, fracasos y frustraciones (López Torres y Soraca Roa, 2019, p.197). A esto se le puede denominar “crear lazos”. Aguado (2014, como se citó en Rodríguez, 2018) afirma que “los vínculos son los que te enlazan con tu entorno y contigo, son puntos de cruce, es decir, lo crucial, que han ido tejiendo la trama de tu vida” (p.56).

Una característica intrínseca de las relaciones interpersonales de los educandos, que se cree oportuno añadir en este punto, es el surgimiento de conflictos, en los que se vuelve más razonable y necesaria la enseñanza en educación emocional para que el alumnado sepa gestionar estos problemas. Es importante subrayar que el conflicto en sí mismo no es el inconveniente, pero la forma en que se soluciona sí. En términos generales hay dos vías para hacerlo, a través de conductas agresivas o bien de manera pacífica.

Aquí, es conveniente expresar la estrecha relación existente entre la educación emocional y la educación para la paz, poniendo de manifiesto la necesidad de crear e implementar programas de educación emocional para la paz en los que se pueda articular de manera intencional la tríada emoción-conflicto-educación (Alzate et al., 2020, p. 258).

Además, también se pretende redactar una serie de consideraciones para tener en cuenta a la hora de poner en práctica técnicas en clave de educación emocional para la paz y que se recogen a continuación con motivo de la importancia que estas sugerencias han tenido en la elaboración de la propuesta:

- Primera consideración: que sea vivencial. Se han de potenciar aprendizajes desde la experiencia, pues las emociones y los conflictos están presentes tanto dentro como fuera del contexto escolar y a lo largo de toda la vida.
- Segunda consideración: que sea transversal. La presencia de esta educación ha de ser intencional y permanente en la cotidianidad del aula y de los procesos educativos.

- Tercera consideración: que se promuevan valores y actitudes que acojan el cuidado en sí y el respeto por la diversidad, con criterios éticos para proteger su integridad y la de otros.
- Cuarta consideración: que sea evaluable, es decir, que pueda valorarse en función de los cambios que su implementación revele en los ambientes escolares. Se debe evidenciar transformaciones en la convivencia, en las formas de expresar la aceptación y el respeto por la diferencia, en la creatividad para solucionar conflictos y, sobre todo, en la coexistencia de ideas opuestas.
- Quinta consideración: que implique a toda la comunidad educativa.
(Alzate et al., 2020, p.258).

El docente como mediador

Por otra parte, se ha de detallar el papel del docente en el vaivén de estas relaciones entre los estudiantes. El maestro ha de limitarse a actuar de mediador y para ello, es imprescindible que tenga conocimientos relacionados con la educación emocional y, además, de lo que supone la mediación. Sin embargo, aquí se concretan algunos aspectos básicos que el docente debe tener en cuenta. Calvo Hernández et al. (2004) defiende que la mediación es una forma de resolver conflictos de intereses, ideológicos y afectivos entre dos o más personas. Lo que busca el mediador es satisfacer las necesidades de las partes en disputa, regulando el proceso de comunicación y conduciéndolo por medio de sencillas frases (p.37). La neutralidad y la imparcialidad han de ser dos características esenciales en la función del mediador, además de la confidencialidad (Ripoll, 2001, como se citó en Calvo Hernández, P. et al., 2004).

En la resolución de conflictos y/o diferencias ha de primar un modelo de diálogo que será trabajado en la secuencia de actividades y será el docente quién vaya marcando y recordando estas afirmaciones, para guiar a los escolares y permitir que sean ellos los que solucionen sus diferencias.

Para que el proceso de mediación sea posible, es necesario que los protagonistas estén motivados y se desarrolle un proceso de negociación cooperativa en la que sepan solucionar el conflicto evitando la postura antagónica ganador/perdedor (Calvo Hernández et al., 2004, p. 37).

Pérez Pérez (2001) señala que la mediación tiene tres grandes ventajas:

- La presencia del mediador reduce en gran medida los comportamientos agresivos.

- El mediador es testigo de los acuerdos alcanzados y puede evaluar el grado de cumplimiento de estos.
- La presencia del mediador demuestra el interés del grupo por resolver el conflicto de una forma dialogada y salvaguardando el clima de convivencia del este. Esto contribuye a que las partes alcancen una solución amistosa y permanezcan en armonía en el contexto grupal (p.151).

Esta misma autora, también pone de manifiesto los pasos que se han de seguir en un proceso de mediación:

- Exposición del problema. Las partes exponen los hechos tal como los ven. El mediador ha de crear un ambiente adecuado en el que se rebaje la tensión y haya confianza para expresar sentimientos y preocupaciones. Es importante que se cuente todo lo que se considere necesario y que la otra parte escuche la versión opuesta.
 - Situar el problema. La tarea del mediador ha de concretar el núcleo del problema y diferenciar lo que es el contenido de este de los aspectos relacionados con sentimientos y opiniones.
 - Buscan puntos de acuerdo. Se debe empezar por concretar los puntos que pueden desbloquear el conflicto y avanzar hacia el entendimiento. Para ello se identifican los temas más fáciles y que son comunes a las dos partes, de tal modo que vean que ambos tienen un conflicto común que resolver. El mediador debe sugerir que se hagan propuestas que no conlleven la supremacía de los intereses de alguna de las partes.
 - Realizar propuestas de solución. Cada una de las partes propone las ideas que tienen que afrontar la solución del problema. En ellas debe quedar reflejado lo que se pide al otro y lo que se está dispuesto a aportar.
 - Establecer un acuerdo. Con las propuestas realizadas vamos construyendo un acuerdo que comprometa a cada una de las partes en unos aspectos concretos que deben ser realistas y claros.
 - Seguimiento del acuerdo. Cuando el acuerdo es complejo y contiene varios puntos, es necesario volver a reunirse con el mediador para hacer un seguimiento de este.
- (Pérez Pérez, 2001, pp. 152-153).

Finalmente, es importante que antes de este procedimiento haya una premediación, en la que se dialoga con las partes por separado con el fin de explicarles el proceso a seguir y se solicita su consentimiento para acudir a la mediación.

Autoestima, empatía, escucha activa y asertividad

Se dedicará el siguiente apartado a definir, dentro del marco de este proyecto de innovación, los conceptos de autoestima, empatía, escucha activa y asertividad. Es necesario aclarar que existe un gran número de datos e investigaciones sobre todos los conceptos pero en esta ocasión no se hará una redacción exhaustiva de cada uno de ellos.

La **autoestima** es entendida como una actitud hacia uno mismo que supone aceptar ciertas características tanto antropológicas como psicológicas y es la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. La autoestima es lo que conforma la personalidad del individuo, resultado de la propia historia de vida.. Este concepto tiene una estrecha relación con cómo se establecen las relaciones entre iguales puesto que es precursora y determinante del comportamiento y dispone a la persona para responder a los numerosos estímulos que se reciben (Roa García, 2013, p.242).

La misma autora defiende que se puede atender a la autoestima tanto propia como la de los demás:

- Demostrando amor incondicional.
- Señalando las características y cualidades positivas.
- Enviando mensajes positivos.
- Dedicando a cada persona un tiempo especial.
- Reconociendo los esfuerzos, el interés y dedicación por las cosas.
- Convirtiendo las quejas y críticas en sugerencias y peticiones.
- Animando a tener iniciativa y a hacer cosas por cuenta propia.
- Escuchar sin juzgar.
- Descubrir la excelencia y apoyarse en los puntos fuertes.
- Exigir en base a lo que se sabe y se puede hacer.

Sin embargo, Mayer-Spiess (2022) afirma que la autoestima se construye en base a cuatro pilares: Aceptación (Confianza-Respeto-Incondicionalidad-Autonomía), Regulación de las emociones, Límites adecuados y Educación en valores (pp. 159-160).

Por otra parte, la **empatía** es el reconocimiento y experiencia emocional en diferido por lo que sienten los demás. Tiene una doble vertiente, por un lado cognitiva (saber lo que sienten los demás) y por otro lado afectiva (sentir algo por lo que sienten los demás) que no significa experimentar el mismo sentimiento sino la generación de uno en consonancia con la emocionalidad del otro (Rodríguez, 2018, pp. 46, 98).

En cuanto a la **escucha activa** una buena forma de saber si se está practicando es preguntarse a uno mismo “¿Estoy realmente escuchando o solamente estoy esperando a que el otro acabe para empezar a hablar?”. La escucha activa significa dejar de lado el propio punto de vista para sintonizar con el interlocutor y es importante realizar preguntas o corroborar datos para que la otra persona sepa que ha sido escuchado y se han interesado por su mensaje, a eso se le conoce como diálogo. Algunas formas de mostrar interés son el eco (repetición de lo que se ha dicho el otro), la reformulación (expresar lo que se ha aprendido con las propias palabras), aclarando puntos o temas de cuestión, resumiendo y ordenando información o reflejando el sentimiento, que es lo que hemos deducido del otro (Funes Lapponi, 2000, pp. 98-99).

Mireia Uranga (1998, como se citó en Pérez Pérez, 2001) propone:

- No se debe cambiar de tema mientras el otro está hablando.
- No se debe valorar ni juzgar, sino animar y aconsejar.
- No se puede estar pensando en cómo rebatir lo que el otro dice.
- No se debe únicamente escuchar los hechos, se debe valorar los sentimientos implícitos.
- Debe de haber un esfuerzo por percibir los mensajes transmitidos por el lenguaje no verbal.
- Se debe realizar preguntas abiertas que permitan al otro expresarse más. Debe de haber interés por las necesidades y preocupaciones de los demás.

Finalmente, se aborda el concepto de **asertividad**. La asertividad es, en primer lugar, la prueba de una sana autoestima, que permite que todas las personas estén seguras de su valía. Por ello, la asertividad está directamente relacionada con la comunicación interpersonal entre iguales, pues ser asertivo significa hacer saber a los demás cómo uno se siente o piensa sin ofender ni entrar en estilos de comunicación agresiva (García Chica, 2018, p.19).

Lo que se trabajará en la secuencia de actividades referente a este concepto será: antes de transmitir un mensaje se ha de tener especial cuidado de no cometer los siguientes errores comunes: chantaje emocional, etiquetación o insultos, lenguaje elevado o exigencias inflexibles y generalización. Los niños y niñas que son asertivos saben decir “no”, realizan peticiones, se autoafirman, resuelven el conflicto de forma que se respeten ambas partes y expresan los sentimientos correctamente (Mayer-Spiess, 2022, p.190, 203).

Para comunicarse entre ellos y expresar asertivamente sus sentimientos se le facilitará al alumnado en la actividad final esta guía que se ha recogido de la obra de Mayer-Spiess (2022) y que es una combinación de lo que ella define como “mensaje yo” y “asertividad empática” (p.211-220):

- *Cuando tú/nosotros...* (aquí se describe brevemente el motivo del conflicto).
- *Entonces yo me siento...* (se nombra el sentimiento global).
- *Y por eso hago...* (se describe la propia conducta resultante de lo que se ha descrito anteriormente).
- *Entiendo/Comprendo que...* (hayas hecho..., te sientas..., desde tu punto de vista, esto es...).

- *Y tienes derecho a ello, pero...* (no para ti, tienes razón). (Yo opino que..., lo que planteas no es factible porque...)
- *¿Por qué no...?* (se propone un cambio o una solución para resolver el conflicto).

Objetivos del proyecto

En este apartado se pretende establecer un objetivo general del programa en cuestión y desglosarlo en cuatro objetivos específicos que están en consonancia con los éxitos que se esperan alcanzar. El objetivo general, como proyecto de innovación, sería

- Diseñar un programa novedoso para el pleno desarrollo de los escolares en relación con la educación emocional y las relaciones entre iguales.

Como objetivos específicos se proponen:

- Tomar como punto de partida las carencias existentes en la cultura de la comunidad educativa (y que tienen que ver con la importancia que se le otorga a la relación que los escolares tienen con sus propias emociones y con los compañeros de aula) y analizar el entorno del centro en el que se implementará la propuesta para confirmar la existencia de las carencias mencionadas y de otras características que impulsen su desarrollo.
- Diseñar una propuesta precisa y contrastada que ofrezca todos los elementos necesarios para su aplicación directa.
- Mejorar las relaciones interpersonales del alumnado a través de la puesta en práctica del programa.

Propuesta metodológica

Esta propuesta sigue variados métodos de enseñanza. Los principales son los siguientes: En primer lugar, el método expositivo es empleado al inicio de las lecciones para introducir los pasos que se darán para el desarrollo de la actividad. Esencialmente, el método que se sigue es el activo en el que se dota de protagonismo al alumnado en el proceso de enseñanza-aprendizaje. En la ejecución de este método se encuentran otros como el aprendizaje basado en el pensamiento puesto que los escolares han de reflexionar y adoptar una visión crítica en gran parte de las actividades y, además, el aprendizaje cooperativo. En lo referente a este último aspecto, la agrupación del alumnado es generalmente en pequeños grupos y en gran grupo. En un caso puntual se realiza un ejercicio de forma individual. Al final de todas las sesiones, también en gran grupo, se generan reflexiones finales.

Por otra parte, las técnicas de enseñanza que se llevarán a cabo son el *role-playing*, juegos, exposición de casos y metáforas-vida (Rodríguez, 2018).

El modelo de enseñanza que se implementa es de tipo constructivista debido a que el alumnado construye su propio aprendizaje mientras el docente posee un papel “secundario” como mediador entre ellos.

Actividades

A continuación, se desarrollará una secuencia de actividades que conforman el núcleo de este programa y que será la encargada de alcanzar los objetivos establecidos. Con la ejecución de las siguientes actividades se pretende que los niños y niñas mejoren su relación con ellos mismos a través de la educación emocional. A partir de ello, se procederá a abordar las relaciones entre iguales. Las actividades se elaboran en base a dinámicas motivadoras y que parten de la realidad del alumno tanto del entorno como de sus emociones, con lo que se pretende que el escolar se muestre más interesado y dispuesto a realizar el programa.

Para la AUTOESTIMA

Actividad 1: *¡Qué carta tan especial!*

El programa comienza con la presente actividad la cual usa como técnica de enseñanza el juego. En concreto, la dinámica consiste en que el alumnado -primero individualmente- en

una hoja de papel escriba tres aspectos o características propias que considere que deba mejorar (procurando no entrar en juicios del aspecto físico), la doble y la meta en un sobre en

el que tendrá que escribir su nombre. El/la docente preguntará al alumnado: “¿Cómo te hacen sentir esas características sobre ti?”, “¿Cómo te has sentido escribiéndolas?”, “¿Crees que eres así en realidad?”.

Una vez hecho esto, comenzará la segunda parte del juego. Ahora, el alumnado ha de llevar a cabo un trabajo conjunto “en cadena” en el que un/una niño/a comenzará dando su sobre al compañero de al lado y así sucesivamente hasta que todos tengan uno diferente al suyo. Entonces, lo abrirán y escribirán una cualidad positiva del compañero/a que les haya tocado. Así, irán pasando los sobres de uno en uno hasta que todos hayan escrito un mensaje positivo a cada uno de los alumnos y alumnas de la clase. El/la docente les volverá a preguntar: “¿Cómo te has sentido escribiendo cualidades positivas de los demás?”.

Finalmente, el/la educador/a leerá el contenido de cada sobre en voz alta creando un coloquio en gran grupo atendiendo a los siguientes interrogantes: “¿Cómo te has sentido con los halagos que has recibido?”, “¿Crees que los mereces?”.

Actividad 2: *Mi valía: única en el mundo*

Se sigue con la actividad número dos para fomentar la autoestima, que también consiste en un juego como en la anterior. Se les presentará a cada pequeño grupo (en la clase hay cuatro grupos, tres de cuatro integrantes y uno de tres integrantes) una situación, en la que todos los integrantes tendrán que colaborar para encontrar una solución. Para ello, el objetivo del juego es que entre todos busquen y asignen a cada uno de sus compañeros un papel fundamental en esta problemática, que tenga que ver con alguna virtud que crean que posea el niño o niña. Una vez encontrada la solución, cada grupo deberá hacer una breve presentación. El/la maestro/a preguntará a cada grupo: “¿Por qué eligieron esos papeles para sus compañeros?”, “¿Cómo se sentirían si les asignaran esas características?”. En cambio, a cada persona del grupo se le formulará la siguiente pregunta: “¿Cómo te sientes con esas virtudes que tus compañeros han señalado en ti?”.

*Consultar las diferentes situaciones en el Anexo I.

Para la EMPATÍA

Actividad 3: *Sé cómo te sientes por cómo me siento*

Para comenzar a ejercitar la empatía en el alumnado, en esta actividad, el mismo tendrá que rellenar un cuento incompleto desde el punto de vista del personaje principal. En el mencionado cuento habrá numerosas referencias al mundo emocional e inconscientemente el/la niño/a irá reflejando sus propias emociones, porque partirá de lo propiamente vivido y experimentado para elaborar la historia del protagonista. Para concluir el ejercicio, el alumnado leerá su cuento y expondrá las razones que lo llevaron a expresarse de tal forma. El/la docente les preguntará: “¿Te has sentido así alguna vez?”, “¿Cómo te has sentido poniéndote en el lugar de Martina?”. Finalmente, se les explicará a los estudiantes que la empatía consiste en compartir la misma emoción, pero no el mismo acontecimiento que la genera. Para ello, se contrastarán los diferentes resultados que se han obtenido del cuento.

*Consultar la plantilla del cuento en el Anexo I.

Actividad 4: *La empatía es como un abrazo que conecta a las personas*

Esta actividad será realizada en un espacio amplio, por ejemplo, el patio o el gimnasio del centro. Se llevará a cabo un juego en el que será necesario que el alumnado se divida en cuatro grupos de cuatro (no es necesario que sean los mismos integrantes que en los grupos del aula). Los diferentes grupos formarán un círculo alrededor de un aro que el/la docente disponga repartidos por el suelo. Un/a alumno/a cualquiera dirá una frase acerca de alguna emoción que haya experimentado y la causa (por ejemplo: “He sentido vergüenza cuando me han llamado la atención en clase”). Este alumno entra dentro del aro junto con todos los compañeros que han “empatizado” con la emoción del otro sintiéndose representado/a y dará un abrazo a cada uno de ellos. Después, salen del aro y vuelven a formar el círculo y se repite la misma dinámica con otro/a niño/a y emoción diferente.

Para la ESCUCHA ACTIVA

Actividad 5: *¡Vaya papelón que estás haciendo!*

Aquí se comienza a abordar el penúltimo concepto educativo: la escucha activa. Para ello los escolares crearán y pondrán en práctica un *role-playing*. Divididos en pequeños grupos, tendrán que crear una historia y representarla. A continuación, se facilitan algunas ideas: una entrevista a un personaje famoso, una consulta médica, una visita guiada al museo,

la impartición de una clase, etcétera. Los componentes de cada grupo decidirán por ellos mismos cuáles serán los papeles de cada uno en la dramatización, sin embargo, han de tener en cuenta que en todas las representaciones debe de haber una charla de al menos uno de los protagonistas y la realización de unas preguntas por la otra parte. En base a esto, se dispone de total libertad en la creación del *role-playing*. El alumnado que hace de oyente tiene que

mostrarse interesado no solo con la formulación de preguntas, sino empleando la gesticulación (asentir con la cabeza, aplaudir después de una pausa si tiene sentido, mantener la mirada fija en el ponente, etcétera). Tras esto, cada grupo dramatizará en público su historia. Después de esto, el/la educador/a preguntará al niño/a que ha actuado de interlocutor cómo se ha sentido cuando el resto de sus compañeros le escuchaban atentamente y si esto le sucede a menudo cuando habla sobre sí mismo. También, se le preguntará a los oyentes cómo se han sentido al escuchar el mensaje de la otra persona y si suelen hacer esto en su día a día con los que le rodean.

Actividad 6: *No hagas a los demás lo que no te gustaría que te hicieran a ti*

En esta dinámica se practicará en dos tandas y siempre en gran grupo. En la primera, un estudiante ha de escoger un cuento de la biblioteca que se haya leído con anterioridad y que quiera leerlo y mostrarles a sus compañeros (mejor si se trata de un álbum ilustrado, que tenga tanto texto como imágenes). Por otro lado, habrá un grupo de nueve estudiantes que tendrán que representar al azar los siguientes papeles mientras el narrador lee el cuento.

- Papel A “El/la atento/a”: El/la alumno/a con este rol tendrá que estar muy atento/a a lo que el narrador está diciendo. Tendrá que mirar fijamente y asentir con la cabeza, demostrando gran interés y sin interrumpir.
- Papel B “El/la que interrumpe”: Tendrá que ser un personaje que sigue el cuento, pero constantemente está interrumpiendo haciendo preguntas y juzgando al narrador.
- Papel C “El/la que no escucha”: El papel de este escolar consiste en que directamente no está atendiendo al narrador. Bosteza aburrido, hace otras tareas e intenta hablar con los otros compañeros.

El resto de la clase actuarán de observadores de la escena.

En la segunda tanda, se invierten los roles. Otro estudiante adopta el papel de narrador y los cinco observadores se vuelven actores de los diferentes papeles descritos, mientras que ahora hay nueve observadores.

Tras esta sesión, el/la maestro/a preguntará al alumnado cómo se han sentido los narradores, con qué compañero se han encontrado más cómodos y menos cómodos contando el cuento. A los actores se les preguntará acerca de su papel, de cómo se sentían actuando de tal forma y si creen que está bien comportarse así. Por último, a los observadores se les preguntará cómo se han sentido siendo espectadores, si han percibido los sentimientos del narrador y quién tenía una mejor actitud en ambas situaciones.

Para la COMUNICACIÓN CON ASERTIVIDAD

Actividad 7: *En la diversidad de opiniones está la magia*

Aquí se llevará a cabo un debate, en pequeños grupos, en el que los participantes tendrán que exponer sus diversos puntos de vista partiendo de un caso ficticio ofrecido por el/la docente (consultar Anexo I). Se trata de expresar cada una de las opiniones partiendo desde la comunicación asertiva apoyándonos en una guía (véase Anexo I). Cuando el debate haya acabado, se realizará un coloquio en gran grupo acerca del desarrollo del debate (si han escuchado las opiniones de los demás antes de hablar, si han compartido la propia sin imponer, si han mantenido la calma, si han llegado a un acuerdo, etcétera) y qué emociones han surgido.

Actividad 8: *Juntos contra el problema y no los unos contra los otros*

La secuencia de actividades de este programa finaliza con otro tipo de *role-playing*. El alumnado ha de dividirse en los pequeños grupos habituales y han de dramatizar ante el resto de compañeros las escenas que se les han asignado (véase Anexo I). En esta ocasión, no tendrán que imaginarse una situación, sino que ellos mismos la protagonizarán para crear más realismo e implicación. Para ello, improvisarán y crearán un diálogo que represente el conflicto. Para dar paso a su resolución el alumnado seguirá la guía especificada justo al final del apartado de la justificación teórica. Tras el fin de la dinámica, se les preguntará cómo se han sentido recreando una escena así y si les ha costado encontrar una solución.

Agentes intervinientes

Los protagonistas de esta propuesta será el alumnado del aula en la que se aplicará. Además, será necesario la presencia de un/a docente que guíe al alumnado en todo momento, que medie entre ellos en la realización de las actividades, sobre todo si surgen conflictos o disputas y procurar que sigan el diálogo para la resolución del conflicto.

Recursos didácticos/educativos

Los recursos didácticos y/o educativos que se emplearán en las acciones serán unas hojas de papel a modo de apoyo con las diferentes situaciones y casos en los que se ha de trabajar. También, se facilitan por este medio unas plantillas para que los estudiantes se guíen a la hora de la comunicación en las tareas. Por último, también se hace uso de una ficha para la realización de un cuento (véase todos los recursos de este tipo en el Anexo I).

Recursos materiales/humanos

Los recursos materiales necesarios serán lápices y aros. También, se ha empleado el aula como escenario principal del programa, con excepción del desarrollo de la actividad 3 que se llevará a cabo en el gimnasio o patio del centro.

Temporalización/secuenciación

El programa tendrá una duración establecida de un mes, sin contemplarse los inconvenientes que puedan surgir y que supongan una ampliación temporal del proyecto. Asimismo, al estar diseñada para establecerse en 3º de Educación Primaria, se realizarán ocho acciones/actividades, dos a la semana en las horas lectivas de la asignatura de EMOCREA. Cada una de las actividades están creadas con la intención de que ocupen una sesión (pudiendo abordar parte de la siguiente o en su totalidad si se considera necesario o porque por diferentes motivos no se ha podido completar en la sesión anterior), es decir, dos actividades para cada concepto mencionado en apartados anteriores. El proyecto se iniciará a principios del mes de mayo por motivos de organización del propio centro educativo.

Seguimiento de actuaciones

En cada una de las actividades es preciso que al inicio de las mismas el/la docente explique detalladamente el proceso a seguir, y resuelva las dudas que puedan surgir para su correcto desarrollo a través de la autonomía que se pretende dar al alumnado. Sin embargo, al final de las acciones, se ha de llevar a cabo una reflexión y un descubrimiento del concepto que se ha trabajado preguntando al alumnado si conoce este concepto y si así dejar que ellos mismo intenten explicar su significado -lo que hará que los demás compañeros lo entiendan mejor-. Si los escolares nunca han escuchado algún término el/la docente lo expondrá adaptando las explicaciones al nivel del curso para su comprensión.

Un aspecto importante a detallar es que, en las actividades 7 y 8 dedicadas a trabajar la comunicación asertiva, el/la docente deberá de prestar atención a las guías que el alumnado ha

de seguir para encauzar la negociación del conflicto que se ha recreado -actuando así de mediador-.

Propuesta de evaluación del proyecto

Aquí se postulan las evaluaciones que se han elaborado e implementado en las diferentes partes del proceso del proyecto, y que pueden ser un modelo para los agentes que decidan llevar a la práctica este programa.

Las evaluaciones que se plantean tienen en común los siguientes puntos:

- Criterios de evaluación e indicadores: Se han recogido cuatro criterios del Currículo de la materia de Educación Emocional y para la Creatividad (Decreto 211/2022 de 2022 [Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes]. Por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias. 10 de noviembre de 2022) de los que parten las actividades realizadas.

Tabla 2. *Criterios de evaluación del proyecto*

Criterios	1.1	3.1	3.2	4.2
	Comprender y analizar las emociones que experimenta, reflexionando y estableciendo relaciones entre ellas y los sucesos que las originan, así como las consecuencias derivadas de las mismas, para adecuar sus reacciones y favorecer su autoconocimiento emocional (C.E. 1).	Comunicar, de manera asertiva , las experiencias emocionales propias, utilizando un lenguaje verbal y no verbal, escuchando y comprendiendo los sentimientos de las demás personas y demostrando una actitud de respeto y de apertura hacia ellas, para establecer vínculos con sus compañeros y compañeras, y con las demás personas con las	Reconocer las emociones en las demás personas, expresando sentimientos hacia ellas, experimentando con modelos empáticos y promoviendo la conciencia emocional, como medio para fomentar la empatía y la vinculación emocional (C.E. 3).	Desarrollar el compromiso emocional con las demás personas, a través de la participación, elaboración e implementación de proyectos colectivos de carácter emprendedor, usando sus capacidades creativas y actitudes innovadoras para propiciar beneficios a la comunidad (C.E. 4).

		que interactúa (C.E. 3).		
--	--	-----------------------------	--	--

Los indicadores que se emplearán para la evaluación -y que se apoyan directamente en los criterios- son diferentes para cada evaluación, están recogidos en

las autoevaluaciones y se extraerán de los principios trabajados de la autoestima (a través de la conciencia y el autoconocimiento personal), la escucha activa, la empatía y la comunicación asertiva.

- Instrumentos de recogida de información: La forma en la que se llevará a cabo la evaluación será por medio de tres autoevaluaciones pues se considera que lo más acertado es que sea al alumnado al que le corresponda analizar sus propias emociones y el esfuerzo e implicación que cree que ha tenido en el desarrollo de la aplicación del proyecto. Además, cederles a ellos/as el proceso evaluativo es un indicador más que demuestra el claro protagonismo que se le otorga a los estudiantes. Las autoevaluaciones se presentan en escalas en formato tipo *Likert* y están diseñadas en referencia al inicio, durante la implementación del programa y la finalización de este.

*Consultar en el Anexo II la plantilla de las autoevaluaciones.

- Agente intervinientes: Como se ha detallado en el apartado anterior, las personas involucradas en las evaluaciones son los propios estudiantes por medio de autoevaluaciones. Serán los docentes u otros profesionales educativos los que se encarguen de analizar con exhaustividad los resultados obtenidos para obtener variedad de conclusiones y hacer uso de ellas como punto de partida para la mejora del proyecto.

Resultados

Esta propuesta se ha aplicado parcialmente al centro destinado para la misma, habiendo puesto en práctica cuatro actividades (1, 4, 6 y 8) en el curso mencionado de 3º de Educación Primaria. No obstante, no se han llevado a cabo las autoevaluaciones, por lo que los siguientes resultados que se exponen se han obtenido a través de la observación participante en las actividades y un análisis no sistemático al final de las mismas con asambleas en gran grupo en los que el alumnado reflexionaba acerca de cómo se habían sentido con la ayuda del docente que les guiaba a través de la formulación de preguntas de este tipo.

En cuanto a la actividad realizada que trabaja la autoestima, el alumnado ha escrito con facilidad los aspectos propios que consideraban que han de mejorar, sin embargo, se decantaron generalmente por características académicas más que comportamentales. Al preguntarles por las emociones que les producían esas cualidades de ellos mismos algunos dijeron: “A mí me dan risa porque escribí que debería dibujar mejor, pero me hacen gracia mis dibujos. Si mejoro estaría bien, pero si no me seguiría divirtiéndome”, “Yo me siento bien porque estoy poniendo las cosas que hago mal y lo admito”, “A mí me gustaría dibujar mejor, aunque me digan que se me da bien”. Con las virtudes que los compañeros les señalaron afirmaron sentirse “bien” y, un niño comunicó que se sentía “extraño” porque habían escrito sobre él que se portaba bien y no lo creía así.

Por otra parte, la dinámica de la empatía ha sido la mejor, tanto en ejecución como en resultados. El alumnado se expresó en profundidad en lo referente a su mundo emocional. Algunos reconocieron: “Me he sentido triste al ver a mi madre llorar”, “Me he sentido contenta porque X nos invitó a su cumpleaños”, “Me he sentido avergonzado cuando la maestra me llama la atención delante de todos”, “Me he sentido triste porque me han excluido”, “Me siento alegre porque tengo un nuevo perrito”. Tras esto, en la reflexión final, tras preguntarles cómo se han sentido con la realización del juego, se generaron testimonios de gran calidad para el proyecto: “Estoy contenta porque por fin he hablado de lo que tanto quería hablar”, “He sentido vergüenza al reconocer algunas cosas”, “Me siento feliz pero a la vez triste porque he sacado emociones que no quería”, “Me he sentido libre”, “Me he sentido bien al ver que los demás se sentían como yo”.

La actividad de la escucha activa ha resultado divertida para los escolares de este curso. Sin embargo, es un aspecto en el que hay que incidir en mayor medida que los otros puesto que les resulta verdaderamente difícil practicar una escucha consciente en el que no se interrumpa a la otra persona. Sin embargo, han sabido reconocer las emociones de los compañeros y reflexionar sobre sus formas de actuar: “X se ha tenido que sentir mal porque yo...”, “Me siento culpable por haberle tratado así aunque sea un juego”.

En la última actividad los escolares, con la recreación del conflicto, han elaborado dramatizaciones creativas pero, también, se ha de seguir trabajando en la resolución de conflictos de forma asertiva -empleando el modelo de diálogo si se considera conveniente- ya que es notable la falta de costumbre entre los educandos de un correcto abordamiento y gestión de una desavenencia y el conocimiento de estrategias para llegar a una solución eficaz. Además, les ha costado reflexionar y encontrar las palabras siguiendo el diálogo. No obstante, han identificado y admitido las partes en las que personalmente han de actuar de una forma diferente, que es un paso imprescindible para la resolución de cualquier conflicto.

En conclusión, se puede afirmar que el desarrollo de las actividades ha sido positivo. El alumnado ha demostrado interés, ejerciendo una notable implicación para expresar sus emociones sin dejar a un lado la dificultad que ello supone para algunos alumnos/as y la generación de otras nuevas por esta razón y que, con grata sorpresa, también han sabido identificar y comunicar. Además, cabe destacar que las actividades más fructuosas han sido aquellas que permitían a los niños y niñas más dinamismo.

Conclusiones

El proyecto ha sido bien acogido y aplaudido en el centro tanto por el alumnado implicado como por agentes externos a este, pero pertenecientes a la comunidad educativa del centro que han sido testigos.

Como se ha señalado en el apartado anterior, la puesta en marcha de las actividades ha tenido resultados positivos y efectivos. El alumnado ha estado interesado y verdaderamente presente en el desarrollo del proyecto y ha sabido contar con una visión crítica y reflexiva.

Con respecto a los objetivos definidos para este trabajo y su consecución, se considera que se han logrado exitosamente. No obstante, siempre se puede mejorar y adaptar para poder sacar el máximo partido.

Antes de la implementación, se han revisado los objetivos propuestos y se ha confirmado la necesidad de ahondar y trabajar en las relaciones que los niños y niñas se establecen dentro del aula, tomando como referencia su mundo emocional. Como en toda práctica educativa, son comunes las diferencias y conflictos entre iguales y se ha comprobado la ausencia de consciencia en los más pequeños sobre cómo afrontar y gestionar un problema de una manera sana y satisfactoria para ambas partes. Es decir, en el centro no se fomenta con un trabajo directo dentro del aula la consolidación de relaciones positivas y de calidad y el autoconocimiento de las emociones propias y ajenas. Asimismo, la simple puesta en práctica de este programa ya mejora la situación inicial de partida.

Por las razones expuestas, se alcanza otro de los objetivos propuestos y que está relacionado con el diseño del presente proyecto, que ofrece todas las posibilidades para su aplicación directa.

Además, a pesar de que se ha podido observar que los alumnos y alumnas dotados/as de una mayor inteligencia emocional son los que tienden a tener relaciones más sanas consigo mismos y con los demás, se considera que el último objetivo específico sobre la mejora de las relaciones interpersonales del alumnado se ha alcanzado de forma parcial en el sentido de que los escolares han estado en consonancia con conocimientos y herramientas que les permitan concienciarse de sus emociones y establecer mejores relaciones, pero se trata de una meta que ha de trabajarse transversalmente para su logro y es responsabilidad del profesorado y del alumnado remar en esa dirección en la educación.

Todo ello converge en el objetivo general: diseñar un programa novedoso, que se ha cumplido con la introducción de acciones originales que pretenden el pleno desarrollo del niño/a.

Valoración personal

Con la elaboración de esta propuesta se ha pretendido potenciar el crecimiento personal y emocional del alumnado, con el fin de mejorar sus relaciones interpersonales creando una convivencia positiva en el aula que se extienda a todos los aspectos de su vida, Haber escogido señalada temática para la elaboración de este trabajo académico hace que sea un orgullo, puesto que se demuestra la vocación por el oficio de maestro y de querer mejorar la enseñanza, “poniendo el broche de oro” a la finalización del grado.

Además, se ha realizado con ayuda de una gran motivación e interés por conocer la teoría existente sobre el tópico y en base a ella crear un programa que ya parte de un componente clave: la innovación. Escoger un proyecto de innovación lo ha enriquecido directamente ya que, al plantear una propuesta metodológica inédita para un determinado contexto, se ha generado un gran esfuerzo con el objetivo de plantear las actividades de la mejor manera posible para obtener, a su vez, unos resultados que respalden los objetivos perseguidos y la importancia del desarrollo de habilidades emocionales en los escolares.

El hecho de que los resultados hayan sido positivos conlleva a una notable satisfacción.

Es preciso señalar que un aspecto a valorar es que se ha intentado tomar como referencia fuentes que respalden fielmente las afirmaciones realizadas y se ha presentado un trabajo con las ideas organizadas y estructuradas para su fácil comprensión, con acciones dinámicas y lúdicas que promuevan la motivación y la creatividad en el alumnado.

En conclusión, se considera que este Trabajo de Fin de Grado ha sido creado y aplicado con empeño y dedicación y presenta un enfoque innovador y valioso para mejorar las relaciones interpersonales en la Educación Primaria a través de la educación emocional. Aunque hay aspectos positivos destacables también existen oportunidades para mejorar que, incluso, podrían fortalecer aún más la propuesta y ampliar su impacto en el contexto educativo.

Referencias bibliográficas

Alzate-Henao, G. P., Bedoya-Rojas, M. M., Fajardo-Sandoval, A. M., Del Pilar Hoyos-Mejía, Á., & Ocampo-Flórez, E. (2020). Emociones, conflicto y educación: bases para pensar la educación emocional para la paz. *Eleuthera*, 22(2), 246-265.

<https://doi.org/10.17151/eleu.2020.22.2.15>

De Haro, J. J. (2009). Algunas experiencias de innovación educativa. *Arbor-ciencia Pensamiento Y Cultura*, CLXXXV(Extra), 71-92.

<https://doi.org/10.3989/arbor.2009.extran1207>

García, A. M. (2013). LA EDUCACIÓN EMOCIONAL, EL AUTOCONCEPTO, LA AUTOESTIMA Y SU IMPORTANCIA EN LA INFANCIA. *Edetania: estudios y*

- propuestas socio-educativas*, 44, 241-257.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4596298.pdf>
- García Chica, L. A. (2018). *LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES: MANUAL DE COMPETENCIAS EMOCIONALES* [Trabajo de investigación, Universidad de Guayaquil].
- Hernández, A. F. R. (2018). *EducaEMOción: la escuela del corazón*. Santillana Activa.
- Hernández, P. C., Rodríguez, G. R., & Correa, A. B. (2004). La mediación: técnica de resolución de conflictos en contextos escolares. *ANUARIO DE FILOSOFÍA, PSICOLOGÍA Y SOCIOLOGÍA*, 7, 35-48.
<https://accedacris.ulpgc.es/handle/10553/3682>
- Lapponi, S. F. (2000). Resolución de conflictos en la escuela : una herramienta para la cultura de paz y la convivencia. *Contextos Educativos: Revista de Educación*, 0(3), 91.
<https://doi.org/10.18172/con.466>
- Lopez Torres, N. R., & Soraca Roa, T. (2019). Relaciones interpersonales y su incidencia en el aula. *Educación y Ciencia*, 23, 191-206.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7982129>
- Martínez, P. M., Sánchez, J., Pina, F. H., & Correa, A. B. (2012). Dificultades de las prácticas docentes de innovación educativa y sugerencias para su desarrollo. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 15(1), 19-26.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4616487.pdf>
- Mayer-Spiess, O. C. (2022). *Ni agresivos ni sumisos: Educar en la asertividad y el respeto*. GRIJALBO.
- Pérez, C. P. (2001). Estrategias para la solución de conflictos en el aula. *Revista Española De Pedagogía*, 59(218), 143-156. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/23678.pdf>

Anexos

Anexo I: Situaciones y plantillas para las actividades

Situaciones de la actividad 2

- Situación A: “Ustedes cuatro forman un equipo y tienen que crear una manualidad para la asignatura de Plástica. Lo que tienen que hacer es pensar en los puntos fuertes que creen que tengan tus compañeros de grupo y asignarles un papel en esta tarea. Por ejemplo: ... es el encargado/a de ... porque es bueno/a en...”.
- Situación B: “Un día la maestra les dice que tienen que hacer un trabajo sobre un tema que les guste a todas las personas de vuestro grupo y que, además, tienen que hacer una presentación oral. Lo que tienen que hacer es pensar en los puntos fuertes que creen que tengan tus compañeros de grupo y asignarles un papel en esta tarea. Por ejemplo: ... es el encargado/a de ... porque es bueno/a en...”.
- Situación C: “Cada año el colegio celebra una fiesta. Este año le ha tocado a vuestro grupo organizarla. Cada uno de ustedes tiene un papel muy importante aquí, porque todos somos buenos en algo. Lo que tienen que hacer es pensar en los puntos fuertes que creen que tengan tus compañeros de grupo y asignarles un papel en esta tarea. Por ejemplo: ... es el encargado/a de ... porque es bueno/a en...”.
- Situación D: “Durante el recreo ha habido un problema entre todos los compañeros de vuestra clase en un partido de fútbol. Ustedes cuatro son los encargados de conseguir algo de paz. Cada uno de ustedes tiene un papel muy importante aquí, porque todos somos buenos en algo. Lo que tienen que hacer es pensar en los puntos fuertes que creen que tengan tus compañeros de grupo y asignarles un papel en esta tarea. Por ejemplo: ... es el encargado/a de ... porque es bueno/a en...”.

Plantilla del cuento de la actividad 3

“Una mañana Martina se despertó e hizo su rutina matutina habitual. Sin embargo hoy se encontraba distinta, se encontraba triste porque _____. Sus padres notaban que estaba triste porque veían que _____. Sin embargo, hizo algo para sentirse mejor y fue que _____. Ahora Martina estaba _____. Un mal día lo tiene cualquiera y no hay nada que no podamos hacer para sentirnos bien. Más tarde, Martina estaba sorprendida porque _____.”

Pero esa sorpresa se convirtió en miedo, tenía miedo a _____ . ¡Qué susto! Martina aceptó ese miedo, pero quería cambiarlo, se le ocurrió que _____ .

Martina estaba teniendo un día cargado de emociones y se sentía un poco _____. Para colmo, se había peleado con un niño de su clase y eso hizo que sintiera _____. Pero Martina se puso en el lugar de su compañero y comprendió que él también se sentía así y hablaron tranquilamente y escuchando al otro para llegar a una solución. Al fin, después de un largo día, Martina llegó a su casa muy cansada y se encontró con que tenía broccoli para cenar... ¡PUAG, qué _____ !

Caso y plantilla de la guía de la actividad 7

Caso: “La tutora ha decidido poner un examen de matemáticas la semana que viene sobre divisiones. Todo el alumnado se encuentra nervioso porque no han practicado lo suficiente y muchos de ellos no entienden las divisiones ni saben cómo resolverlas. La maestra les ha pedido que escojan un día.”

...prefiere el lunes:

...prefiere el miércoles:

...prefiere el viernes:

...quiere atrasar la fecha una semana más

Guía para el diálogo:

- Yo prefiero... porque...
- Entiendo que no quieran este día, pero para mí es importante porque...
- ¿Y si buscamos una solución para todos?. Por ejemplo...

Casos de la actividad 8

- Caso 1: “A se ha peleado con B y C porque en el recreo no la han dejado jugar con ellos porque al juego que estaban jugando era de solo tres personas y ya estaba completo. A se ha enfadado y ha gritado a sus compañeros.”
- Caso 2: “A, B, C y D son muy amigos, siempre van juntos a todos lados, incluso están en la misma clase. Un niño de otro grupo ha invitado a A y B a su cumpleaños y a C y D no. C y D se han enfadado con A y B y ya no les hablan.”
- Caso 3: “A y B están en el mismo equipo de fútbol y C y D están en el equipo rival a ellos. Un día juegan un partido y A y B se enfadan porque los otros han ganado”.

- Caso 4: “A, B, C, y D están en la misma clase y se sientan juntos. Un día A y B están hablando mientras el maestro explica. El maestro pelea a todo el grupo y C y D se enfadan porque ellos no tienen culpa”.

Anexo II: Autoevaluaciones

Tabla 3. Autoevaluación inicial: escala Likert de importancia

Lo importante que es para mí...	1	2	3	4	5
Mis emociones: alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y asco					
Saber cómo me siento					
Emocionarse por la alegría, tristeza, ira, sorpresa y asco de los demás					
Escuchar a las otras personas					
Comunicarse con los demás al respecto					
Relacionarse con los demás					

Tabla 4. Autoevaluación en la puesta en práctica: escala Likert de dificultad

Lo difícil que es para mí...	1	2	3	4	5
Saber que estoy emocionado/a					
Conocer qué emoción estoy sintiendo					
Reconocer cómo se está sintiendo la otra persona					
Emocionarse con las emociones de los demás					

Comunicar mis emociones y mis opiniones al respecto					
Escuchar las emociones y las opiniones de los demás mostrando interés					
Relacionarme con los demás					

Tabla 5. Autoevaluación final: escala Likert de satisfacción

Lo satisfecho/a que estoy con...	1	2	3	4	5
Cómo he identificado mis emociones para las actividades del proyecto					
Cómo he reconocido las emociones de mis compañeros/as					
Cómo me he emocionado con las emociones de los demás					
Cómo he expresado mis emociones y opiniones					
Cómo he escuchado lo que los demás tenían que decir					
Cómo me he relacionado con mis compañeros/as					
La creatividad que he empleado en					

cada una de las actividades					
-----------------------------	--	--	--	--	--