

## "APRENDER A SER PERSONAS"

**CANDIDATURA:** 105

**CENTRO EDUCATIVO:** CEIP RAMIRO SOLANS

### FICHA DEL PROYECTO

#### 3. CARACTERÍSTICAS GENERALES

<b>Tipo de centro</b>	Público
<b>Niveles educativos a los que se dirige el proyecto</b>	Educación Primaria

<b>Nº total alumnado</b>	159
<b>Nº total docentes</b>	20
<b>Nº alumnado participante (especificar ciclo)</b>	44 (1r ciclo E. Primaria) 32 (2º ciclo Primaria) 31 (3r ciclo Primaria)
<b>Nº de autores del proyecto</b>	1
<b>Agentes implicados en el proyecto</b>	Profesorado Alumnado Familias Agentes externos Personal del centro

#### 4. CARACTERÍSTICAS DEL PROYECTO

##### Área curricular

El proyecto se pone en marcha en las sesiones tutoriales impartidas con una periodicidad semanal, dirigidas por mi- Orientadora- y en coordinación con los tutores.

##### Tema

Se trata de un Programa para el desarrollo de la Inteligencia Emocional que favorece la formación de una personalidad equilibrada partiendo del trabajo en aspectos como conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socioemocionales y habilidades para la vida.

Enseña a los alumnos/as a conocerse mejor a sí mismos y a los compañeros, a aceptar las diferencias, ser capaz de ponerse en el lugar de otra persona.

También se les entrena para que sean competentes en el control de sus emociones, en las relaciones sociales y en la resolución de conflictos.

##### Resumen

Este Programa se basa en la organización estructurada del aprendizaje en el marco de la Educación Emocional. Además está contextualizado en el centro educativo, la edad del alumnado y sus necesidades.

Actualmente, se distinguen dos fases:

1ª) Trabajo previo en 1º y 2º ciclo sobre conciencia y regulación emocional partiendo de cuentos adaptados.

2ª) Puesta en marcha del Programa "Aprender a ser personas" en 3º ciclo de Educación Primaria. Las actividades se estructuran en el marco de cinco bloques temáticos que deben entenderse bajo una concepción holística-globalizadora aunque se presenten por separado:

**1-Motivación.** Se crea la necesidad de que todos tenemos que aprender a ser mejores personas y se establecen las reglas de las sesiones.

**2-Autoestima/Personalidad.** Incluye actividades que permiten conocerse mejor, aprender a valorarse y modificar aquellos rasgos de nuestra personalidad o forma de actuar que no nos benefician.

**3-Emociones.** Se trabajan actividades y tareas que permiten conocer diferentes emociones diferenciando las positivas y las negativas, analizando qué situaciones provocan y aprendiendo a controlar las negativas.

**4-Habilidades Sociales.** Se trabajan diferentes habilidades sociales que utilizamos para interaccionar con los demás en distintas situaciones.

**5-Resolución de conflictos.** Se diseñan actividades y tareas que permiten reflexionar de forma crítica sobre situaciones y problemas encaminadas para que los alumnos sean conscientes de la existencia de diferentes perspectivas a la hora de analizar la realidad y aprendiendo a resolver los conflictos de forma constructiva.

**6-Valores prosociales.**

Cada uno de estos Bloques temáticos consta de una programación que contiene:

- Objetivos específicos.
- Materiales (en soporte informático para trabajar con pizarra digital).
- Desarrollo de cada sesión (actividades y tareas).

La estructura de cada bloque es la misma:

- Motivación. Se parte de un cuento o contenido presentado en power-point y que es el hilo conductor.
- Desarrollo. Se plantean actividades y tareas para lograr los objetivos.
- Evaluación: Cada alumno a través de un cuestionario valora lo aprendido y cómo lo traslada a situaciones cotidianas. También los profesores junto con la Orientadora valoran los aspectos trabajados, las dificultades surgidas y propuestas de mejora.

## Objetivos

Los objetivos se elaboran tomando como referencia la LOE en el ámbito referido a la competencia social y ciudadana.

## OBJETIVOS GENERALES

En relación al centro son:

- Prevenir la aparición de conflictos.
- Mejorar el clima de las aulas y del centro a partir de un mejor conocimiento mutuo.
- Introducir la mediación entre iguales como herramienta de mejora de la convivencia.

En cuanto al alumnado:

- Trabajar la competencia social y ciudadana.
- Favorecer el desarrollo de una personalidad equilibrada compensando las carencias emocionales de su entorno.
- Mejorar su estabilidad emocional.
- Potenciar la empatía.
- Asumir habilidades y estrategias que les permitan desenvolverse adecuadamente en su vida,
- Prevenir la aparición de conductas de riesgo social.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

### AUTOESTIMA-PERSONALIDAD

- Aprender a conocerse mejor .
- Favorecer el desarrollo de una autoestima positiva.
- Potenciar la empatía entre compañeros.

### EMOCIONES:

- Identificar y analizar las emociones que sentimos diferenciando las positivas de las negativas.
- Aprender a expresar y regular adecuadamente nuestras emociones, especialmente las negativas.

### HABILIDADES SOCIALES:

- Disponer de habilidades para participar activa y plenamente en la vida cívica ( quejarse adecuadamente, ser asertivo..).

### RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS:

- Entrenar a los alumnos en un método cognitivo-conductual de resolución de conflictos partiendo de situaciones concretas del aula y del entorno.
- Practicar el diálogo, la negociación como forma de resolver conflictos.
- Introducir el Programa "Alumno Ayudante" en la vida del centro como formación para su vida adulta.

### VALORES PROSOCIALES:

- Promover valores como respeto, justicia, responsabilidad, tolerancia...

## 5. CONTEXTO

### Descripción del centro educativo y su entorno social

El CEIP "Ramiro Soláns" está situado en el barrio Oliver de Zaragoza. Se trata de un barrio donde hay un fuerte sentir como "barrio" con una interrelación importante entre todos los Servicios e Instituciones que trabajamos.

Escolarizaba la población de un barrio obrero, después se convierte en un centro de etnia gitana (99%). Pero con la llegada de población inmigrante la situación ha cambiado y en la actualidad matriculamos:

- 69% de etnia gitana.
- 30% de población inmigrante (18 nacionalidades).
- 1% no gitana.

La situación social de nuestro alumnado se corresponde con un nivel socioeconómico y cultural bajo o muy bajo.

Las familias de etnia gitana poseen:

- Bajo nivel de instrucción (analfabetismo).
- Situación económica precaria (ayudas sociales).
- Bajo nivel de expectativas.
- La desventaja social genera desajustes personales.
- Comportamientos violentos.

La población inmigrante:

- Predomina el nivel bajo de instrucción.
- Prioridad por subsistir.
- Familias desestructuradas.

Por todas estas características, la Administración educativa autoriza al centro a una organización específica y la provisión de plazas se hace por Comisión de Servicios.

### Descripción de los destinatarios

Las características de nuestro alumnado están determinadas por su entorno si bien podemos diferenciar dos grandes grupos:

1. El alumnado de etnia gitana se caracteriza por:

- Baja autoestima.
- Alto nivel de frustración.
- Inestabilidad emocional.
- Impulsividad.
- Falta de Habilidades Sociales y de estrategias de resolución de conflictos.

2. El alumnado inmigrante:

La llegada de esta población ha mejorado el centro pues en ellos han encontrado un referente positivo de trabajo y de comportamiento pero también ha generado problemas de "xenofobia".

Nos encontramos con distintos tipos de conflictos:

- Entre iguales (etnia gitana) por su impulsividad y tendencia a la agresividad verbal y física.
- Hacia el alumnado inmigrante por actitudes "xenófobas".
- Entre alumnos/as- profesorado por la reproducción de modelos de su entorno.

Actualmente, podemos afirmar que la convivencia del centro ha mejorado ya que la puesta en marcha de este Programa ha permitido dotar a nuestros alumnos/as de unas estrategias adecuadas además de crear en el aula unos espacios donde compartir experiencias y reflexionar sobre la responsabilidad personal para que el centro funcione mejor.

### Descripción de los agentes y grado de implicación en el proyecto

#### PROFESORADO

Los profesores del CEIP "Ramiro Soláns, presenta estas características:

- Voluntariedad para trabajar en el centro.
- Fuerte grado de implicación ante una tarea educativa tan compleja.
- Gran capacidad de innovación.
- Ilusión por trabajar a pesar del elevado nivel de dificultad que debemos afrontar.
- Capacidad de trabajo en grupo

Todo el centro trabaja siguiendo una línea común de actuación cuyo objetivo primordial es la formación integral de nuestro alumnado.

#### ALUMNADO

Sus rasgos positivos a destacar son:

- Afectividad.
- Gran capacidad para expresar ante sus compañeros/as situaciones personales difíciles.
- Sensibles hacia los problemas de los demás.

Pero también presentan unas carencias (descritas en el apartado de destinatarios) consecuencia del entorno en el que se desenvuelven, las cuales pretende compensar este Programa.

#### FAMILIAS

También nuestras familias presentan las mismas carencias descritas en sus hijos.

Ellas están implicadas en este Programa y a través de diferentes sesiones de la Comisión de padres que funciona en el centro, conocen las actividades que realizan sus hijos para formarse como personas. Son ellos mismos los que les cuentan qué aprenden y para qué les sirven lo aprendido. De esta forma, nuestros alumnos/as contribuyan así a mejorar la formación emocional de sus padres.

#### AGENTES EXTERNOS

El centro está abierto al barrio y por ello existe una estrecha coordinación con diferentes Servicios e Instituciones que inciden en nuestro alumnado:

- P.I.E.E. Organiza actividades extraescolares.
- Educadores de calle. Trabajan con nuestros chicos/as en horario no lectivo.
- Centro de Tiempo Libre. Los niños acuden al centro de Tiempo Libre por la tarde y participan en diversas actividades lúdicas.
- Servicios Sociales. A través de los profesionales de Servicios a la Comunidad y los educadores familiares.
- Centros de Salud.

Con todos estos agentes externos se mantienen reuniones para darles a conocer el Programa y así puedan continuar con la misma línea de trabajo.

### PERSONAL DEL CENTRO

También es importante que otro personal del centro como Monitoras de Comedor, limpieza o conserje, lo conozcan también.

Se trata de un Programa que se hace extensible a toda la Comunidad Educativa y que pretende que el alumno generalice lo aprendido en los distintos entornos en los que se desenvuelve.

### Fundamentación teórica

Este programa se basa en estos fundamentos teóricos:

- La LOE que determina la necesidad de trabajar la competencia social y ciudadana.
- Luria y Vigotski atribuyen al lenguaje una función directiva y reguladora, la cual está reflejada en este programa donde el lenguaje interno regula el comportamiento.
- La obra de Bisquerra "Educación emocional y bienestar" (2.000) y de Álvarez y otros "Diseño y evaluación de programas de educación emocional" (2.001). El programa debe estar contextualizado en el centro educativo, y atender a la edad del alumnado y sus necesidades.
- Los programas de M<sup>a</sup> Victoria Trianes para el desarrollo de la "competencia social" al identificarme con su enfoque:
  - **Marco humanista:** Centrado en procesos afectivos de aceptación del alumno y comprensión interpersonal y en la creencia de que los individuos se dirigen hacia el crecimiento personal y el ajuste.
  - **Marco constructivista:** entendido como construcción de competencias personales a través del aprendizaje desarrollado en la escuela y la participación activa en su desarrollo.
  - **Enfoque sociocultural:** como marco para una educación de competencias sociales e interpersonales dentro del aula.

## 6. METODOLOGÍA, EVALUACIÓN Y CALENDARIO

### Descripción de la metodología utilizada. Dar ejemplos de actividades llevadas a cabo

El Programa parte de una metodología globalizada y activa que permite la construcción de aprendizajes emocionales funcionales y significativos.

Todas las actividades están basadas en:

- Las vivencias del alumno en diferentes ámbitos (familiar, escolar, social).
- La cooperación.
- El debate entre iguales para desarrollar el concepto de sí mismo.

Las actividades están pensadas para favorecer la comunicación, el intercambio y la empatía.

## BLOQUE DE AUTOESTIMA/PERSONALIDAD

- Se parte de una **ficha de trabajo "Aprendo a conocerme"** en la que a partir de unas sencillas definiciones de los siguientes rasgos de personalidad: inteligente/torpe, tranquilo/nervioso, obediente/desobediente, generoso/egoísta, pacífico/agresivo, confiado/desconfiado, rebelde/sumiso, sincero/falso, extrovertido/introvertido; cada alumno/a debe rodear los que coinciden con su forma de ser y después clasificarlos en positivos y negativos.

El alumno/a debe responder a la pregunta ¿Qué rasgos de mi personalidad me perjudican? Cada alumno/a expone ante los demás su autovaloración.

Esta actividad es la base para otra que se continúa en cada sesión y que consiste en lo siguiente:

- Se elige el alumno/a al que vamos a ayudar a conocerse mejor.
  - A cada niño/a se le reparten dos tarjetas (una roja y otra verde). En la verde deben escribir una cualidad positiva y en la roja una cualidad negativa del alumno/a elegido/a.
  - Utilizando una ficha con soporte informático con la fotografía del alumno/a, se van escribiendo la cualidad positiva y negativa que cada uno ha valorado. Existe un debate sobre lo expuesto y es el propio niño evaluado quien lee al final sus cualidades positivas y negativas.
  - Esta ficha se vuelca en un mural de clase y se va revisando periódicamente para comprobar en qué aspectos va mejorando o no cada alumno.

Lo más sorprendente es cómo aceptan la opinión de sus compañeros y las críticas constructivas.

## BLOQUE DE EMOCIONES

- Se parte de una presentación en power-point en la que se plasman las siguientes ideas:
  - Es importante contar a los demás cómo nos sentimos porque nos ayuda a sentirnos mejor.
  - Es importante saber qué podemos sentir (cada alumno debe expresar situaciones en la que ha sentido alegría, tristeza...).
  - Debemos ponernos en el lugar de otros para sentir por ellos (Empatía).
- Después de un debate sobre lo expuesto por la profesora, pasamos a la ficha de trabajo en soporte informático en la que se han plasmado diferentes situaciones (un niño agradece a otro, etc..) y sobre cada una de ellas tienen que expresar qué sienten (trabajo personal).
- Se lee cada situación y van exponiendo lo que ellos/as han sentido (la profesora lo recoge en la pantalla para que todos lo puedan ver bien).
- Lluvia de ideas sobre emociones

Esta actividad sería la motivación del bloque y en las sesiones siguientes se trabajan emociones concretas (ira/tranquilidad, alegría/tristeza, miedo...).

### Criterios y herramientas para la evaluación del proyecto

El Programa se basa en una evaluación:

- Inicial para determinar necesidades.
- Formativa para ajustar la ayuda psicológica.
- Final para evaluar los objetivos propuestos.

Los criterios de evaluación son los siguientes:

#### A) En relación al alumnado:

- Grado de implicación en el Programa.
- Motivación
- Valoración de la utilidad de lo aprendido.
- Mejora de la autoestima.
- Valoración de cómo lo que aprendemos nos sirve para relacionarnos mejor con los demás y resolver adecuadamente los conflictos.

Las herramientas que se utilizan son los cuestionarios de evaluación que se aplican en diferentes momentos y que se analizan conjuntamente por la Orientadora y el/la Tutor/a.

- Al finalizar cada bloque de trabajo.
- Al terminar el Programa (6º de E.P).

#### EJEMPLIFICACIÓN EVALUACIÓN AUTOESTIMA:

- ¿Por qué Teresa se sentía mal?
- ¿Qué es la autoestima?
- ¿Por qué es importante conocernos bien y diferenciar nuestras cualidades positivas de las negativas?
- ¿Qué debemos hacer con los pensamientos negativos?
- ¿Por qué es importante sentir que los demás nos quieren? ¿Cómo se refleja esto en la Historia de Dracolino?
- ¿Qué has aprendido en todas estas sesiones en las que hemos trabajado sobre Autoestima/Personalidad?

#### EJEMPLIFICACIÓN EVALUACIÓN EMOCIONES:

- ¿Qué es una emoción?
- ¿Qué son emociones positivas? Nombra cinco de ellas.
- ¿Qué son emociones negativas? Nombra cinco.
- ¿Cuándo una persona es inteligente con sus emociones?
- ¿Cómo podemos controlar el enfado?
- Escribe tres aspectos que hayas aprendido sobre las emociones.

#### B) En relación al profesorado:

- Motivación del alumnado.
- Mejora del clima del aula.
- Valoración de cómo aplican lo aprendido a las distintas situaciones de aula y de centro.
- Contribución del Programa a la resolución adecuada de los conflictos.

Para ello, se utilizan Cuestionarios destinados a los profesores

### EJEMPLIFICACIÓN:

- Cómo valoras el clima del aula ((Bueno-Regular.Malo).
- Trasladas tus alumnos/as los conocimientos trabajados a las situaciones cotidianas del centro (Muchas veces-Pocas veces-Nunca).
- Observas una reducción del número de conflictos como consecuencia del Programa (Si-No).
- Haz una valoración personal del Programa.

Este cuestionario se aplica en febrero y junio

Con la información obtenida se introducen las modificaciones oportunas al Programa.

### Conclusiones y valoración de los resultados obtenidos

**A.-** De los cuestionarios dirigidos al alumnado recojo los siguientes comentarios expresados por ellos mismos a la pregunta de "¿Qué has aprendido con el Programa Aprender a ser Persona?", ya que reflejan muy bien su sentir:

- "A ser uno mismo" (J. Luis-5º).
- "A controlar la rabia y la ira" (Bryan-5º).
- "He aprendido a pensar antes de actuar, a respetar a los demás, a compartir, a convivir con los demás, etc. (Vanesa-6º).
- "He aprendido muchas palabras que no conocía y el significado de muchas cosas" (Luis-6º).
- "He aprendido a controlarme" (Juanjo-6º).
- "He aprendido que no hay que pegar a los demás por el color de la piel" (J. Santiago-6º).
- "A solucionar los problemas hablando con los demás, a relacionarme más con mis compañeros, a ser menos agresiva y cuando tengo un problema reflexionar y no alterarme. A confiar en mí misma, a querernos más a mí misma y a saber que todos somos iguales" (Linda-6º).
- "Aprender a ser felices" (Oussama-6º).

Realmente, en estas reflexiones personales están recogidos todos los objetivos planteados inicialmente, tanto los generales como los específicos de cada bloque temático.

De la misma forma, he observado que los alumnos/as se muestran motivados para la realización de estas actividades y cuando en alguna ocasión no he podido impartir la clase, ellos me han preguntado de forma espontánea el porqué.

En otras ocasiones me han verbalizado que han recordado de lo que trabajamos en Tutorías y por eso "no se ha metido en un lío" o "han evitado el problema" ( Un alumno me decía "Rosa me acorde de lo que me dijiste y no pegué").

**B.-** De los cuestionarios del profesorado, destacaríamos los siguientes comentarios:

- "Este programa me ha ayudado a conocer mejor el mundo emocional de mis alumnos y de esta forma a entender mejor su forma de comportarse".
- "Me parece un programa de gran utilidad que ayuda a la formación integral de los alumnos"

A la vista de estas valoraciones, queda constatado que el Programa favorece:

- La reflexión personal.
- La mejora de la autoestima.
- El control sobre las emociones.
- La utilización del diálogo como estrategia de resolución de conflictos.
- La reducción del número de conflictos.

### La valoración del grado de satisfacción alumnado/profesorado:

- Implicación en el Programa: MUY BUENO
- Motivación: MUY BUENA
- Valoración de la utilidad de lo aprendido: BUENA
- Mejora de la autoestima: BUENA

### Calendario del proyecto y previsión de continuidad

#### CURSO 2004/05

- Este Programa se inició para dar respuesta a una situación de gran conflictividad en los grupos de tercer ciclo de E. Primaria. Se puso en marcha de una sesión semanal de Tutoría dirigida por mí como Orientadora de centro y en coordinación con los profesores tutores ya que ellos me acompañaban en las sesiones.
- Su valoración fue positiva, tanto por parte del alumnado como del profesorado.
- Lo más importante fue descubrir en estos alumnos/as grandes cualidades para tratar temas personales en un clima de máximo respeto. Por supuesto, estas habilidades tenían que ser aprovechadas para su propio beneficio y su formación como personas.

#### CURSO 2005/06

- Continuamos su puesta en marcha ampliando los contenidos y los bloques de trabajo: Autoestima/Personalidad, Emociones, Habilidades Sociales, Estrategias de resolución de conflictos.
- También se inician actividades menos sistematizadas en segundo ciclo de Primaria (a cada Tutor/a se le ofrecen unas Programaciones con propuestas de actividades a desarrollar en el aula).

Hasta entonces todas las actividades se plantean en soporte papel.

#### CURSO 2007/08

- Se empieza a trabajar un Método Cognitivo Conductual de Resolución de conflictos (adaptación del Programa ESCEPI).
- Todos los materiales se presentan en soporte informático para poder ser trabajadas con las Pizarras Digitales.
- Se amplía el Programa con actividades dirigidas al Primer ciclo de E. Primaria. A partir de la presentación en power-point de cuentos relacionados con emociones y valores, los tutores/as trabajan en base a las actividades y fichas de trabajo que les preparo.

#### CURSO 2008/09

- Durante este curso, el Programa se ha continuado aplicando pero su aportación más importante es que ha servido de formación a nivel de profesorado y de alumnado para la puesta en marcha de una nueva experiencia en el centro a la que llamamos "Programa Alumno/a Ayudante" y del cual soy yo la Coordinadora.  
Se trata de un sistema de ayuda entre iguales que pretende involucrar a los alumnos en la mejora de la convivencia del centro además de favorecer su formación para el futuro.
- Este Programa se ha convertido en una actividad que está totalmente integrada en la vida del centro y es aceptada por todo el profesorado. Su continuidad está prevista para próximos cursos ya que es el eje sobre el que gira el Proyecto de Convivencia del centro.