

Desarrollo emocional en niños hospitalizados de larga estancia

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Universidad de Sevilla
Facultad de Ciencias de la Educación
Grado en Educación Primaria
Mención en Educación Especial
Curso 2018/2019



Autora: Marta Calderón Expósito

Resumen:

El presente trabajo tiene como propósito el tratamiento y propuesta de una intervención de desarrollo emocional dirigida a niños hospitalizados de larga estancia. Para ello se ha realizado una entrevista a los encargados del aula hospitalaria del Hospital Virgen del Rocío de Sevilla, una exhaustiva revisión bibliográfica de diversos autores y un estudio íntegro sobre los Programas de Desarrollo Emocional. Lo más relevante del trabajo es la propuesta de intervención, elaborada sobre las bases de la educación emocional, donde se abordan los objetivos, las competencias y actividades que serán llevadas a cabo con estos alumnos de la etapa de Educación Primaria.

Palabras clave: hospitalización infantil, educación emocional, pedagogía hospitalaria, inteligencia emocional, Programa de Desarrollo Emocional.

Abstract:

The purpose of this assignment is the treatment and proposal of an emotional development intervention aimed at long-stay hospitalized children. To this end, an interview was conducted with those in charge of the hospital classroom of the Virgen del Rocío Hospital in Seville. Also, an exhaustive bibliographic review of various authors and an in-depth study about the Emotional Development Programs were done to achieve it. The most relevant thing of the assignment is the intervention proposal, elaborated on the basis of emotional education, where the objectives, competencies and activities that will be carried out with these students of the Primary Education stage are addressed.

Key words: child hospitalization, emotional education, hospital pedagogy, emotional intelligence, Emotional Development Program.

ÍNDICE

1. JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS.....	1
1.1. JUSTIFICACIÓN	1
1.2. OBJETIVOS	2
2. MARCO TEÓRICO.....	2
2.1. LA HOSPITALIZACIÓN INFANTIL.....	2
2.1.1. <i>Concepto y características</i>	2
2.1.2. <i>Necesidades de los niños hospitalizados de larga estancia</i>	3
2.2. LAS EMOCIONES	5
2.2.1. <i>Concepto y características</i>	5
2.2.1.1. <i>Inteligencia emocional</i>	6
2.2.1.2. <i>Gestión emocional</i>	7
2.2.1.2.1. <i>Beneficios de la gestión emocional</i>	8
2.2.1.3. <i>Educación emocional</i>	9
2.3. LAS AULAS HOSPITALARIAS	9
2.3.1. <i>La pedagogía hospitalaria</i>	10
2.4. ACTIVIDADES E INTERVENCIONES DE AUTORES.....	11
3. METODOLOGÍA.....	15
4. INTERVENCIÓN: DESARROLLO Y ANÁLISIS	15
4.1. ¿A QUIÉN VA DIRIGIDA?	15
4.2. OBJETIVOS GENERALES DE LA PROPUESTA	16
4.3. COMPETENCIAS EMOCIONALES TRABAJADAS	17
4.4. TEMPORALIZACIÓN	18
4.5. SESIONES.....	21
4.6. EVALUACIÓN.....	65
5. CONCLUSIONES, LIMITACIONES E IMPLICACIONES.....	68
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	70
7. ANEXOS.....	75
ANEXO 1: ACTIVIDADES	75
ANEXO 2: EVALUACIÓN	85

1. JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS

1.1. JUSTIFICACIÓN

Las emociones juegan un papel esencial en el desarrollo integral de la persona, por tanto, una educación basada en ellas será fundamental. En el Real Decreto-ley 28/2018, por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria, podemos ver que tanto en los objetivos generales, como en las competencias de esta etapa educativa, se encuentra planteado el máximo desarrollo emocional del individuo. A pesar de que el sistema educativo español no está dotado de forma general de una educación emocional, podemos observar en los diferentes apartados de la ley cómo se promueve el desarrollo de estas desde diferentes ámbitos. Como la educación emocional es un medio, según Bisquerra (2003) para aumentar el bienestar personal y social de la persona, jugará un papel fundamental para la mejora del estado de los niños hospitalizados, quienes son protagonistas del presente trabajo. Actualmente ha habido un aumento de interés por mejorar la situación y atención de las personas hospitalizadas, no solo desde el punto de vista médico, sino también psicológico y educativo. Por esta razón, la educación emocional puede ayudar tanto a profesorado como familias a mejorar su contexto y lograr de este modo, una mejor respuesta del paciente hospitalizado. Esta educación emocional será planteada a través del trabajo en las aulas hospitalarias y su pedagogía, que tiene sus pilares en la Ley de Integración Social del 82 y la Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE) (Equipo Editorial, 2014).

Por tanto, la finalidad de esta investigación será conocer las necesidades educativas de los niños hospitalizados y tratarlas a través de la educación emocional con el objetivo de mejorar su estancia y bienestar en la institución hospitalaria.

1.2. OBJETIVOS

- Conocer la situación emocional de los niños hospitalizados.
- Saber la repercusión que tiene la hospitalización de larga estancia en los niños.
- Averiguar las necesidades de los niños hospitalizados.
- Conocer la función de las aulas hospitalarias y la repercusión de estas en los niños hospitalizados.
- Entender la importancia de la inteligencia y la educación emocional.
- Favorecer el bienestar emocional de los niños hospitalizados de larga estancia.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. LA HOSPITALIZACIÓN INFANTIL

2.1.1. CONCEPTO Y CARACTERÍSTICAS

La hospitalización del paciente pediátrico puede conllevar a la aparición o adición de tensiones, afectando de este modo a su contexto clínico, familiar, emocional y social. Asimismo, dicha hospitalización puede suponer una experiencia traumática y a la vez negativa para el niño, así como para su familia (Lizasoáin, 2016).

Según Grau y Ortiz (2001), la incomprensión por parte del niño enfermo puede dar lugar a incongruencias en su período hospitalario. Además en este nuevo espacio pueden aparecer realidades desagradables para el niño, como la separación de sus contextos habituales. Estas circunstancias junto con la incorporación del tratamiento nos llevan a la

conclusión de que el ingreso pediátrico puede suponer, como hemos apuntado anteriormente, un contexto hostil y estresante.

El tiempo de hospitalización no es el mismo para todos los pacientes, sino que se establecen grupos según el tiempo de estancia en el hospital, según León (2017), encontramos:

- Estancias cortas: son inferiores a diez días.
- Estancias medias: se encuentran entre los diez días y el mes.
- Estancias largas: superan el mes.
- Estancias intermitentes: hay alternancia entre el periodo en el hospital y el domicilio del paciente.

El objetivo de este trabajo, como se ha apuntado anteriormente, es conocer las necesidades educativas de los niños hospitalizados de larga estancia, por tanto, nos centraremos en este grupo a continuación.

2.1.2. NECESIDADES DE LOS NIÑOS HOSPITALIZADOS DE LARGA ESTANCIA

Como el objeto de interés de este trabajo son los niños hospitalizados de larga estancia, centraremos las necesidades en este tipo de hospitalización y, para ello, una de las investigaciones consultadas ha sido la realizada por González (2005). Se trata de una investigación sobre las necesidades percibidas por niños y adolescentes con cáncer. Tras las diversas entrevistas realizadas, la autora destacó la necesidad de más distracción y juego y la necesidad educativa, debido a la gran demanda dada por parte de los niños hospitalizados. Como apuntan muchos de los entrevistados, el hospital está dotado por

una ludoteca, pero, esta se mantiene cerrada en fines de semana y períodos vacacionales, así que lo que reclaman es un espacio donde puedan jugar en cualquier momento de su estancia. Por otro lado, estos niños dan gran importancia a la educación mientras su permanencia en el hospital, ya que no quieren retrasarse escolarmente. Por tanto, como podemos comprobar, las principales necesidades de los niños enfermos son en sí vías de escape con las que olvidar la situación en la que se encuentran y normalizarla a través de las distracciones de sus contextos ordinarios.

Por otro lado, en otro estudio realizado por Velázquez, Flores, Picallos y Albar (2009), se nos adjuntan varias informaciones entre las que podemos destacar una de las tablas relacionada con el ambiente de la unidad hospitalaria.

Tabla 1. Valoración del ambiente de la Unidad.

Temas comunes	Enunciados de significado
<i>Valoración de los recursos disponibles</i>	Reclaman habitaciones más acogedoras. Conceden mucha importancia al entretenimiento y espacios abiertos. Diversidad de opiniones en relación con el pijama a utilizar. Quejas relacionadas con el horario y tipo de comidas.
<i>Valoración de las actividades de la Unidad</i>	Las actividades más valoradas son el ciberaula y la escuela. Reclaman personal de animación.

Nota. Adaptado de «Experiencias de niños hospitalizados en unidades de pediatría del Hospital Virgen Macarena» 2009. 244. *Index de Enfermería, 18.*

Como podemos ver y, al igual que ocurría con el estudio realizado por González (2005), lo que reclaman estos pacientes pediátricos no solo son más horas de juego y recreo, sino también una educación por parte de estos centros hospitalarios que les haga sentir dentro de su contexto habitual. Por tanto, la intervención psicopedagógica, jugará un papel muy importante en estos contextos hospitalarios, ya que no solo favorecerá estos aspectos en la vida del paciente, asimismo podrá disminuir aquellas alteraciones emocionales y afectivas de las que hablábamos al principio (Olivares, Méndez y Ros, 2009).

2.2. LAS EMOCIONES

2.2.1. CONCEPTO Y CARACTERÍSTICAS

Wenger, Jones y Jones (1962, p. 80), afirman que "*casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla*". Según Larsen y Buss (2005) citado en Duque (2012, p. 149), estas, "*pueden definirse por tres componentes: Primero, las emociones tienen sentimientos, o afectos subjetivos distintos, asociados con ellas. Segundo, las emociones están acompañadas por cambios corporales, sobre todo en el sistema nervioso y estos producen cambios asociados con la respiración, el ritmo cardiaco, la tensión muscular, la química sanguínea y las expresiones faciales y corporales. Y tercero, las emociones están acompañadas por tendencias a la acción distintas, o incrementos en las probabilidades de ciertos comportamientos*". Por tanto, las emociones son un componente fundamental de la vida de las personas, tanto a nivel físico como psicológico.

Asimismo, dan lugar a relaciones de mayor o menor afectividad entre las personas, por lo que el individuo debe saber gestionarlas y reconocerlas adecuadamente para que las situaciones sean lo más satisfactorias posible (Duque, 2012).

Cuando realizamos una investigación sobre el concepto de las emociones, podemos encontrar numerosas aportaciones de diferentes autores que nos pueden ayudar a comprender de una forma más adecuada dicho concepto. Sin embargo, este trabajo se centrará principalmente en la investigación de la inteligencia emocional ya que será el medio con el que trabajaremos la problemática que se presenta.

2.2.1.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL

Gardner (1993, p.301), concreta que, la inteligencia emocional, es *“el potencial biopsicológico para procesar información que puede generarse en el contexto cultural para resolver los problemas”*.

Por otro lado, debemos destacar que, según Mayer et al. (2000) citado en García y Giménez-Mas (2010), la inteligencia emocional consiste en la habilidad de procesar información emocional de forma eficaz, precisa y veraz. Incluyendo de este modo otras capacidades como la de asimilar, regular o comprender las emociones de las personas del entorno. También encontramos aportaciones como la de Martineaud y Elgehart (1996, p.48), quienes definen la inteligencia emocional como la *“capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar, permanecer tranquilos y optimistas cuando no nos vemos confrontados a ciertas pruebas y mantenernos a la escucha del otro”*. Tras exponer diferentes definiciones sobre la inteligencia emocional, podemos

determinar que, gracias a esta, desarrollamos una serie de habilidades y capacidades que nos permiten la interacción con nuestro entorno cultural y social, así como personal. Además, destacamos cuatro elementos esenciales que nos proporciona esta inteligencia emocional:

- Percepción y expresión.
- Facilitación emocional.
- Comprensión e identificación de las emociones.
- Regulación.

Asimismo, se destaca que, si hablamos de inteligencia emocional, también debemos tratar otro concepto relevante en esta investigación, la educación emocional, como medio de alcance y desarrollo.

2.2.1.2. GESTIÓN EMOCIONAL

La gestión de emociones comienza con la identificación de estas. Cuando hablamos de buena gestión emocional, nos referimos, del mismo modo, a la inteligencia emocional. Como hemos apuntado anteriormente, la inteligencia emocional nos ayuda a interpretar información, identificar y regular nuestras emociones, proporcionar respuestas adecuadas, etc. Asimismo, en este proceso intervienen otros factores como el estado de ánimo o la motivación, ya que contribuyen a la percepción de la situación en la que nos encontramos (Gorostiaga & Balluerka, 2014).

2.2.1.2.1. BENEFICIOS DE LA GESTIÓN EMOCIONAL

El adecuado manejo y gestión de las emociones conlleva a un correcto rendimiento afectivo en todos los contextos del individuo, social, familiar y por ende, afectivo. Numerosos autores, a través de la teoría de la Inteligencia Emocional, han aportado su opinión sobre esto, entre las que podemos destacar las de Ander – Egg (2010), que plantea que emoción y acción no pueden desligarse, es decir, que ambas conforman un vínculo inseparable y una continua reciprocidad, por tanto, si conseguimos que nuestras emociones estén caracterizadas por el autocontrol y la eficacia, nuestras acciones también estarán dotadas de estas. Por otro lado, encontramos a otros autores como Boyatzis, Goleman y Rhee (2000), Extremera y Fernández-Berrocal (2006) citados en Enríquez, (2011, p.63) que tratan la Inteligencia Emocional como *“un aspecto relevante que complementa y dota una serie de habilidades y capacidades necesarias del sujeto, que favorecen y facilitan la consecución de metas en el individuo en su tarea vital, y actúa como buena predictora de la adaptación de una persona al medio”*. Por tanto, el común denominador de todos estos autores que discuten sobre la teoría de la Inteligencia Emocional es que las emociones conllevan a un correcto comportamiento y funcionamiento del individuo, proporcionando de este modo, numerosos beneficios y capacidades en todos los ámbitos y contextos de la vida de este, no solo a nivel individual, sino también colectivo, por lo que el uso efectivo de las emociones se convierte en un aspecto fundamental en la vida de las personas (Duque, 2012).

2.2.1.3. EDUCACIÓN EMOCIONAL

La educación emocional, según Bisquerra (2003, p.27) es considerada como *‘un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social’*.

Por ende, al ser un proceso continuo, podemos determinar que aparece desde el nacimiento de la persona y se va prolongando a lo largo de la vida de esta. Según Bisquerra (2006), tanto la familia como el profesorado deben encargarse de esta educación emocional en los primeros años de vida del niño, enseñándole de este modo a regular sus emociones, identificar las de otros, etc. Todo ello con el objetivo de construir una educación emocional adecuada y evitando conductas disruptivas y violentas.

La educación emocional junto con la inteligencia emocional, ayudarán al correcto desarrollo del individuo (actitudes, destrezas, habilidades, capacidades, etc.), por tanto, como educadores, debemos lograr su perfecto desarrollo (Bisquerra, 2006).

2.3. LAS AULAS HOSPITALARIAS

Las aulas hospitalarias consisten en espacios habilitados dentro de la unidad hospitalaria que tiene como principales funciones la educación y la recreación. En ellas podemos encontrar tanto niños como adolescentes.

Según Hawrylak (2000) podemos diferenciar dos grupos de aulas hospitalarias según el procedimiento de asignación del profesorado. Por un lado encontramos las Aulas Hospitalarias dependientes del Ministerio de Educación y Cultura, donde se encuentran

los maestros de Educación Primaria y, por otro lado, encontramos las Aulas dependientes del Instituto Nacional de Salud (I.N.S.A.L.U.D.), a las que pertenecen las personas de la titulación de Magisterio de dicho Ministerio.

Entre los objetivos del aula hospitalaria podemos encontrar (Caballero, 2007):

- Evitar la marginación del sistema educativo durante el periodo de hospitalización.
- Satisfacer las necesidades educativas y recreativas de niños y adolescentes.
- Favorecer la socialización del paciente hospitalizado.
- Proporcionar continuidad a su proceso de enseñanza-aprendizaje durante su estancia en la unidad hospitalaria.
- Conseguir que los pacientes hospitalizados, tras su estancia en la institución médica, se reincorporen satisfactoriamente al centro educativo.

2.3.1. LA PEDAGOGÍA HOSPITALARIA

Esta especialidad es un tipo de pedagogía que se centra en el alumno hospitalizado, englobando de esto modo todas aquellas metodologías, materiales y medios usados para llevar a cabo esta tarea educativa (León, 2017).

2.3.1.1. CARACTERÍSTICAS

Con el avance de la medicina y la educación fue surgiendo en los hospitales una nueva visión sobre el tratamiento de sus pacientes en cuanto al vínculo entre estos dos ámbitos. Fue tanto el interés que surgió por la intervención educativa en estos centros, que surgió, de este modo, la pedagogía hospitalaria (Calvo, 2017). Por tanto, la pedagogía

hospitalaria surgió para cubrir las necesidades educativas de los niños hospitalizados, tanto de corta como larga estancia.

Como hemos apuntado en apartados anteriores, cuando el niño ingresa en la unidad hospitalaria se enfrenta a una situación hostil que puede afectar tanto a nivel psicológico y afectivo, como social y educativo. Es en este momento cuando entra en juego la psicopedagogía, como forma de reducir estas situaciones negativas (Olivares, Méndez y Ros, 2002).

Hawrylak (2000), citando a Lizasoáin y Polaino – Lorente (1996, p.141), determina que la pedagogía hospitalaria tiene cuatro objetivos principales, entre los que se encuentran:

- *“Aportar apoyo emocional y afectivo al paciente.*
- *Trabajar los déficits escolares del niño hospitalizado.*
- *Reducir los efectos negativos que puedan producirse en y durante la hospitalización.*
- *Favorecer la calidad de vida del paciente durante la estancia en la unidad hospitalaria.”*

Por tanto, la Pedagogía Hospitalaria, tiene más que una función educativa o médica, ya que tiene en cuenta y trabaja otros aspectos de la vida del niño, como el psicológico, social o afectivo con el fin de conseguir el bienestar del paciente (León, 2017).

2.4. ACTIVIDADES E INTERVENCIONES DE AUTORES

Numerosos son los autores que han planteado y llevado a cabo intervenciones teniendo como protagonistas a niños que se encuentran en el centro hospitalario. Dichos Programas

se fundamentan, en su mayoría, en la Educación Emocional como medio de expresión de la situación del niño. Por tanto, a continuación, se expondrán, de forma breve, algunos de los trabajos y se tomará como referencia algunas de las propuestas para plantear la intervención del presente trabajo.

La primera intervención que tendremos en cuenta será el *Programa SEA*, propuesto por Celma y Rodríguez (2017). Se trata de una propuesta que consta de veinte sesiones donde se pretende fomentar y desarrollar las habilidades emocionales y sociales de los jóvenes. Asimismo, al estar basado en la Educación Emocional, trabaja las principales competencias relacionadas con esta: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales y habilidades para la vida y el bienestar. Este Programa pretende el desarrollo pleno del sujeto con el fin de adaptarlo a la vida a través de técnicas como el *mindfulness*. Lo que nos llama especialmente la atención de esta propuesta es la importancia que da al bienestar del grupo – clase con el que se trabaje, el establecimiento de unas reglas de convivencia, así como el apoyo entre compañeros y la resolución de los conflictos que surjan durante la propuesta.

Por otro lado, también nos gustaría destacar el *Programa de competencia social ‘Decide tú’* presentado por Segura y Arcas (2010). Se trata de una propuesta de la Junta de Andalucía elaborado para los alumnos comprendidos entre tercero y quinto de Primaria y que tiene como objetivo el desarrollo de las competencias sociales, emocionales y cognitivas de los alumnos. Con el Programa se pretende concienciar a los niños de la importancia de sus actos y proponer la ‘mediación verbal’ como solución a los conflictos que vayan surgiendo no solo a lo largo de su etapa educativa, sino también a

lo largo de su vida. Este entrenamiento del alumnado mejorará su bienestar social, emocional y cognitivo.

El *Programa de Inteligencia emocional* de Garmendia (2008) también nos servirá como referencia para la propuesta de nuestra intervención de desarrollo emocional debido a las numerosas actividades que trabajan las diferentes competencias emocionales. Dicho Programa consta de diferentes fases para que este sea desarrollado de la forma adecuada. Asimismo, sigue una metodología global, constructivista y activa, que incluye la participación del alumnado en todo momento. Además, con la ejecución de las diferentes actividades se pretende formar un clima adecuado para el alumnado, así como situaciones de aprendizaje significativas para estos. La mayoría de las actividades son llevadas a cabo de manera colectiva, por lo que se fomenta lo planteado anteriormente, la mejora de convivencia del alumnado. Por último, nos gustaría destacar de este Programa la organización y lo detallado que es en todos los aspectos, lo que facilita al lector y al interventor la adecuada comprensión y ejecución de la intervención.

Las propuestas planteadas anteriormente se convertirán en el eje y el fundamento de nuestra futura intervención, sin embargo, se expondrán otras tres intervenciones que creemos interesantes y novedosas, ya que, pensamos que es importante conocer los Programas de Desarrollo Emocional desde otras perspectivas y, desde nuestro punto de vista, estas cumplen esas características.

Entre estos programas encontramos que la música ha sido uno de los medios utilizados para la expresión del niño hospitalizado, debido a su valía comunicativa y rehabilitadora, con el objetivo de lograr su desarrollo físico, social y afectivo (Serradas, 2006). La música

no solo se propone como terapia para la expresión de sentimientos del niño, sino también, según Ortigosa y Méndez (2000), como vehículo para la ejecución de actividades relacionadas con este ámbito, como los programas de radio o los concursos. Por tanto, en este sentido, la musicoterapia podría tener diversas funciones y Serradas (2006, p.39), plantea que puede ser usada de diversas formas: *‘activa (el niño juega, canta, manipula instrumentos u otros objetos), receptiva (al escuchar) y receptivo activa interdisciplinar (como apoyo a otras actividades: dibujo, expresión corporal, modelado...).’*

Por otro lado, otro recurso que podemos emplear es la dramatización, propuesto por Cruz, Caballero y Ruiz (2013), como vehículo para el conocimiento y la expresión de sentimientos y emociones. Como bien apuntan los autores, la forma más básica de reconocimiento de emociones es la facial o gestual, por tanto, hacer los gestos característicos en un momento determinado, acompañándolos de tono y postura, nos ayudará a trabajar y a seguir la línea de la educación emocional, proporcionando a los niños hospitalizados otro medio de expresión.

Por último se destacará otra propuesta, donde tendremos como protagonista la lectura, planteada por Serradas (1999), quien propone la lectura como vía de escape del niño hospitalizado. El autor introduce el término de “biblioterapia”, que consistiría principalmente en el uso de libros, cuentos, revistas, como recurso para evadir al paciente. Esta técnica no solo tiene por qué servirnos como forma de recreación, sino que puede aportar a los niños nuevas habilidades comunicativas y ofrecer amparo en situaciones desagradables.

3. METODOLOGÍA

Para la elaboración de esta propuesta de intervención se ha realizado una exhausta, actualizada y detallada revisión bibliográfica. Dicha revisión se ha llevado a cabo teniendo en cuenta las palabras clave, mostradas en el resumen al principio de la investigación, para abordar todos aquellos términos que cobran especial relevancia en el presente trabajo. La información ha sido extraída de diferentes bases, lo que ha permitido dotar la propuesta de gran variedad de referencias bibliográficas. Asimismo, se ha realizado una entrevista al personal del Aula Hospitalaria del Hospital Universitario Virgen del Rocío con el objetivo de conocer sus impresiones acerca del tema planteado. Por último, se debe comentar que, gracias a las Prácticas Docentes realizadas durante el curso, se han podido adquirir nuevas herramientas y estrategias que serán planteadas en el programa de intervención sobre el desarrollo emocional.

4. INTERVENCIÓN: DESARROLLO Y ANÁLISIS

4.1. ¿A QUIÉN VA DIRIGIDA?

Esta propuesta de intervención irá dirigida a los niños que se encuentran en período de hospitalización de larga estancia. Sin embargo, esta intervención no está limitada a este tipo de alumnado, sino que también puede ser trabajada con el alumnado que se encuentra en un aula ordinaria o cualquier otro tipo de contexto educativo.

Los programas de Educación Emocional pueden llevarse a cabo con diferentes rangos de edad, no obstante, esta propuesta de intervención irá dirigida a niños entre ocho y diez años lo que correspondería a tercer y cuarto curso, más concretamente al segundo ciclo de Educación Primaria. Se ha decidido que la intervención vaya dirigida a esta edad

puesto que, tras la entrevista, hemos comprobado que los niños de este rango de edad tienen más problemas socioemocionales debido a la incomprensión de la situación. Asimismo, teniendo en cuenta que ya han adquirido la lectoescritura, podemos trabajar una amplia gama de actividades. Sin embargo, pese a que esta propuesta va a ser trabajada con estas edades, no significa que se puedan llevar a cabo adaptaciones para que esta sirva a otro grupo de alumnos con diferente edad o necesidades.

4.2. OBJETIVOS GENERALES DE LA PROPUESTA

Los objetivos de la propuesta serán los mismos que se han establecido en la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), aprobada en diciembre de 2013 por el Congreso de los Diputados. Los objetivos serán los establecidos en el artículo 7 (p. 7-8), que tienen relación directa con la Educación Primaria.

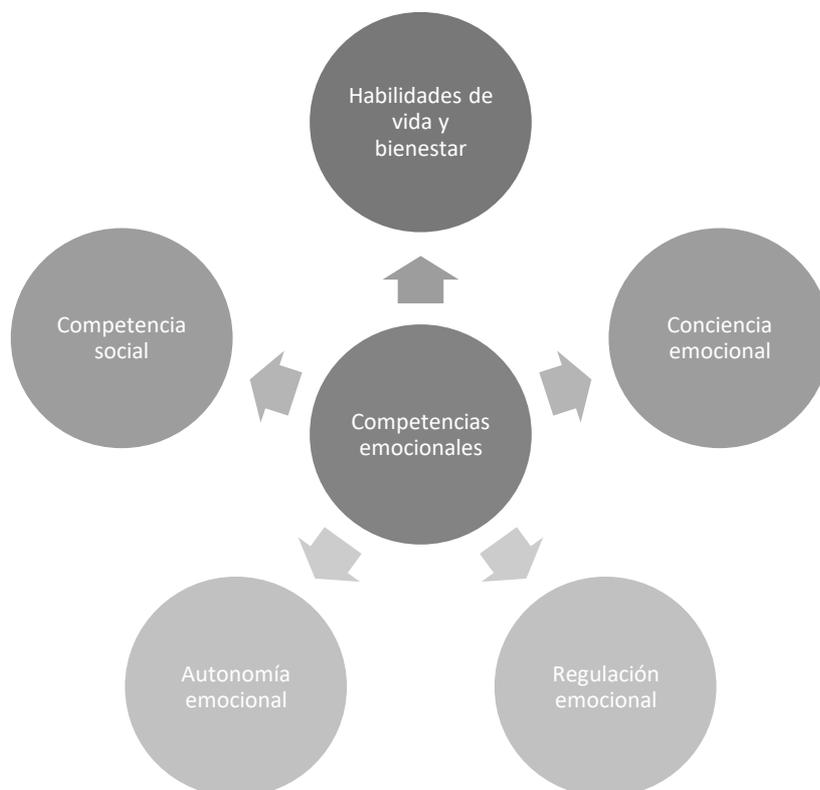
- *‘Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.*
- *Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.*
- *Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.*

- *Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.*''

4.3. COMPETENCIAS EMOCIONALES TRABAJADAS

Tras la exhaustiva revisión sobre las intervenciones y actuaciones realizadas por otros autores, se ha decidido que, las sesiones que serán llevadas a cabo en la propuesta de intervención estarán guiadas por una serie de competencias emocionales. Dichas competencias emocionales estarán basadas en las propuestas por Bisquerra (2011).

Figura 1. Competencias emocionales



Nota. Adaptado de «Educación emocional» (Bisquerra, 2011, p.6).

Por tanto, las competencias que trabajaremos con nuestro Programa de Desarrollo Emocional serán:

- Conciencia emocional.
- Regulación emocional.
- Autonomía emocional.
- Habilidades socioemocionales.
- Habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal.

4.4. TEMPORALIZACIÓN

El Programa será llevado a cabo en doce sesiones de una hora y media cada una. Como las competencias a trabajar serán cinco, cada competencia ocupará dos sesiones, dejando la primera sesión como introducción del Programa de Desarrollo Emocional y utilizando la última para recopilar todo lo trabajado, realizar una pequeña asamblea sobre qué les ha parecido el Programa y llevar a cabo el cuestionario de evaluación sobre la propuesta de intervención. Se debe aclarar que, aunque las sesiones de la propuesta estén divididas por competencias, se pueden tratar más de una durante la sesión, sin embargo, se ha decidido plantear de este modo para tener una mayor organización y dar más protagonismo a una competencia concreta. La duración de la intervención será de cuatro semanas, ya que las sesiones serán trabajadas los lunes, miércoles y viernes. Estas se llevarán a cabo durante el horario del Aula Hospitalaria, es decir, por la mañana, abarcando el período de diez y media a doce. Sin embargo, debemos considerar la situación en la que se encuentran estos niños y debemos tener en cuenta que en muchas ocasiones, parte de ellos no podrán asistir, no obstante, el horario y la propuesta ha sido comentada a los padres para que esto ocurra lo menor posible. Asimismo, las sesiones han sido programadas de modo que si

en alguna ocasión no pueden asistir al Programa, puedan recuperar o trabajar lo tratado en la siguiente sesión.

En el caso de que quisiéramos llevar a cabo la propuesta en un aula ordinaria, esta podría ser trabajada en el horario de tutorías para que no afectase a ninguna asignatura, no obstante, la duración de la intervención sería mayor ya que el alumnado solo consta de una hora de tutoría a lo largo de la semana.

Tabla 2. Cronograma de sesiones del Programa de Desarrollo Emocional. (Elaboración propia).

Semana / Día	Sesiones	Competencia trabajada	Actividades
1ª semana – lunes	1	Introducción / Conciencia emocional	Introducción del Programa
			El diario de las emociones
			¿Cómo nos sentimos?
1ª semana – miércoles	2	Conciencia emocional	Asamblea
			¿Qué emoción soy?
			A darle al coco
1ª semana – viernes	3	Conciencia emocional	El espía de las emociones
			Conocemos emociones nuevas
2ª semana – lunes	4	Regulación emocional	Soy dueño de mis emociones
			El Sherlock Holmes de las emociones
	5		A problemas, soluciones

2ª semana – miércoles		Regulación emocional	Aprendiendo a regular
2ª semana – viernes	6	Autonomía emocional	La cajita de lo que somos
			Me gusta cómo eres porque...
3ª semana – lunes	7	Autonomía emocional	Llenando el corazón
			Reflexión
3ª semana – miércoles	8	Habilidades socioemocionales	La importancia de escuchar
			Soy buena persona
3ª semana – viernes	9	Habilidades socioemocionales	¡Vaya lío!
4ª semana – lunes	10	Habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal	Cuento “Una playa con sorpresa”
			El árbol de los sueños
4ª semana – miércoles	11	Habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal	Los derechos y las obligaciones
			Dueño de lo que hago
4ª semana – viernes	12	Reflexión y evaluación	El botecito de las buenas noticias
			Reflexión conjunta
			Reflexión individual
			Evaluación del Programa de Desarrollo Emocional

4.5. SESIONES

A continuación se expondrán las sesiones que serán llevadas a cabo con los alumnos hospitalizados de larga estancia entre ocho y diez años. El desarrollo de las sesiones y las emociones trabajadas pueden encontrarse esquematizadas en el apartado de temporalización. Asimismo, como se ha apuntado en apartados anteriores, dichas sesiones pueden realizarse con otro tipo de alumnado, bien haciendo las mismas actividades, o bien efectuándose adaptaciones sobre la forma de ejecutarse o sobre el contenido de estas.

Tras la revisión de diferentes propuestas, hemos decidido que, las sesiones tendrán como eje principal el diálogo y la escucha activa, por lo que en la mayoría de las actividades se trabajará de forma grupal y en asambleas, con el objetivo de poner en marcha normas de respeto, escucha y convivencia. Asimismo, este tipo de metodología, además de favorecer el clima de la clase, proporcionará a las sesiones de mayor riqueza de contenido y experiencias.

Para llevar a cabo el Programa, se ha tenido en cuenta la situación en la que se encuentran muchos de los niños hospitalizados (sondas, movilidad reducida, silla de ruedas, etc.), por lo que las actividades no constarán de esfuerzo físico en su mayoría. Sin embargo, como se ha comentado con las actividades, la propuesta puede ser adaptada y ejecutada de diversas formas, adaptándose de este modo al grupo – clase al que vaya destinado.

En la plantilla de las sesiones se describirá lo realizado durante las sesiones del Programa de Desarrollo Emocional. Antes de dar comienzo a las actividades, se destinarán diez minutos de la sesión a poner música relajante y a que los niños piensen y conozcan cómo se encuentran en ese momento. Una vez hecho esto, deberán apuntarlo en el ‘‘Diario de las Emociones’’, en el día que corresponda, y así dejar constancia de esto, ya que es uno de los objetivos de nuestro Programa.

Por último, nos gustaría aclarar que el apartado de las actividades se corresponde tanto a las actividades como a las partes que ha tenido la sesión.

PRIMERA SESIÓN: Introducción del Programa de Desarrollo Emocional		
Semana / Día	1ª semana – lunes	Nº sesión <input type="text" value="1"/>
Competencia trabajada	Introducción / Conciencia emocional (saber lo que sentimos y poner nombre a esas emociones)	
Descripción de la sesión	En esta primera sesión haremos una introducción del Programa de Desarrollo Emocional. Nos centraremos en explicar a los alumnos lo que trabajaremos y los objetivos de la propuesta, para que sean conscientes en todo momento lo que están trabajando y consiguiendo. Asimismo, se les mostrará uno de los elementos principales de nuestra intervención, nuestro “Diario de las Emociones” y comenzaremos a trabajar algunas de las actividades propuestas en este Programa. Con esta primera actividad se trabajará la competencia de conciencia emocional, con la que los alumnos empezarán a comentar cómo se sienten y comenzarán a poner nombre a sus emociones.	
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el Programa de Desarrollo Emocional. - Acordar unas reglas a seguir con el grupo/clase. - Comprender para qué sirve el “Diario de las Emociones” y el uso que le daremos a lo largo de las sesiones. - Promover la participación del alumnado. - Identificar las emociones de diferentes acontecimientos. 	

Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">INTRODUCCIÓN DEL PROGRAMA</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>La primera parte de la sesión irá dedicada, como hemos dicho anteriormente, a introducir la propuesta de intervención para el desarrollo emocional de nuestro alumnado. Daremos a conocer algunos de los objetivos propuestos y explicaremos de forma general qué haremos en las sesiones. Esta primera toma de contacto nos ayudará a conocer a nuestro alumnado (si es que no lo conocemos aún) y facilitará el desarrollo de relaciones en el grupo/clase.</p> <p>Asimismo, les haremos saber la importancia que tiene que participen durante las sesiones y acordaremos de forma conjunta una serie de normas en clase para un mejor funcionamiento y bienestar, que se forje desde el respeto y la empatía. Estas normas serán escritas en una cartulina que colgaremos en una pared de la clase para que siempre estén visibles para nuestros alumnos. Uno de los principales objetivos de la escritura conjunta de estas normas es comenzar a fomentar la participación y la planificación del alumnado.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: <p>Círculo – asamblea.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> ○ Cartulina. ○ Rotuladores. - Duración:

	30 minutos.
Actividad 2	<div data-bbox="491 412 1018 474" style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">EL DIARIO DE LAS EMOCIONES</div> <p data-bbox="520 533 735 568">- Descripción:</p> <p data-bbox="472 607 1366 936">Tras acabar la primera parte de lo planteado en la sesión, pasaremos a explicar en qué consiste nuestro ‘‘Diario de las Emociones’’ (toda la información sobre este recurso estará planteada de forma más específica en el último punto de la propuesta, la evaluación) y el uso que le daremos a lo largo de las sesiones de nuestro Programa.</p> <p data-bbox="472 974 1366 1675">El ‘‘Diario de las Emociones’’ nos servirá como recurso de evaluación, ya que tras la finalización de la propuesta de intervención, recogeremos y valoraremos la recogida de información que los alumnos hayan ido haciendo a lo largo de esta. Explicaremos a nuestros alumnos que, cada día, antes de dar comienzo a las actividades, deberán apuntar cómo se sienten y, que tras dar por acabada las sesiones, deberán hacer un pequeño resumen, de la forma escrita que ellos quieran (redactada, esquematizada, etc.), incluyendo o no dibujos, de lo que hemos realizado durante la sesión, es decir, será como ‘‘trabajo para casa’’.</p> <p data-bbox="472 1713 1366 1966">Asimismo, en muchas ocasiones el ‘‘Diario de las Emociones’’ estará presente en las actividades, por tanto, también tendrán que traerlo a clase. Tras la explicación, repartiremos unos cuadernos que tienen en su interior folios en blanco, para que los niños apunten su nombre y</p>

	<p>edad y vayan decorando este a su gusto, con el fin de explotar su creatividad y este se convierta en un recurso más personal para ellos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Círculo – asamblea. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Cuadernos. o Colores (lápices, ceras, rotuladores, etc.). - Duración: 20 minutos.
<p>Actividad 3</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>¿CÓMO NOS SENTIMOS?</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>En la última parte de esta primera sesión nos adentraremos a trabajar nuestra primera competencia, la conciencia emocional. Para ello, repartiremos unas fichas en la que aparezcan diferentes emociones básicas y ellos tendrán que escribir o describir una situación donde hayan sentido dicha emoción. Esta actividad nos servirá para averiguar si conocen e identifican adecuadamente estas emociones.</p> <p>No obstante, esta competencia será trabajada de forma más concreta y amplia en las próximas dos sesiones.</p> <p>Tras terminar de explicar las diferentes situaciones, deberán recortar y pegar el cuadro en su ‘‘Diario de las Emociones’’. La actividad será comentada en la próxima sesión, poniendo en práctica de este modo las normas de convivencia establecidas al principio.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Individual. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Fichas sobre las emociones (Anexo 1). o Lápices. o Tijeras. o Pegamento. - Duración: 40 minutos.
--	--

SEGUNDA SESIÓN: La conciencia emocional – emociones básicas		
Semana / Día	1ª semana – miércoles	Nº sesión 2
Competencia trabajada	Conciencia emocional (saber lo que sentimos y poner nombre a esas emociones)	
Descripción de la sesión	En esta nueva sesión trabajaremos de forma más profunda la conciencia emocional, es decir, los niños comenzarán a reflexionar sobre sus sentimientos y emociones, con el objetivo de que sean capaces de ir poniéndoles nombre a estas. Por esta razón, todas las actividades irán destinadas a aplicar esta competencia.	
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. 	

	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar las emociones de diferentes acontecimientos. - Identificar las emociones de los demás. - Entender las emociones que sentimos. - Saber poner nombre a dichas emociones. - Ser consciente del propio estado emocional.
Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-bottom: 10px;">ASAMBLEA</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Tras los diez minutos de relajación, daremos comienzo con la sesión sobre conciencia emocional. Pediremos a nuestros alumnos que saquen el ‘‘Diario de las Emociones’’ donde se encuentra la actividad realizada en la sesión anterior ‘‘¿Cómo nos sentimos?’’, ya que, la comentaremos en grupo para conocer las diferentes situaciones experimentadas por nuestros alumnos. Preguntaremos a los niños por las emociones que aparecen y que nos comenten lo que han escrito, con el objetivo de ir introduciendo las normas en el grupo – clase e ir creando un clima de confianza y respeto.</p> <p>Cuando la persona encargada del Programa crea conveniente, podrá parar el ritmo de la asamblea, para continuar con el resto de las actividades.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: <p>Círculo – asamblea.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o ‘‘Diario de las Emociones’’.

	<p>- Duración:</p> <p>Recomendados unos 10/15 minutos.</p> <p>Sin embargo, la actividad puede extenderse el tiempo que la persona encargada crea necesario.</p>
<p>Actividad 2</p>	<div data-bbox="491 506 871 568" style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 10px;"> <p>¿QUÉ EMOCIÓN SOY?</p> </div> <p>- Descripción:</p> <p>Se repartirán tarjetas con caras que representen las emociones que son consideradas básicas: tristeza, alegría, enfado, asco, miedo y sorpresa. Las tarjetas estarán repetidas, lo que hará que dos niños tengan la misma emoción.</p> <p>Una vez repartidas, los alumnos tendrán que mirar la imagen y descubrir la emoción que le haya tocado y pensar cómo puede representar esta a través de gestos faciales. Tras dar unos minutos para que los alumnos piensen, propondremos que todos representen sus emociones a la vez e intenten buscar a su pareja.</p> <p>Cuando completen esta primera parte de la actividad, pasaremos a la segunda parte. En esta, las parejas deberán ir saliendo y expresar, de forma conjunta, la emoción que les une, con el objetivo de que el resto del grupo la identifique. Una vez que la emoción haya sido identificada, preguntaremos a nuestros alumnos cuándo han sentido este tipo de emoción, con el fin de que compartan de nuevo sus vivencias y vayamos trabajando de forma más profunda y personal las emociones y todo lo que estas conllevan.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: 1ª parte: individual. 2ª parte: parejas. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Tarjetas con emociones básicas (Anexo 1). - Duración: 40 minutos.
<p>Actividad 3</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>A DARLE AL COCO</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: En esta última actividad, le leeremos a los alumnos diferentes situaciones y comentaremos qué ocurren en estas y las emociones que pueden sentir los protagonistas. Asimismo, les pediremos que nos cuenten si les ha ocurrido algo parecido y qué emociones o sentimientos han sentido mientras les contábamos la situación. Esta actividad la haremos con el objetivo de que sean capaces de reconocer y reflexionar acerca de sus propias emociones y que comiencen a tener en cuenta lo que el resto piensa y siente, además de ser capaces de respetarlo. <p>Situaciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mario está en clase, con todos tus compañeros y decide acercarse a un grupo de amigos que está jugando en una esquina del aula. Sin embargo, cuando se acerca y dice hola y si puede jugar con ellos, no le echan cuenta e ignoran lo que Mario les ha dicho.

2. Rosa está en el patio, junto con su grupo de amigos. Juntos están decidiendo a qué jugar. Una de sus amigas, María, propone jugar al escondite, mientras que Rosa, al no gustarle ese juego, les propone el pollito inglés. María, ante la propuesta de Rosa le contesta que es una tontería ese juego y que mejor no proponga nada más.
3. Durante el recreo, Jesús se ha peleado con uno de sus mejores amigos y, al entrar en clase, se cruza con Mario y le pega un empujón sin este hacerle nada y se marcha como si nada hubiera pasado.
4. Rocío se ha mudado a otra ciudad porque a su padre le han cambiado de trabajo. Al llegar al nuevo colegio le cuesta mucho hacer nuevos amigos y llega todos los días enfadada a casa y lo paga con sus padres.
5. Javier y su hermana Marina están jugando con el balón dentro de casa, cuando su padre le ha dicho que eso no pueden hacerlo. Marina lanza fuertemente el balón y rompe un recuerdo de cuando sus padres se casaron. Al hacer mucho ruido, sus padres deciden ir a ver qué ha ocurrido y Marina decide echarle las culpas a su hermano.

Las preguntas que se harán en esta actividad serán diversas y estarán formuladas con el fin de conseguir la respuesta que queremos de nuestro alumnado, es decir, que sus respuestas estarán guiadas. Asimismo, cada cuestión será específica de cada situación, ya que, de

	<p>cada una trabajamos una cosa diferente.</p> <p>Al igual que en otras actividades, las situaciones y las preguntas formuladas pueden adaptarse a las situaciones del alumnado y a lo que se pretenda trabajar con la actividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Círculo – asamblea. - Materiales: - Duración: 25 minutos.
--	---

TERCERA SESIÓN: La conciencia emocional – emociones complejas		
Semana / Día	1ª semana – viernes	Nº sesión <input style="width: 40px; text-align: center;" type="text" value="3"/>
Competencia trabajada	<p>Conciencia emocional</p> <p>(saber lo que sentimos, poner nombre a esas emociones e identificar la de los demás)</p>	
Descripción de la sesión	<p>En esta sesión trabajaremos lo que hemos llamado ‘‘emociones complejas’’, es decir, aquellas emociones que van más allá de las emociones básicas y pueden considerarse una evolución de estas. Estas emociones complejas pueden ser muy variadas, pero hemos decidido centrarnos en las siguientes: envidia, vergüenza, ilusión, agresividad y frustración. Esta decisión ha sido tomada tras la</p>	

	<p>realización de la revisión bibliográfica y teniendo en cuenta las dificultades y necesidades del alumnado al que va destinado. Debido a la edad del alumnado, no nos centraremos tanto en que se aprendan el nombre de dichas emociones, sino que reconozcan cuáles son y en qué ocasiones pueden aparecer para que vayan gestionándolas de la mejor manera posible.</p>
<p>Objetivo/s</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Identificar las emociones de diferentes acontecimientos. - Identificar las emociones de los demás. - Entender las emociones que sentimos. - Saber poner nombre a dichas emociones. - Ser consciente del propio estado emocional.
<p>Actividades</p>	
<p>Actividad 1</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>EL ESPÍA DE LAS EMOCIONES</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Se enseñarán a los alumnos una secuencia de imágenes donde aparezcan las emociones complejas propuestas para la sesión y les pediremos que intenten describir qué está ocurriendo y qué ha podido sentir la persona o personas que aparecen en ellas durante el transcurso de la situación. Podremos ampliar el número de imágenes si lo creemos necesario, así como adaptarlas al contexto de nuestros alumnos. Si vemos que los alumnos no saben qué responder, siempre les podemos guiar y ayudar a dar sus respuestas con el objetivo de</p>

	<p>agilizar la actividad y el proceso de enseñanza – aprendizaje.</p> <p>Tras hacer esta parte de la actividad, les pondremos por parejas y les invitaremos a que propongan una solución para dichas situaciones y esto dará lugar a que se desplieguen una batería de estrategias de resolución de conflictos que comentaremos con el alumnado. Estas soluciones deberán escribirlas en el ‘‘Diario de las Emociones’’ para que queden reflejadas en él.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: <ul style="list-style-type: none"> 1ª parte: círculo – asamblea. 2ª parte: parejas. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Tarjetas de situaciones con emociones complejas (Anexo1) - Duración: <ul style="list-style-type: none"> 60 minutos.
<p>Actividad 2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <p>CONOCEMOS EMOCIONES NUEVAS</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Tras haber trabajado las emociones complejas, daremos a conocer los nombres de estas, escribiremos sus nombres en la pizarra y dejaremos que utilicen el resto de la sesión para representar de forma gráfica o escrita (dando a elegir a cada alumno lo que más cómodo le sea o guste) cada una de estas emociones: envidia, vergüenza, ilusión, agresividad y frustración, con el objetivo que, tras trabajarlas con la</p>

	<p>actividad anterior y poniéndoles nombre, sean capaces de interiorizarlas y reconocerlas cuando estas afloran en ellos.</p> <p>La actividad, como las anteriores, deberán realizarla en el ‘‘Diario de las Emociones’’, ya que, de este modo, quedará reflejada en este cuaderno y podremos ver qué han entendido sobre las emociones complejas, lo que, posteriormente, nos servirá como forma de evaluación, tanto para nosotros, como para nuestro Programa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Individual. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o ‘‘Diario de las Emociones’’ - Duración: 20/25 minutos.
--	---

CUARTA SESIÓN: La regulación emocional		
Semana / Día	2ª semana – lunes	Nº sesión <input style="width: 40px; height: 20px; border: 1px solid black;" type="text" value="4"/>
Competencia trabajada	Regulación emocional (estrategias de gestión de emociones y regulación)	
Descripción de la sesión	Continuaremos tratando las emociones de la segunda y tercera sesión porque, tras la revisión bibliográfica de diversos autores y el estudio realizado, creemos que son las más importantes a desarrollar y	

	<p>trabajar.</p> <p>En esta nueva sesión, trabajaremos el manejo y gestión de dichas emociones, teniendo como objetivos principales, proporcionarles a nuestros alumnos estrategias que puedan usar en su vida diaria ante este tipo de situaciones.</p>
<p>Objetivo/s</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Proporcionar estrategias de gestión y regulación de emociones. - Controlar impulsos y emociones intensas. - Trabajar la relajación.
<p>Actividades</p>	
<p>Actividad 1</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>SOY DUEÑO DE MIS EMOCIONES</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Expondremos a nuestros alumnos una situación, como por ejemplo, un enfado (Anexo 1), y antes de adentrarnos en el nuevo contenido a trabajar y para reforzar lo anterior, seguiremos los siguientes pasos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Analizaremos la situación: qué ha ocurrido, por qué el protagonista se ha puesto así, etc. 2. Identificar la emoción que nos provoca. 3. Cómo podemos solucionar la situación. <p>Tras esto, les haremos una serie de preguntas que nos ayuden a guiar y conseguir las respuestas que queremos trabajar:</p> <p>“¿Qué suele hacer la gente cuando se enfada?”</p>

	<p>“¿Qué sentís cuando os enfadáis?”</p> <p>“¿Puedo controlar el enfado? ¿Cómo?”</p> <p>Cuando terminemos esta parte de la actividad, propondremos a los alumnos una batería de estrategias que pueden sernos útiles cuando nos encontramos ante una situación que nos produce enfado o frustración, las leeremos en alto y ellos deberán decir si creen que son adecuadas o no y por qué. Cada vez que crean que una es adecuada, la apuntaremos en la pizarra.</p> <p>Tras la puesta en común, dejaremos un tiempo para que puedan pensar y ponerse de acuerdo sobre cuál creen que han sido las dos mejores estrategias de todas las que han visto. Las estrategias seleccionadas se convertirán en nuestras estrategias estrella.</p> <p>Asimismo, les pediremos que escriban en el “Diario de las Emociones” las estrategias que creen más importantes de forma individual.</p> <ul style="list-style-type: none">- Organización del grupo/clase:<ul style="list-style-type: none">1ª parte: círculo – asamblea.2ª parte: individual.- Materiales:<ul style="list-style-type: none">○ “Diario de las Emociones”.○ Situación (Anexo 1).- Duración:<ul style="list-style-type: none">40 minutos.
--	---

<p>Actividad 2</p>	<div data-bbox="496 219 1214 277" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>EL SHERLOCK HOLMES DE LAS EMOCIONES</p> </div> <p>- Descripción:</p> <p>Al igual que hemos hecho con el enfado, trabajaremos el resto de las emociones poniendo a los niños en diferentes situaciones. Dichas situaciones estarán escritas en una ficha que será repartida a los alumnos. Además de la situación, la ficha constará de otros dos apartados donde se incluyan dos preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué emoción/sentimiento te transmite? 2. ¿Qué solución le podemos dar a esta situación? <p>En esta segunda pregunta, donde deban proporcionarnos una posible solución, podrán dar uso a algunas de las estrategias vistas previamente o bien, dando a conocer algunas de las que ellos ponen en práctica cuando les ocurre algo parecido.</p> <p>Cuando terminen de escribir la actividad, la comentaremos de forma grupal y apuntaremos en una cartulina las estrategias más interesantes para ponerla en la clase y que estas estén visibles para nuestros alumnos (para actividades y situaciones futuras).</p> <p>Finalmente, pegarán la ficha en su ‘‘Diario de las Emociones’’.</p> <p>- Organización del grupo/clase:</p> <p>1ª parte: individual.</p> <p>2ª parte: círculo – asamblea.</p> <p>- Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Ficha con propuestas de diferentes situaciones (Anexo
---------------------------	--

	<p>1)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Cartulina. ○ Pegamento. ○ Tijeras. <p>- Duración: 45 minutos.</p>
--	---

QUINTA SESIÓN: La regulación emocional		
Semana / Día	2ª semana – miércoles	Nº sesión <input style="width: 40px; text-align: center;" type="text" value="5"/>
Competencia trabajada	Regulación emocional (estrategias de gestión de emociones y regulación)	
Descripción de la sesión	<p>Seguiremos trabajando la regulación y gestión de emociones, tal y como hicimos en la sesión anterior.</p> <p>En esta nueva sesión aprenderemos a diferenciar las emociones positivas de las negativas. Asimismo, les enseñaremos qué pueden hacer ante estas, es decir, les mostraremos qué estrategias podemos desarrollar para manejar la situación de la forma más adecuada.</p>	
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Proporcionar estrategias de gestión y regulación de emociones. - Controlar impulsos y emociones intensas. 	

	<ul style="list-style-type: none"> - Trabajar la relajación. - Diferenciar emociones positivas y negativas.
Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">A PROBLEMAS, SOLUCIONES</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Repartiremos a nuestros alumnos dos tipos de tarjetas, una que contenga un corazón (emociones positivas) y otra con una espada (emociones negativas). Leeremos una serie de situaciones y levantarán una tarjeta u otra dependiendo del tipo de emoción que crean que aparece. Las situaciones que se propongan pueden exponerse según la realidad y el contexto de nuestros alumnos, con el objetivo de que sea lo más parecido posible a su vida cotidiana, ya que, de este modo, lo verán como algo más realista y se lo tomarán de forma más personal.</p> <p>Asimismo, les preguntaremos de forma aleatoria por qué han levantado esa tarjeta y no la otra, qué emociones o sentimiento pueden aparecer y qué estrategia podría poner en práctica el protagonista para manejar la situación de la forma más adecuada.</p> - Organización del grupo/clase: <p>Círculo – asamblea.</p> - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Tarjetas con corazón y espada (Anexo 1). - Duración:

	30 minutos.
Actividad 2	<div data-bbox="504 405 991 465" style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">A PROBLEMAS, SOLUCIONES</div> <p data-bbox="520 533 735 568">- Descripción:</p> <p data-bbox="472 607 1369 1084">Colocaremos a los niños por parejas y repartiremos una situación a cada uno. Cada pareja tendrá una situación en la que aparezca una emoción que consideramos negativa (enfado, asco, tristeza, miedo, vergüenza o envidia). Al igual que hemos hecho en la actividad anterior, deberán identificar qué está ocurriendo en ella e inferir qué es lo que puede estar sintiendo el protagonista. Asimismo, deberán consensuar cuál es la mejor estrategia para resolverla.</p> <p data-bbox="472 1122 1369 1451">Además, deberán exponer esto al resto de compañeros y una persona de la pareja, contará una situación en la que le haya parecido algo parecido y explicar qué estrategia debería haber utilizado para regular y gestionar dicha emoción de la forma más adecuada, dando lugar a que esta situación negativa, se convirtiese en positiva.</p> <p data-bbox="520 1563 959 1599">- Organización del grupo/clase:</p> <p data-bbox="520 1637 735 1673">1ª parte: parejas.</p> <p data-bbox="520 1711 887 1747">2ª parte: círculo – asamblea.</p> <p data-bbox="520 1785 715 1821">- Materiales:</p> <p data-bbox="520 1859 699 1895">- Duración:</p> <p data-bbox="520 1933 671 1968">40 minutos.</p>

SEXTA SESIÓN: La autonomía emocional		
Semana / Día	2ª semana – viernes	Nº sesión <input type="text" value="6"/>
Competencia trabajada	Autonomía emocional (autoconocimiento y autoconcepto)	
Descripción de la sesión	<p>En la sexta sesión del Programa de Desarrollo Emocional nos hemos propuesto trabajar la autonomía emocional, es decir, aquella competencia que nos permite tener confianza en nosotros mismos, ya que se forja desde el autoconcepto, y es capaz de proporcionarnos mayor tranquilidad ante situaciones con emociones intensas.</p> <p>Por tanto, con las actividades que se propondrán tanto en esta, como en la próxima sesión, lo que queremos trabajar será la noción de identidad que tengan los alumnos sobre ellos mismos, valorar de forma positiva lo que son y cómo son, con el fin de proporcionar más confianza en ellos mismos.</p>	
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Desarrollar el autoconcepto. - Valorar los aspectos y capacidades tanto de nosotros como del resto de personas. - Aumentar la confianza en nosotros mismos. 	
Actividades		

Actividad 1	<div data-bbox="507 219 1013 282" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">LA CAJITA DE LO QUE SOMOS</div> <p data-bbox="520 338 735 371">- Descripción:</p> <p data-bbox="472 414 1367 521">Repartiremos, de forma individual, una serie de papeles a nuestros alumnos, que contengan los siguientes comienzos:</p> <ul data-bbox="619 562 1054 824" style="list-style-type: none">• Soy importante porque...• Hago las cosas bien cuando...• Soy feliz cuando...• Me quieren porque soy... <p data-bbox="472 864 1367 1263">Deberán completar estos enunciados y una vez terminados, lo meterán en una caja con forma de tesoro que pondremos en el aula. Antes de guardar lo que han escrito, preguntaremos si quieren compartir alguna de estas con sus compañeros, lo que nos ayudará a reforzar aun más su autoconcepto y autoestima, ya que sus compañeros podrán aportar otra visión, idea u opinión positiva a lo que han puesto.</p> <p data-bbox="472 1303 1367 1408">Asimismo, deberán copiar en su diario la frase que hayan escrito con la que se hayan sentido más identificados.</p> <p data-bbox="520 1525 959 1559">- Organización del grupo/clase:</p> <p data-bbox="520 1599 775 1632">1ª parte: individual.</p> <p data-bbox="520 1673 887 1706">2ª parte: círculo – asamblea.</p> <p data-bbox="520 1747 716 1780">- Materiales:</p> <ul data-bbox="571 1821 1038 2000" style="list-style-type: none">○ Papeles con enunciados escritos.○ Pegamento.○ Caja con forma de tesoro.
--------------------	---

	<p>- Duración:</p> <p>40 minutos.</p>
<p>Actividad 2</p>	<div data-bbox="501 405 1078 465" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>ME GUSTA COMO ERES PORQUE...</p> </div> <p>- Descripción:</p> <p>Nos sentaremos en círculo y asignaremos un compañero a cada alumno (siempre que lo creamos conveniente podemos asignar a alumnos que sean afines para que les resulte más sencillo proporcionar la respuesta o por el contrario, juntar a dos alumnos que no tengan mucha relación para mejorar esta). Deberán pensar qué es lo que más le gusta de esa persona, el por qué y qué es lo que les provoca cuando hace o se comporta de esa forma. Por turnos, cada alumno se dirigirá a la persona que le haya tocado y le dirá todo lo que piensa.</p> <p>Tras terminar la actividad, se les preguntará cómo se han sentido cuando su compañero se ha dirigido a ellos y si les gustaría que eso ocurriese en más ocasiones y por qué. Con este tipo de reflexiones, ayudaremos a los alumnos a ver que compartir y dar nuestras opiniones positivas a los demás les hace bien y que debemos decirnos más cosas buenas. Asimismo, conocer la visión que tienen los demás de ellos les ayudará a reforzar tanto su autoconcepto como su autoestima.</p> <p>Por último, con este tipo de actividades queremos demostrar al alumnado la importancia del mensaje y la forma en la que este se dice.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: <p>1ª parte: individual.</p> <p>2ª parte: círculo – asamblea.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materiales: - Duración: <p>40 minutos.</p>
--	---

SÉPTIMA SESIÓN: La autonomía emocional		
Semana / Día	3ª semana – lunes	Nº sesión 7
Competencia trabajada	Autonomía emocional (autoconcepto y autoconocimiento)	
Descripción de la sesión	<p>Continuaremos trabajando la misma competencia y contenido que en la sesión anterior, ya que nos adentraremos de nuevo a trabajar el autoconcepto y el autoconocimiento.</p> <p>En esta sesión realizaremos una única actividad que tratará diversos contenidos por lo que durará toda la sesión.</p> <p>Los últimos minutos los dedicaremos a reflexionar sobre lo trabajado.</p>	
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Desarrollar el autoconcepto. - Valorar los aspectos y capacidades tanto de nosotros como del resto de personas. 	

	- Aumentar la confianza en nosotros mismos.
Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">LLENANDO EL CORAZÓN</div> <p>- Descripción:</p> <p>Dividiremos el grupo – clase por la mitad, es decir, haremos dos grupos. Un grupo se dedicará a pintar en un folio un corazón (uno por cada miembro del grupo), mientras que el otro, dibujará una hoguera. Tras esto, los grupos se sentarán en el suelo, uno enfrente del otro. Las tarjetas con dibujos de corazón tendrán pensamientos positivos y los de la hoguera pensamientos negativos. Por tanto, según estos dibujos, tendremos dos montones con tarjetas.</p> <p>Para dar comienzo a la actividad, se levantará un alumno de cada grupo y cogerán una tarjeta según el grupo al que pertenezcan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tarjeta con corazón: el alumno debe decir un pensamiento positivo. • Tarjeta con hoguera: el alumno deberá decir un pensamiento negativo de lo que su compañero haya dicho o bien, comentar uno diferente a este que él piense que es negativo. <p>Una vez que el alumno haya dicho el pensamiento negativo, lo tirará a la ‘hoguera’ (una caja con un dibujo de una hoguera), para que este desaparezca y nos quedemos únicamente con el pensamiento positivo.</p> <p>Tras terminar todas las tarjetas, recopilaremos todos los pensamientos</p>

	<p>positivos expuestos por los niños y los escribiremos en las tarjetas con el dibujo del corazón y las pegaremos en un corazón de cartulina grande que colocaremos en la clase. Con esto, queremos darles a entender que, debemos guardar en nuestro corazón aquellos pensamientos positivos para sentirnos bien con nosotros mismos y, que los negativos, tenemos que deshacernos de ellos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Dos grupos. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Folios en forma rectangular. o Colores. o Pegamento. o Caja. - Duración: 60 minutos.
<p>Actividad 2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">REFLEXIÓN</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Dedicaremos los últimos minutos de la sesión a reflexionar sobre la actividad que hemos realizado. Les preguntaremos a los alumnos que han aprendido con la actividad y si les gustaría decir o apuntar algún pensamiento positivo que no hayan tenido la oportunidad de decir. Asimismo, propondremos que comenten pensamientos positivos dirigidos a ellos mismos o a otro compañero para reforzar el clima de</p>

	<p>la clase, así como el autoconcepto y la autoestima de ellos mismos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Círculo – asamblea. - Materiales: - Duración: 20 minutos.
--	--

OCTAVA SESIÓN: Las habilidades socioemocionales		
Semana / Día	3ª semana – miércoles	Nº sesión <input style="width: 40px; text-align: center;" type="text" value="8"/>
Competencia trabajada	<p>Habilidades socioemocionales (manejo de emociones en el contexto social y escucha activa)</p>	
Descripción de la sesión	<p>En la octava sesión del Programa de Desarrollo Emocional trabajaremos la competencia de habilidades socioemocionales, más concretamente el manejo de emociones en el plano social y las relaciones con las personas que se encuentran en este contexto.</p> <p>Será importante dar a entender al alumno el valor que tiene recibir críticas de forma adecuada y saber gestionarlas. Asimismo, se trabajará un contenido que hemos ido tratando en todas las sesiones de la propuesta, que será el trabajo en equipo y el respeto a este y a las normas de convivencia.</p>	

Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Trabajar la escucha activa. - Aceptar y valorar las críticas de forma positiva. - Desarrollar actitudes positivas en el plano social. - Ser asertivo.
Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">LA IMPORTANCIA DE ESCUCHAR</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Nos colocaremos en círculo y el profesor comenzará a hacer una cadena de ruidos con el cuerpo, cuando este termine, le pedirá a uno de sus alumnos que repita lo que él ha hecho. Cuando el alumno haya repetido la serie y lo haya hecho bien, le tocará hacer una serie nueva de ruidos con el cuerpo y nombrará a otro compañero para que lo repita. Así continuará la actividad hasta que la hayan realizado todos.</p> <p>Tras acabar esta primera parte de la actividad, el profesor planteará una serie de preguntas acerca de lo trabajado, que nos servirá como reflexión.</p> <p>“¿Qué hemos tenido que hacer para llevar a cabo la actividad?”</p> <p>“¿Por qué es importante escuchar?”</p> <p>“¿Ha sido difícil escuchar a los demás?”</p> <p>“¿Qué hubiese ocurrido si no hubiésemos respetado a nuestro compañero?”</p> <p>Una vez respondidas las preguntas y cuando crea el profesor que se</p>

	<p>han trabajado los contenidos de la forma adecuada, se dará por finalizada la actividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Círculo – asamblea. - Materiales: - Duración: 50 minutos.
<p>Actividad 2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>SOY BUENA PERSONA</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Presentaremos a nuestros alumnos diferentes situaciones, unas que estén caracterizadas por el respeto y otras que no. Un ejemplo de estas situaciones sería el siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hablo mal a mi familia. • Cuido a los animales. • Ayudo en todo lo que puedo en casa. • Pego a mis compañeros y amigos cuando no se hacen las cosas como yo quiero. • Rompo cosas cuando me enfado. • Cuido a las personas que me rodean. <p>Estos enunciados estarán escritos en unas tarjetas. Las tarjetas las colocaremos en el corazón que hicimos en una de las sesiones anteriores si las acciones son positivas y en una papelera si estas son</p>

	<p>negativas. La actividad será realizada en grupo y, una vez colocadas las situaciones negativas, reflexionaremos y pensaremos qué hacer para que estas se conviertan en positivas. Asimismo, les podemos pedir a nuestros alumnos que comenten qué estrategias desplegarían ante este tipo de situaciones para repasar aquello trabajado en sesiones anteriores.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Círculo – asamblea. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Tarjetas. o Cartulinas. o Pegamento. - Duración: 30 minutos.
--	--

NOVENA SESIÓN: Las habilidades socioemocionales		
Semana / Día	3ª semana – viernes	Nº sesión 9
Competencia trabajada	Habilidades socioemocionales (manejo de emociones en el contexto social y escucha activa)	
Descripción de la sesión	Seguiremos trabajando las habilidades socioemocionales, centrándonos en los conflictos que pueden surgir en este plano.	

	<p>A pesar de haber proporcionado estrategias a nuestros alumnos en sesiones anteriores, es importante continuar trabajando este aspecto y por esta razón, dedicaremos la sesión a tratar este tema. Asimismo, se trabajarán otros contenidos como la asertividad y la escucha activa, que son parte de nuestro contenido principal.</p>
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Trabajar la escucha activa. - Aceptar y valorar las críticas de forma positiva. - Desarrollar actitudes positivas en el plano social. - Ser asertivo.
Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-bottom: 10px;">¡VAYA LÍO!</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Pediremos a cada alumno que dibujen o describan en su “Diario de las Emociones” un conflicto que hayan tenido con otra persona. Una vez que hayan hecho esta primera parte, deberán escribir cómo se sintieron, así como cómo se pudo sentir la otra persona que estuvo involucrada. Para facilitar la actividad, escribiremos en la pizarra una serie de batería de emociones por si los alumnos quieren utilizarlas para describir dicho conflicto.</p> <p>Una vez que acaben, pondremos en común los problemas que han reflejado en su diario y les pediremos que expliquen qué fue lo que ocurrió y las emociones que afloraron a causa de este. Tras comentar</p>

	<p>las diferentes situaciones, pondremos a los alumnos por parejas y pediremos que elijan uno de los conflictos que se han expuesto. Cuando hayan escogido el conflicto, deberán escribir dos posibles soluciones a esto, teniendo en cuenta y recordándoles que lo principal es el respeto y la escucha, no quedar por encima de los demás, tal y como aprendimos en la sesión anterior. Cuando terminen de trabajar esta parte de la actividad, expondrán las soluciones planteadas y las comentaremos de forma conjunta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: <ul style="list-style-type: none"> 1ª parte: individual. 2ª parte: parejas. 3ª parte: círculo – asamblea. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o ‘Diario de las Emociones’ - Duración: <ul style="list-style-type: none"> Una hora y diez minutos.
--	--

DÉCIMA SESIÓN: Las habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal		
Semana / Día	4ª semana – lunes	Nº sesión 10
Competencia trabajada	Habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal (actitud positiva y bienestar general del individuo)	

<p>Descripción de la sesión</p>	<p>Tras haber trabajado las diferentes contenidos y competencias para el correcto desarrollo emocional y social del individuo, trataremos en estas últimas dos sesiones la competencia que englobe a todo esto, la habilidad para la vida y el bienestar social, familiar y personal.</p> <p>Con esta competencia el alumno deberá poner en práctica todo lo aprendido para conseguir el bienestar y la felicidad en su vida.</p> <p>Asimismo, les transmitiremos lo importante que es tener una actitud positiva ante la vida y los problemas para que estos no repercutan de forma negativa en ellos.</p>
<p>Objetivo/s</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Trabajar la actitud positiva ante los problemas. - Poner en práctica las estrategias aprendidas en sesiones anteriores. - Trabajar la escucha activa. - Resolver conflictos de forma adecuada. - Desarrollar la mediación verbal.
<p>Actividades</p>	
<p>Actividad 1</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>CUENTO “UNA PLAYA CON SORPRESA”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Leeremos a nuestros alumnos un cuento donde se trabajará la actitud positiva ante los problemas o dificultades. El cuento seleccionado se</p>

llama ‘‘Una playa con sorpresa’’ de Pedro Pablo Sacristán.

*‘‘No había nadie en aquella playa que no hubiera oído hablar de Pinzaslocas, terror de pulgares, **el cangrejo más temido de este lado del mar**. Cada año algún turista despistado se llevaba un buen pellizco que le quitaba las ganas de volver. Tal era el miedo que provocaba en los bañistas, que a menudo se organizaban para intentar cazarlo. **Pero cada vez que creían que lo habían atrapado reaparecían los pellizcos unos días después, demostrando que habían atrapado al cangrejo equivocado.***

*El caso es que Pinzaslocas solo era un cangrejo con muy mal carácter, pero muy habilidoso. Así que, **en lugar de esconderse y pasar desapercibido como hacían los demás cangrejos**, él se ocultaba en la arena para preparar sus ataques. Y es que Pinzaslocas era un poco rencoroso, porque de pequeño un niño le había pisado una pata y la había perdido. Luego le había vuelto a crecer, pero como era un poco más pequeña que las demás, **cada vez que la miraba sentía muchísima rabia.***

*Estaba recordando las maldades de los bañistas cuando descubrió su siguiente víctima. Era un pulgar gordísimo y brillante, y su dueño apenas se movía. ¡Qué fácil! así podría pellizcar con todas sus fuerzas. Y recordó los pasos: asomar, avanzar, pellizcar, soltar, **retroceder y ocultarse en la arena de nuevo.** ¡A por él!*

*Pero algo falló. Pinzaslocas se atascó en el cuarto paso. **No había forma de soltar el pulgar.** El pellizco fue tan fuerte que atravesó la*

piel y se atascó en la carne. ¿Carne? No podía ser, no había sangre.
Y Pinzaslocas lo comprendió todo: ¡había caído en una trampa!

Pero como siempre Pinzaslocas estaba exagerando. **Nadie había sido tan listo como para prepararle una trampa con un pie falso.** Era el pie falso de Vera, una niña que había perdido su pierna en un accidente cuando era pequeña. Vera no se dio cuenta de que llevaba a Pinzaslocas colgado de su dedo hasta que salió del agua y se puso a jugar en la arena. La niña soltó al cangrejo, **pero este no escapó porque estaba muerto de miedo.** Vera descubrió entonces la pata pequeñita de Pinzaslocas y sintió pena por él, así que decidió ayudarlo, preparándole una casita estupenda con rocas y buscándole bichitos para comer.

¡Menudo festín! Aquella niña sí sabía cuidar a un cangrejo. Era alegre, divertida y, además, **lo devolvió al mar antes de irse.**

- Qué niña más agradable -pensó aquella noche- **me gustaría tener tan buen carácter.** Si no tuviera esta patita corta...

Fue justo entonces cuando se dio cuenta de que a Vera no le había vuelto a crecer su pierna, y eso que los niños no son como los cangrejos y tienen solo dos. Y aún así, era un encanto. **Decididamente, podía ser un cangrejo alegre aunque le hubieran pasado cosas malas.**

El día siguiente, y todos los demás de aquel verano, Pinzaslocas atacó el pie de Vera para volver a jugar todo el día con ella. **Juntos**

	<p><i>aprendieron a cambiar los pellizcos por cosquillas y el mal carácter por buen humor. Al final, el cangrejo de Vera se hizo muy famoso en aquella playa aunque, eso sí, nadie sospechaba que fuera el mismísimo Pinzaslocas. Y mejor que fuera así, porque por allí quedaban algunos que aún no habían aprendido que no es necesario guardar rencor y tener mal carácter, por muy fuerte que un cangrejo te pellizque...’’ (Sacristán, 2008 – 2019).</i></p> <p>Una vez hayamos leído el cuento a nuestros alumnos, comentaremos qué ha ocurrido, por lo que trabajaremos la comprensión y la memoria auditiva y, asimismo, les haremos las siguientes preguntas:</p> <p>“¿Cómo se sintió el protagonista?”</p> <p>“¿Cuál ha sido su comportamiento?”</p> <p>“¿Has vivido alguna situación parecida?”</p> <p>“¿Actuarías de forma diferente al protagonista? ¿Cómo?”</p> <p>- Organización del grupo/clase:</p> <p>Círculo – asamblea.</p> <p>- Materiales:</p> <p>- Duración:</p> <p>40 minutos.</p>
--	--

Actividad 2	<div data-bbox="507 215 983 277" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">EL ÁRBOL DE LOS SUEÑOS''</div> <p data-bbox="520 338 735 371">- Descripción:</p> <p data-bbox="472 416 1367 887">Con esta actividad trabajaremos los objetivos y metas que nos marcamos a lo largo de nuestra vida. Lo principal es transmitir a nuestros alumnos que estos los sueños deben ser realistas, así como respetuosos con el mundo en el que vivimos. Pediremos que piensen en los sueños que tengan (tres metas/sueños por persona) y que los escriban en el ‘‘Diario de las Emociones’’. Una vez que acaben de escribirlos, tendrán que exponerlos a sus compañeros.</p> <p data-bbox="472 927 1367 1178">Tras terminar de comentar esta primera parte de la actividad y compartir las diferentes opiniones, los alumnos los escribirán en un mural en el que hay un dibujo de un árbol. Cada sueño estará colocado en una rama del árbol.</p> <p data-bbox="472 1218 1367 1402">Cuando acabemos de realizar la actividad, nos colocaremos en círculo y comentaremos las ideas, pensamientos y emociones que hayan ido surgiendo durante esta.</p> <p data-bbox="520 1514 957 1547">- Organización del grupo/clase:</p> <p data-bbox="520 1588 775 1621">1ª parte: individual.</p> <p data-bbox="520 1662 887 1695">2ª parte: círculo – asamblea.</p> <p data-bbox="520 1736 716 1769">- Materiales:</p> <ul data-bbox="619 1809 1023 1989" style="list-style-type: none"><li data-bbox="619 1809 1023 1843">○ ‘‘Diario de las Emociones’’<li data-bbox="619 1883 796 1917">○ Cartulina.<li data-bbox="619 1957 783 1991">○ Colores.
--------------------	--

	<p>- Duración:</p> <p>45 minutos.</p>
--	---------------------------------------

UNDÉCIMA SESIÓN: Las habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal		
Semana / Día	4ª semana – miércoles	Nº sesión <input type="text" value="11"/>
Competencia trabajada	Habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal (actitud positiva y bienestar general del individuo)	
Descripción de la sesión	<p>Esta será la última sesión donde se trabajarán competencias, y, al igual que en la anterior, se tratarán las habilidades para la vida y el bienestar social, familiar y personal.</p> <p>En esta sesión nos centraremos en trabajar la importancia de la organización y el respeto a los compañeros, es decir, que estará pensada y dirigida a cuando estos niños se reincorporen a la escuela y a su rutina diaria.</p>	
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Trabajar la actitud positiva ante los problemas. - Poner en práctica las estrategias aprendidas en sesiones anteriores. - Trabajar la escucha activa. 	

	<ul style="list-style-type: none"> - Resolver conflictos de forma adecuada. - Diferenciar derechos y obligaciones. - Desarrollar la mediación verbal.
Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> LOS DERECHOS Y LAS OBLIGACIONES </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Explicaremos a nuestros alumnos que, como personas y ciudadanos, tenemos derechos y obligaciones, que en muchas ocasiones, cuando se encuentran en situaciones incómodas, tienen derecho a decir que no si realmente piensan que lo que van a hacer no está bien y va en contra de sus principios, además de perjudicarle a ellos y al resto.</p> <p>Tras explicarles esto, les daremos una ficha donde se plantean diferentes situaciones. Debajo de cada situación tendrán que escribir qué harían ante esto.</p> <p>Tras haber acabado esta parte de la ficha, continuarán haciendo la otra actividad que aparece en el que se les plantean una serie de preguntas, con las que se trabajarán las consecuencias que tienen sus actos tanto en su vida como en la vida de los demás.</p> <p>Cuando acaben de hacer la ficha, la podrán recortar y pegar en el “Diario de las Emociones” y además, comentaremos las situaciones de forma conjunta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: <p>1ª parte: individual.</p>

	<p>2ª parte: círculo – asamblea.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ficha con las situaciones planteadas (Anexo 1). ○ Tijeras. ○ Pegamento. ○ ‘‘Diario de las Emociones’’. - Duración: <p>45 minutos.</p>
<p>Actividad 2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <p>DUEÑO DE LO QUE HAGO</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>En relación con la actividad anterior, pediremos a nuestros alumnos que escriban en su ‘‘Diario de las Emociones’’ una lista de derechos y obligaciones. Una vez hecho esto, los pondremos en común, y, respetando el turno de palabra y las ideas de los demás, elegiremos algunas de las propuestas de los compañeros y las escribiremos en una cartulina que pondremos en clase para que estos estén visibles diariamente.</p> - Organización del grupo/clase: <p>1ª parte: individual.</p> <p>2ª parte: círculo – asamblea.</p> - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> ○ ‘‘Diario de las Emociones’’ ○ Cartulina.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Colores. <p>- Duración:</p> <p>40 minutos.</p>
--	--

DUODÉCIMA SESIÓN: Final del Programa de Desarrollo Emocional		
Semana / Día	4ª semana – viernes	Nº sesión 12
Competencia trabajada	Final del Programa / Evaluación	
Descripción de la sesión	<p>Esta última sesión dará comienzo con una actividad en la que los niños deberán expresar aquellas cosas buenas que les pasen con el objetivo de potenciar los pensamientos positivos.</p> <p>Tras realizar la actividad, pasaremos a hacer una reflexión conjunta, en la que comentaremos el Programa de Desarrollo Emocional con los alumnos. Una vez realizada esta puesta común, les pediremos que escriban en su “Diario de Emociones” una reflexión individual, en la que nos cuenten qué es lo que más les ha gustado, en qué le ha ayudado y en qué deberíamos mejorar. Por último, les pediremos que nos completen un cuestionario que servirá para valorar el Programa.</p>	
Objetivo/s	<ul style="list-style-type: none"> - Cumplir las normas de convivencia establecidas. - Promover la participación del alumnado. - Trabajar la actitud positiva ante los problemas. - Potenciar el optimismo. 	

	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar una reflexión conjunta e individual sobre el Programa. - Completar el cuestionario de evaluación.
Actividades	
Actividad 1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> EL BOTECITO DE LAS BUENAS NOTICIAS </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>La última actividad que realizaremos en el Programa de Desarrollo Emocional irá dirigida a potenciar los pensamientos positivos y a trabajar el optimismo. Una vez que el Programa termine, queremos que nuestros alumnos sigan llenando su vida de dichos pensamientos positivos, por lo que les pediremos que, por lo menos, una vez a la semana, hagan la actividad que se les va a proponer a continuación.</p> <p>En esta actividad, les pediremos que escriban en un ficha un acontecimiento positivo que les haya ocurrido. En la ficha aparecerán una serie de apartados que deberán completar, para, posteriormente, meterla en un bote que se llamará ‘‘El botecito de las buenas noticias’’. Asimismo, debemos comentarles a los alumnos que pueden comentar esa buena noticia a sus compañeros siempre que quieran, con el fin de seguir fomentando ese clima de buena convivencia, respeto y confianza que se ha forjado a lo largo de las sesiones.</p> - Organización del grupo/clase: <p>Individual.</p> - Materiales:

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ficha de la noticia (Anexo 1). <ul style="list-style-type: none"> - Duración: <p>30 minutos.</p>
<p>Actividad 2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">REFLEXIÓN CONJUNTA</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>Tras acabar la actividad, nos sentaremos en círculo y comentaremos el Programa de Desarrollo Emocional con nuestros alumnos. Podremos preguntarles qué les ha parecido, qué ha sido lo que más les ha gustado, en qué creen que les ha ayudado y qué ha sido lo que menos les ha gustado y que deberíamos cambiar. Esta reflexión nos servirá también como evaluación, ya que los alumnos se encuentran en un ambiente de confianza para expresar sus pensamientos y opiniones de forma clara, lo que nos ayudará en gran medida a formar una idea sobre cómo ha funcionado la propuesta antes de la recogida del resto de evaluaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: <p>Círculo – asamblea.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materiales: - Duración: <p>30 minutos.</p>
<p>Actividad 3</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">REFLEXIÓN INDIVIDUAL</div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción:

	<p>Una vez acabada la reflexión grupal, repartiremos una ficha que deberán completar en la que aparecen diferentes preguntas que son parecidas a las tratadas en clase. Esta reflexión individual será de especial relevancia porque no solo nos mostrará lo que piensa cada alumno de forma individual, sino que, como interventores, este documento reflejará la realidad de nuestro Programa. Cuando terminen de responder las preguntas, les pediremos que lo peguen en el ‘‘Diario de las Emociones’’, donde tienen recogidas el resto de las actividades.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Individual. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Ficha de reflexión individual (Anexo 2). o Pegamento. - Duración: 20 minutos.
<p>Actividad 4</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> EVALUACIÓN </div> <ul style="list-style-type: none"> - Descripción: <p>En la última parte de la sesión les pasaremos a nuestros alumnos el cuestionario para la evaluación del Programa de Desarrollo Emocional. El cuestionario se rellena de manera individual y, al igual que actividades anteriores, tras completarlo, deberán pegarlo en el ‘‘Diario de las Emociones’’. Debemos explicar a nuestros alumnos</p>

	<p>que en este cuestionario, el 1 es la nota más baja y el 5 la más alta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo/clase: Individual. - Materiales: <ul style="list-style-type: none"> o Cuestionario de evaluación (Anexo 2). - Duración: 10 minutos.
--	--

4.6. EVALUACIÓN

Las sesiones no constan de una evaluación individual, sino que esta se hará de forma general gracias a diversos instrumentos con los que estará dotada la intervención.

Cada sesión será evaluada de forma general mediante la observación por parte del profesor. El encargado de llevar a cabo el Programa de Desarrollo Emocional tendrá un documento donde estén apuntados los objetivos de cada sesión e irá apuntando si estos se han cumplido o no, pudiendo aportar observaciones aparte en estos. Por tanto, podemos decir que los objetivos de las sesiones se convertirán en indicadores de evaluación de la propuesta. Además, en la última sesión del Programa, se llevará a cabo una asamblea grupal en la que los alumnos irán aportando las diferentes opiniones acerca de lo realizado y el profesor podrá ir apuntando las más interesantes y relevantes que sirvan como mejora de la intervención. Asimismo, tras esta asamblea grupal, les pediremos a nuestros alumnos que realicen esta reflexión de forma individual, siguiendo la estructura planteada

en la ficha (Anexo 2: evaluación), la cual deberán pegar en su “Diario de las Emociones” para que, posteriormente, nosotros la podamos revisar.

Por otro lado tendremos otro instrumento evaluador que será el “Diario de las Emociones”, donde los alumnos recogerán la información de todas las sesiones realizadas a lo largo del Programa. En este “Diario de las Emociones”, además de aparecer las fichas y actividades que trabajemos en clase, apuntarán cómo se sienten al principio de cada sesión y, también, tras cada clase, deberán hacer una recapitulación de todo lo que han hecho, es decir, realizarán una especie de resumen. El “Diario de las Emociones” tendrá la misma dimensión que un cuaderno de clase, aunque cada interventor puede establecerlo de la forma que quiera. Lo mismo ocurrirá con la estructura de este, ya que, nosotros hemos utilizado y propuesto una, aunque puede modificarse según lo que la persona evaluadora quiera conseguir. Por tanto, la estructura de nuestro “Diario de las Emociones” sería la siguiente:

- Portada.
- Datos del dueño (nombre, edad, lugar de residencia, aficiones, etc.).
- Sesiones: cada sesión estará enumerada y pondrá el día y la semana en la que ha sido realizada. Asimismo, al principio de la hoja habrá un apartado donde tengan que comentar cómo se sienten y por qué, cosa que harán al principio de cada sesión, tal y como se ha comentado anteriormente. Por otro lado, se dejarán espacios en blanco por si tienen que realizar alguna actividad o pegar una ficha y, por último, habrá un apartado donde se lleve a cabo ese resumen del que se hablaba antes. Este apartado constará de diversas preguntas: qué has hecho hoy, qué te ha resultado más interesante y qué crees que has aprendido con esta sesión. Al igual que lo anterior, estos apartados que deberán completar serán explicados en la primera sesión de la propuesta.

- Evaluación: las últimas páginas del Diario irán destinadas al cuestionario de evaluación, ya que los alumnos deberán pegarlo en dichas páginas.

Este “Diario de las Emociones” facilitará el seguimiento del alumnado y nos ayudará a comprender su proceso de enseñanza – aprendizaje. Asimismo, el apartado de resumen de la sesión lo realizarán fuera del grupo – clase, por tanto, haremos que reflexione sobre lo aprendido y que recuerde lo realizado, por lo que estaremos trabajando otros factores además de las emociones, como son la memoria, la psicomotricidad y la elaboración del discurso.

El último elemento evaluador será el cuestionario (Anexo 2: evaluación), que los alumnos tendrán que rellenar en la última sesión y marcará el final del Programa de Desarrollo Emocional. Este documento será únicamente una guía para evaluar al resto. En él se incluyen diferentes aspectos, que deberán marcar los niños del uno al cinco, siendo el uno la nota más baja y el cinco la nota más alta. Los enunciados formarán parte de nuestros objetivos del Programa, al igual que hemos comentado en apartados anteriores, los aspectos evaluados pueden ser modificados y adaptados al grupo – clase al que vaya dirigida la intervención.

Todos elementos formarán parte de nuestra evaluación y nos ayudarán a formar una idea acerca de cómo se ha trabajado y si ha funcionado o no de forma adecuada el Programa, por tanto, nos facilitará la mejora de este para futuras intervenciones.

5. CONCLUSIONES, LIMITACIONES E IMPLICACIONES

Gracias a la elaboración del presente trabajo, hemos podido comprobar la importancia de la educación emocional en todos los ámbitos de la vida del alumno para su perfecto desarrollo integral en los diversos contextos de su vida cotidiana. Esto nos hace llegar a la conclusión de que necesitamos una educación que esté basada en las emociones y, que además, se amplíe el grado de contenido sobre estas en el currículo de Educación Primaria.

Asimismo, hemos podido conocer la situación en la que se encuentran los niños hospitalizados de larga estancia a través de las entrevistas y las revisiones de las investigaciones de diversos autores. Además de esto, hemos podido ampliar nuestro conocimiento acerca de la inteligencia, educación y gestión de emociones, lo cual creo que nos ayudará de cara a un futuro próximo como docentes.

Bien es cierto, que ha sido y es complicado diseñar una propuesta de intervención sobre educación emocional que se adapte a todas las necesidades del alumnado, ya que cada estudiante tiene diferentes características y no disponíamos de los perfiles a los que el Programa iba dirigido. No obstante, se ha tenido en cuenta la información proporcionada por el encargado del aula hospitalaria y los estudios realizados por los autores, por tanto, la elaboración del Programa de Desarrollo Emocional se ha llevado a cabo de la manera más realista, adaptándose todo lo posible al alumnado al que va dirigido.

En cuanto a las limitaciones de este trabajo, debemos decir que, la propuesta de intervención no ha sido posible llevarla a cabo. Sin embargo, algunas actividades del Programa de Desarrollo Emocional han sido aplicadas durante el período de Prácticas Docentes II a una alumna que se caracterizaba por tener problemas emocionales y de conducta. No obstante, hemos de añadir que hubiese sido interesante realizarla con los

niños hospitalizados de larga estancia de las edades a la que va dirigida, para comprobar el efecto de la propuesta, así como para ver las impresiones, reacciones y evolución del alumnado ante las diferentes actividades. Asimismo, hemos de apuntar que, únicamente sabremos la efectividad del Programa de Desarrollo Emocional aplicándolo en un contexto real.

Por último hablaremos de las implicaciones, ya que la intervención del presente trabajo, a pesar de ir dirigida, como bien se ha ido apuntando a lo largo del documento, al alumnado hospitalizado de larga estancia, puede modificarse y adaptarse a las necesidades del alumnado de un aula ordinaria o de cualquier otro contexto educativo. Debemos comentar que sería interesante llevar a cabo la intervención con los alumnos de un aula ordinaria debido, en primer lugar, a que se conocen en mayor medida sus perfiles y, además, el interventor puede ver la evolución y el progreso de estos gracias al Programa. Asimismo nos gustaría aclarar que, aunque la propuesta sea de desarrollo emocional, se han trabajado otros contenidos y aspectos como el desarrollo social, el cual también está implicado en el correcto funcionamiento integral de la persona.

En definitiva, debemos decir que este trabajo ha supuesto una gran responsabilidad y reto, sobre todo la propuesta de intervención, ya que iba dirigida a un alumnado que se encuentra en un contexto diferente y que tiene circunstancias personales añadidas, sin embargo, tras el esfuerzo y dedicación puesto en él, podemos concluir que todo trabajo conlleva su recompensa y creemos que el objetivo propuesto se ha cumplido.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arasaac (2019). Pictogramas color [Figura]. Recuperado de <http://www.arasaac.org/index.php>
- Aulaplaneta (2018). Diez consejos para gestionar los conflictos en el aula [Figura]. Recuperado de <http://www.aulaplaneta.com/2017/12/05/novedades-aulaplaneta/diez-consejos-gestionar-los-conflictos-aula/>
- Aulasiena (2016). Cómo resolver conflictos en el aula [Figura]. Recuperado de <https://aulasiena.com/como-resolver-conflictos-en-el-aula/>
- Babyradio (2016). El peligro de los apodos [Figura]. Recuperado de <https://babyradio.es/blogfamiliar/el-peligro-de-los-apodos/>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa (RIE)*, 21, (1), pp. 7-43.
- Bisquerra, R., Álvarez, M., y Grop. (2010). *Educación emocional y bienestar* (6ª, 1ª reimp ed.). Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2011). Educación Emocional. *Revista padres y maestros. Journal of Parents and Teachers*. [Figura] 337, pp. 5-8.
- Bisquerra, R. (2016). Educación emocional. Documento inédito elaborado para las I Jornadas del Máster en Resolución de Conflictos en el Aula. Recuperado de <https://online.ucv.es/resolucion/files/Bisquerra-R.-2016.-Educación-emocional.pdf>
- Caballero Soto, S. A. M. (2007). El aula hospitalaria un camino a la educación inclusiva. *Investigación Educativa*, 11, (19), pp. 153 – 161. Recuperado de <http://www.acuedi.org/ddata/3918.pdf>
- Calvo Álvarez, M. (2017). Pedagogía hospitalaria. Presentación. *Aula*, 23, pp. 31 – 32. Recuperado de

https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/136028/1/Pedagogia_hospitalaria_Presentacion.pdf

Celma, L. y Rodríguez – Ledo, C. (2017). *Programa SEA. Desarrollo de Habilidades Sociales, Emocionales y de Atención Plena para Jóvenes*. Madrid: TEA Ediciones.

Chóliz M. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. Recuperado de <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Cruz Colmenero, Verónica; Caballero García Presentación; Ruiz Tendero, Germán (2013). La dramatización como recurso didáctico para el desarrollo emocional. Un estudio en la etapa de educación primaria. *Revista de Investigación Educativa*, 31 (2), pp. 393-410. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.31.2.164501>

Duque Ceballos, J. L. (2012). Emociones e inteligencia emocional. *Libre Empresa*, 9, (2), pp. 147 – 169.

Enríquez, H. A. (2011). *Inteligencia Emocional Plena: Hacia un Programa de Regulación Emocional Basado en la Conciencia Plena* (Tesis doctoral). Universidad de Málaga, Facultad de Psicología. Málaga.

Equipo Editorial, E. (2014). Aulas hospitalarias. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 0 (280), p. 3. Recuperado de <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/2002/1736>

García, F. M. (2018). Cómo gestionar los conflictos en el aula [Figura]. Recuperado de <https://eresmama.com/como-gestionar-los-conflictos-en-el-aula/>

García Fernández, M. & Giménez-Mas, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del*

- Profesorado [en línea], 3 (6), pp. 43-52. Recuperado de <http://www.cepcuevasolula.es/espinal>.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences*. New York: Basic Books, Traducción española en Ed. Paidós.
- Garmendia, I. (2008). *Inteligencia emocional: Educación Primaria, 1er Ciclo, 6 – 8 años*. Guipúzcoa: Gipuzkoako Foru Aldundia
- González Carrión P. (2005). Experiencias y necesidades percibidas por los niños y adolescentes con cáncer y por sus familias. *Nure investigación*, 16, pp. 1-15. Recuperado de: <http://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/242/224>
- Gorostiaga, A. & Balluerka, N. (2014). Evaluación de la empatía en el ámbito educativo y su relación con la inteligencia emocional. *Revista de Educación*, 364, pp. 12-38. Recuperado de <http://www.educacionyfp.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulos364/031.evaluacion-de-la-emptiarev.ed.364final.pdf?documentId=0901e72b81a56967>
- Grau, C. y Ortiz, M.C. (2001). *La pedagogía hospitalaria en el marco de una educación inclusiva*. Archidona: Aljibe.
- Hawrylak, M. F. (2000). *La pedagogía hospitalaria y el pedagogo hospitalario*. Tabanque: *Revista pedagógica*, 15, pp. 139 – 150.
- León Simón, M. (2017). El valor de las actuaciones pedagógicas en el ámbito hospitalario. *Aula*, 23, pp. 49-70. Recuperado de https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/136037/1/El_valor_de_las_actuaciones_pedagogicas_.pdf

Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) (Ley Orgánica 8/2013, 9 de diciembre). Boletín Oficial del Estado, nº 295, 2013, pp. 7 – 8. Recuperado 19 mayo.

Lizasoáin, O. (2016). Pedagogía hospitalaria: Guía para la atención psicoeducativa del alumno enfermo (1ª ed.). Madrid: Síntesis.

Martineaud, S. & Engelhart, D. (1996). El Test de inteligencia emocional. Barcelona: Martínez Roca.

Olivares, J., Méndez, F. X. y Ros, M. C. (2009): El entrenamiento de padres en contextos clínicos y de la salud. En V. Caballo y M.A. Simón (dir.): Manual de Psicología clínica infantil y del adolescente. Trastornos específicos. Madrid, Pirámide.

Ortigosa, J.M. y Méndez, F.X. (2000). Hospitalización infantil, repercusiones psicológicas. Teoría y práctica. Madrid: Biblioteca Nueva.

Ortigosa, J.M., Quiles, M.J., Carrillo, F.X. y Pedroche, S. (2000). Miedos infantiles hospitalarios: Un estudio con niños hospitalizados y no hospitalizados. Ansiedad y Estrés, 6, pp. 61-70.

Sacristán, P. P. (2008 – 2019). Cuentos para dormir. Madrid, España.: cuentosparadormir.com. Recuperado de <https://cuentosparadormir.com/infantiles/cuento/una-playa-con-sorpresa>

Segura, M. y Arcas, M. (2010). Programa de Competencia Social. Decide Tú. Recuperado de https://convivencia.files.wordpress.com/2011/10/decidetu_iisegura186p.pdf

Serradas Fonseca, M. (1999). El valor terapéutico de la lectura en el medio hospitalario. Aula, 11. Recuperado de https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/69353/1/El_valor_terapeutico_de_la_lectura_en_el.pdf

Serradas Fonseca, M. (2006). La música como medio de expresión del niño hospitalizado. *Educere*, 10 (32), pp. 35-42.

UniversidadVIU (2015). Las mejores prácticas del profesor para gestionar los conflictos del aula [Figura]. Recuperado de <https://www.universidadviu.es/las-mejores-practicas-del-profesor-para-gestionar-los-conflictos-en-el-aula/>

Velázquez González, Rosario, Flores Caraballo, Jesús María, Picallos Conde, María Dolores, y Albar Marín, María Jesús. (2009). Experiencias de niños hospitalizados en unidades de pediatría del Hospital Virgen Macarena. *Index de Enfermería*, 18 (4), pp. 243-245. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962009000400006&lng=es&tlng=es

Wenger, M. A., Jones F. N. y Jones, M. H. (1962). *Physiological Psychology* (1ª ed.). New York, Holt Rinehart Winston.

7. ANEXOS

ANEXO 1: ACTIVIDADES

SESIÓN 1

Actividad 3: ¿Cómo nos sentimos?

1. Escribe una situación en la que hayas sentido esta emoción

EMOCIÓN	¿CUÁNDO LA HE SENTIDO?
Tristeza	
Alegría	
Enfado	
Asco	
Miedo	
Sorpresa	

Figura 2. Actividad sobre emociones. Fuente: Elaboración propia.

SESIÓN 2

Actividad 2: ¿Qué emoción soy?

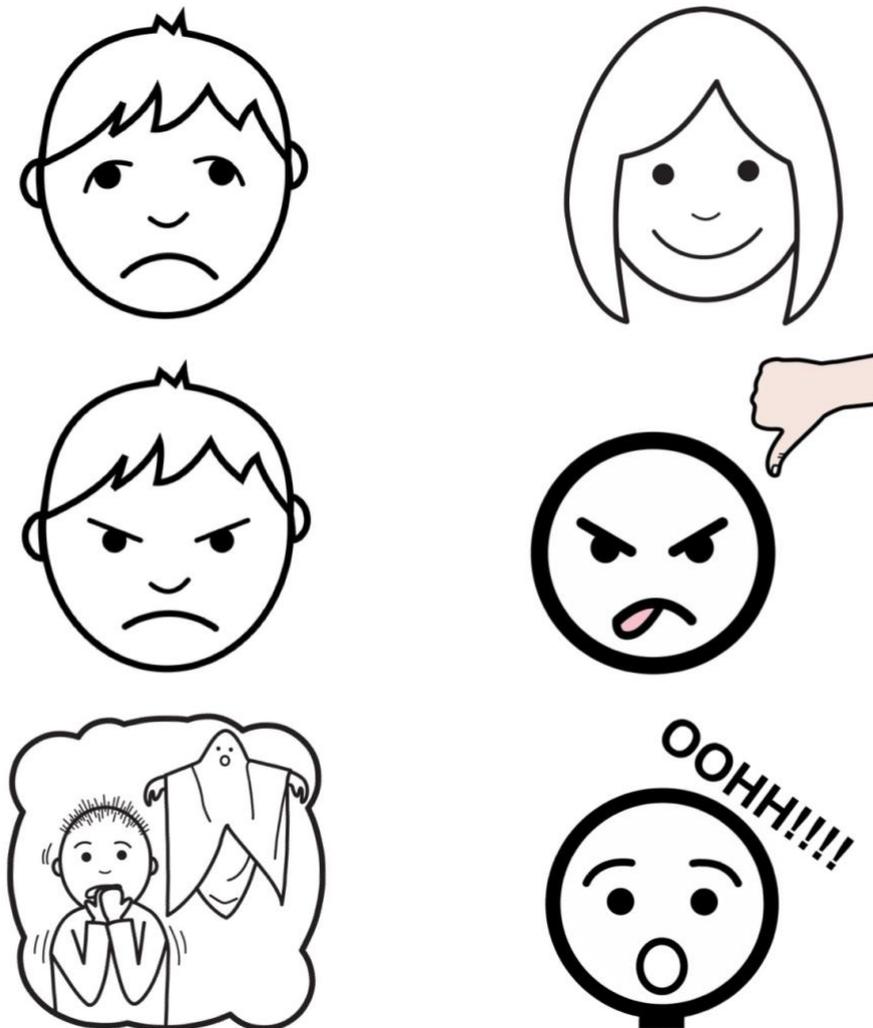


Figura 3. Tarjetas de emociones. (Arasaac, 2019).

SESIÓN 3

Actividad 1: El espía de las emociones



Figura 4. Imagen para trabajar situaciones conflictivas. (Aulaplaneta, 2018).



Figura 5. Imagen para trabajar situaciones conflictivas. (Aulasiena, 2016).



Figura 6. Imagen para trabajar situaciones conflictivas. (UniversidadVIU, 2015).



Figura 7. Imagen para trabajar situaciones conflictivas. (Babyradio, 2016)



Figura 8. Imagen para trabajar situaciones conflictivas. (García, 2018).

SESIÓN 4

Actividad 1: Soy dueño de mis emociones

Mario era un niño de 8 años, bastante caprichoso que siempre quería que sus padres le comprasen todo lo que le gustaba. Un día, caminando por la calle, a Mario le gustó mucho una bicicleta de una tienda y corriendo, fue a pedírsela a su padre, pero, su padre, harto de que Mario nunca sacase buenas notas, le dijo que no. Mario se enfadó muchísimo, tanto que se puso a llorar y a pegar patadas a todo lo que veía.

Figura 9. Situación propuesta para actividad. Fuente: Elaboración propia.

Actividad 2: El Sherlock Holmes de las emociones

Mario esta en clase, con todos tus compañeros y decide acercarse a un grupo de amigos que está jugando en una esquina del aula. Sin embargo, cuando se acerca y dice hola y si puede jugar con ellos, no le echan cuenta e ignoran lo que Mario les ha dicho.

Figura 10. Situación propuesta para actividad. Fuente: Elaboración propia.

Rosa está en el patio, junto con su grupo de amigos. Juntos están decidiendo a qué jugar. Una de sus amigas, María, propone jugar al escondite, mientras que Rosa, al no gustarle ese juego, les propone el pollito inglés. María, ante la propuesta de Rosa le contesta qué es una tontería ese juego y que mejor no proponga nada más.

Figura 11. Situación propuesta para actividad. Fuente: Elaboración propia.

Durante el recreo, Jesús se ha peleado con uno de sus mejores amigos y, al entrar en clase, se cruza con Mario y le pega un empujón sin este hacerle nada y se marcha como si nada hubiera pasado.

Figura 12. Situación propuesta para actividad. Fuente: Elaboración propia.

Rocío se ha mudado a otra ciudad porque a su padre le han cambiado de trabajo. Al llegar al nuevo colegio le cuesta mucho hacer nuevos amigos y llega todos los días enfadada a casa y lo paga con sus padres.

Figura 13. Situación propuesta para actividad. Fuente: Elaboración propia.

Javier y su hermana Marina están jugando con el balón dentro de casa, cuando su padre le ha dicho que eso no pueden hacerlo. Marina lanza fuertemente el balón y rompe un recuerdo de cuando sus padres se casaron. Al hacer mucho ruido, sus padres deciden ir a ver qué ha ocurrido y Marina decide echarle las culpas a su hermano.

Figura 14. Situación propuesta para actividad. Fuente: Elaboración propia.

SESIÓN 5

Actividad 1: A problemas, soluciones

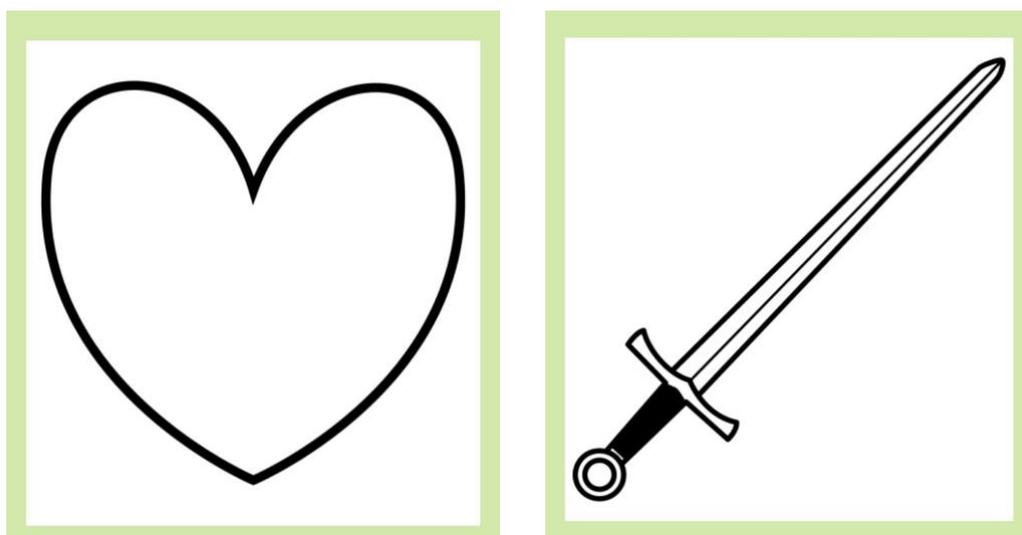


Figura 15. Tarjetas para trabajar las soluciones y los problemas de las diversas situaciones que viven los alumnos. (Arasaac, 2019).

SESIÓN 11

Actividad 1: Los derechos y las obligaciones

1. Lee las siguientes situaciones y escribe que harías si te ocurriese alguna de ellas:

Estás en el recreo y un amigo tuyo te propone que le tires del pelo a un niño del patio.

Estás en clase y un niño de tu clase se acerca y te dice que les hagas los deberemos porque tú los haces mejor que él.

Un amigo te propone que le hagas una zancadilla a una niña de tu clase mientras está corriendo en Educación Física.

Estás en clase y tu compañero de mesa te dice que le escondáis el estuche a otro compañero y que no se lo devolváis hasta que empiece a llorar.

2. Responde a las siguientes preguntas:

¿Qué hubiese ocurrido si hubieses contestado que sí a las situaciones que has contestado que no?

¿Qué hubiese ocurrido si hubieses contestado que no a las situaciones que has contestado que sí?

Figura 16. Ficha para trabajar el concepto de derecho y obligación a través de la exposición de situaciones y preguntas. Fuente: Elaboración propia.

SESIÓN 12

Actividad 1: El botecito de las buenas noticias

TÍTULO DE LA NOTICIA
<input type="text"/>
¿Dónde ocurrió?
<input type="text"/>
¿Con quién?
<input type="text"/>
¿Qué emociones he sentido?
<input type="text"/>
¿Qué me ha ocurrido?
<input type="text"/>

Figura 17. Plantilla para la escritura de noticias. Fuente: Elaboración propia.

ANEXO 2: EVALUACIÓN

Reflexión individual

¿Qué ha sido lo que más te ha gustado del Programa? ¿Por qué?

¿Qué emociones te ha transmitido este Programa?

¿En qué crees que te ha ayudado? ¿Por qué?

¿Qué te ha gustado menos? ¿Por qué?

¿Quieres contarnos algo más?

Figura 18. Plantilla para la reflexión individual. Fuente: Elaboración propia.

Cuestionario de evaluación

CUESTIONARIO PARA LA EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE DESARROLLO EMOCIONAL					
	1	2	3	4	5
He aprendido nuevas emociones o sentimientos que antes no conocía.					
Me ha servido para conocer nuevas formas de comportarme ante los problemas.					
He podido comprobar cómo se sentían otros compañeros.					
He conseguido ponerme en el lugar del otro.					
He descubiertos emociones propias que antes desconocía.					
Me han gustado las actividades realizadas.					
Tengo más pensamientos positivos que antes.					
He comprendido que es importante escuchar y respetar a los demás.					
Me tomo los problemas con más tranquilidad.					
He descubierto características sobre mí que antes desconocía.					

Pienso que este tipo de talleres ayudan en mi aprendizaje.					
Me gustaría realizar más talleres de este tipo.					

Figura 19. Cuestionario de evaluación del Programa de Desarrollo Emocional. Fuente:

Elaboración propia.