

UNIVERSIDAD DE SEVILLA

TRABAJO FIN DE GRADO (TFG)

Facultad de Ciencias de la Educación – Grado en Educación Primaria

Curso Académico 2016/2017



**Propuesta de un modelo de Aula de
Convivencia**

Realizado por:

Paula Benjumea Morón

Beatriz Cañas Romero

Tutelado por:

Victoria Muñoz Tinoco

RESUMEN

La convivencia escolar se ha asociado desde hace mucho tiempo atrás a la violencia escolar, considerándose que existe una buena convivencia si la violencia escolar es poca o leve y, mala, si los casos son repetidos o graves.

El presente Trabajo de Fin de Grado presenta una propuesta de aula de convivencia que parte de un modelo positivo, entendiendo la mejora de la convivencia como promoción activa de relaciones saludables y no solo como erradicación de conductas que afectan al buen clima. Proponemos un aula de convivencia que no se entienda como aula de castigo, sino que tenga un carácter tanto paliativo como preventivo llegando a todo el alumnado. Consideramos prioritario que en este aula la prevención de conflictos y su resolución constructiva sea la clave para llegar a una buena convivencia. Para ello, se organizará el aula de convivencia en tres talleres (resolución, prevención y relajación) en los que se trabajarán diferentes habilidades socioemocionales, así como valores, con el objetivo final de mejorar la actitud del alumnado frente a los conflictos y, en consecuencia, la convivencia en el centro escolar.

PALABRAS CLAVE: Convivencia escolar, resolución de conflictos, prevención, habilidades socioemocionales, valores.

ABSTRACT

The school coexistence has usually been associated with school violence. It is normally considered that such coexistence a good coexistence if school violence rate is low or light; on the other hand, if violent episodes are repetitive and serious it is considered as bad.

This Final Degree Thesis exposes an approach for a coexistence- based classroom. It starts from a positive model, understanding improvement of the coexistence not only as an active promotion of healthy relationships but also as the eradication of the behaviours that might affect the class overall good environment. The proposed coexistence classroom is not to be understood as a punishment, but both a palliative and preventive focused atmosphere reaching all the student body. It is considered as a

priority that conflict prevention and its constructive resolution are the key points to reach a good vibe within the class.

In order to do so, the coexistence class will be separated in three main workshops (resolution, prevention and relaxation) in which different social-emotional skills, together with values, will be empowered with the aim to improve the student behaviour towards conflicts and thus the school centre life.

KEYWORDS: School coexistence, Conflict resolution, prevention, socio-emotional skills and values.

ÍNDICE

1. JUSTIFICACIÓN.....	4
2. MARCO TEÓRICO.....	6
2.1. Convivencia escolar.....	6
2.2. Programas de convivencia escolar en el contexto español.....	9
2.3. El caso del Aula de Convivencia.....	15
3. OBJETIVOS.....	17
4. PROPUESTA DE FUNCIONAMIENTO Y CREACIÓN EFICAZ DE UN AULA DE CONVIVENCIA.....	18
4.1. Objetivos específicos del Aula de Convivencia.....	18
4.2. Metodología.....	20
4.2.1. Elementos metodológicos básicos.....	20
4.2.2. Criterios y condiciones para la derivación al Aula de Convivencia.....	22
4.2.3. Procedimiento de derivación al Aula de Convivencia.....	27
4.2.4. Cronograma.....	27
4.2.4. Instalaciones y material didáctico para el funcionamiento del Aula de Convivencia.....	30
4.3. Contenidos a tratar en el Aula de Convivencia.....	30
4.3.1. Habilidades Sociales.....	31
4.3.2. Habilidades Emocionales.....	32
4.3.3. Promoción de valores de convivencia. Las 24 fortalezas de Seligman. ...	33
4.4. Desarrollo de los Talleres. Prevención, Resolución y Relajación.....	35
4.4.1. Taller “Aprendemos a convivir”.....	35
4.4.1. Taller de Resolución de conflictos.....	65
4.4.2. Taller de Relajación.....	69
5. CONCLUSIONES.....	77
6. BIBLIOGRAFÍA.....	81
ANEXOS.....	83
ANEXO 1.....	83
ANEXO 2.....	84
ANEXO 3.....	87
ANEXO 4.....	88
ANEXO 5.....	89
ANEXO 6.....	90
ANEXO 7.....	90

1. JUSTIFICACIÓN

Nuestro camino por la escuela no se basa únicamente en aprender el contenido de los libros, o en saber hacer un trabajo. La escuela se considera, tras la familia, el segundo ámbito de aprendizaje y socialización en los niños y niñas. Así, con esta propuesta, pretendemos que nuestros alumnos/as conozcan un lugar en la escuela donde resolver conflictos además de aprender métodos para entablar amistad y que esto, a su vez, les sirva para interactuar fuera del contexto escolar, acompañando así con esta propuesta a las familias en la labor de socialización, creando un contexto que permita el aprendizaje de habilidades para la convivencia.

Para muchos alumnos/as, la escuela es el único o el mayor contexto donde interactúan con iguales de diferentes costumbres o valores. En sus primeras interacciones en la escuela, muchos discentes no saben cómo actuar frente a determinados conflictos, e incluso optan por la violencia para resolverlos. Hoy día, la convivencia escolar se presenta como un tema de actualidad, incluso como una nueva área educativa. Por ello, en el presente Trabajo de Fin de Grado optaremos por hacer una propuesta de aula de convivencia. Esta propuesta se relaciona directamente con algunas de las competencias propuestas en el Grado de Educación Primaria de la Universidad de Sevilla, como son:

- Diseñar y gestionar espacios e intervenciones educativas en contextos de diversidad que atiendan a la igualdad de género, la equidad y el respeto a los derechos humanos como valores de una sociedad plural.
- Generar y mantener un clima positivo de convivencia escolar basado en el respeto a las diferencias individuales, en las relaciones interpersonales y en la participación democrática en la vida del aula y del centro, así como afrontar de forma colaborativa situaciones problemáticas y conflictos interpersonales de naturaleza diversa.

En este proyecto ponemos en práctica estas competencias haciendo una propuesta propia de aula de convivencia, basada en la Psicología Positiva, entre otros modelos teóricos que abogan por trabajar desde temprana edad no solo el aprendizaje de

habilidades socioemocionales, sino también los valores de partida en los que estas habilidades se asientan.

Por este motivo, nuestra propuesta estará enfocada a un aula de convivencia para Educación Primaria en la que se trabaje de manera más preventiva que paliativa. Veremos a lo largo del trabajo que en el proceso de investigación nos hemos encontrado con muchos más modelos de aula de convivencia en secundaria que en la etapa de primaria, ya que se establece la necesidad de crearla cuando mayor es el problema, de ahí que este recurso se presente con frecuencia en momentos en los que se hace insostenible la convivencia y donde los conflictos están más presentes.

En el momento de abordar el trabajo, nos posicionaremos de forma realista en la situación escolar, teniendo en cuenta a la hora de elaborar nuestra propuesta cuánto tiempo tendríamos para desarrollarla, dónde se podría llevar a cabo, etc. También seremos conscientes, de que la elaboración de un aula de convivencia que abarque todos los ámbitos de intervención y todas las edades es una tarea que supera a un trabajo de esta dimensión. Este motivo nos llevó a la creación de un TFG en pareja que permitiera hacer una propuesta más elaborada, coordinada e integral de lo que podríamos haber hecho por separado.

Como futuras docentes, abogamos por una educación en la que la enseñanza de valores y habilidades socioemocionales sea una competencia más a adquirir en la escuela. De acuerdo con Roy Disney, “No es difícil tomar decisiones cuando sabes cuáles son tus valores”.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Convivencia escolar

Cuando hablamos de convivir nos referimos a toda relación humana que suponga interacción entre dos o más personas. Es un término fácil de entender, sin embargo, no siempre es igual de fácil llevarlo a cabo ya que, entre los individuos que interactúan, pueden existir diferencias como la edad, el sexo, las creencias, los sentimientos, el carácter, etc. Como señalan Bravo y Herrera (2011), comenzamos conviviendo con aquellos que constituyen nuestro núcleo familiar y conforme crecemos nos vamos incorporando a nuevos grupos que despliegan su actividad en escenarios diferentes, como la escuela.

Cada modelo de convivencia comporta diferentes variables, tales como determinados valores, formas de organización, sistemas de relación, pautas para afrontar los conflictos, formas lingüísticas, modos de expresar los sentimientos, expectativas sociales y educativas, maneras de ejercer el cuidado, etc. Jares (2006), señala que son cinco los factores que conformarían la actual situación de la convivencia y que, de forma directa o indirecta, podrían influir en la convivencia escolar:

1. El sistema económico-social, fundamentado en el triunfo a cualquier precio, la primacía del interés económico y la consideración de los seres humanos como recursos o medios y no como fines.
2. El menoscabo del respeto y los valores básicos de convivencia, lo que siempre se ha llamado educación básica o urbanidad, consecuencia del tipo de sociedad en la que vivimos –cada vez más individualista, consumista, deshumanizada, etc. – y de los cambios culturales en las relaciones sociales.
3. La mayor complejidad y heterogeneidad social, consecuencia de la globalización y el paso de ser un país exportador de emigrantes a ser un país receptor.
4. La pérdida del liderazgo educativo de los dos sistemas tradicionales de educación, la familia y el sistema educativo, que en buena medida se explica por los cambios sociales, la transformación del papel de ambos sistemas, el empuje y

paulatino protagonismo de los medios de comunicación, el desconcierto y un claro descompromiso en sectores significativos de las familias y el profesorado.

5. La mayor aparición y visibilidad de la violencia, hasta tal punto de que en determinados sectores sociales se presenta como signo de identidad de determinadas culturas grupales y de comportamientos sociales. En este sentido, preocupa cada vez más el descenso en la edad de los actores violentos.

Desde hace unos años, es frecuente ver en los medios de comunicación diferentes tipos de conflictos en las escuelas que surgen de una mala convivencia en los centros educativos. Problemas por conductas disruptivas, indisciplina en las relaciones entre profesores y discentes, absentismo escolar, desinterés académico, etc. han provocado que desde el establecimiento de la LOE (2006), se incluyan explícitamente en la ley principios de convivencia escolar. Así encontramos tanto en la LOE (2006) como en la LOMCE (2013), el artículo 124, las normas de organización, funcionamiento y convivencia, en el que se expresa:

1. Los centros elaborarán un plan de convivencia que incorporarán a la programación general anual y que recogerá todas las actividades que se programen con el fin de fomentar un buen clima de convivencia dentro del centro escolar, la concreción de los derechos y deberes de los alumnos y alumnas y las medidas correctoras aplicables en caso de su incumplimiento con arreglo a la normativa vigente, tomando en consideración la situación y condiciones personales de los alumnos y alumnas, y la realización de actuaciones para la resolución pacífica de conflictos con especial atención a las actuaciones de prevención de la violencia de género, igualdad y no discriminación.

2. Las normas de convivencia y conducta de los centros serán de obligado cumplimiento, y deberán concretar los deberes de los alumnos y alumnas y las medidas correctoras aplicables en caso de incumplimiento, tomando en consideración su situación y condiciones personales.

Las medidas correctoras tendrán un carácter educativo y recuperador, deberán garantizar el respeto a los derechos del resto de los alumnos y alumnas y procurarán

la mejora en las relaciones de todos los miembros de la comunidad educativa.

Las medidas correctoras deberán ser proporcionadas a las faltas cometidas. Aquellas conductas que atenten contra la dignidad personal de otros miembros de la comunidad educativa, que tengan como origen o consecuencia una discriminación o acoso basado en el género, orientación o identidad sexual, o un origen racial, étnico, religioso, de creencias o de discapacidad, o que se realicen contra el alumnado más vulnerable por sus características personales, sociales o educativas tendrán la calificación de falta muy grave y llevarán asociada como medida correctora la expulsión, temporal o definitiva, del centro.

Las decisiones de adoptar medidas correctoras por la comisión de faltas leves serán inmediatamente ejecutivas.

3. Los miembros del equipo directivo y los profesores y profesoras serán considerados autoridad pública. En los procedimientos de adopción de medidas correctoras, los hechos constatados por profesores, profesoras y miembros del equipo directivo de los centros docentes tendrán valor probatorio y disfrutarán de presunción de veracidad «iuris tantum» o salvo prueba en contrario, sin perjuicio de las pruebas que, en defensa de los respectivos derechos o intereses, puedan señalar o aportar los propios alumnos y alumnas.

4. Las Administraciones educativas facilitarán que los centros, en el marco de su autonomía, puedan elaborar sus propias normas de organización y funcionamiento.

Siguiendo a Rubiano y Carretero (2008), la convivencia en el ámbito escolar es el proceso mediante el cual aprendemos todos los miembros de la comunidad educativa a vivir con los demás. Es un proceso basado en el descubrimiento del otro, en entender y aceptar que nuestro marco de referencia vivencial no es el único posible ni necesariamente el más adecuado, pero sí valioso, en el que el respeto, la valoración de la diversidad y la comunicación adquieren un papel fundamental.

Para Lanni (2003), convivencia y aprendizaje van cogidos de la mano. Para que el aprendizaje sea posible, los intercambios entre toda la institución (alumnos, docentes y padres) deben construirse cotidianamente, mantenerse y renovarse cada día, según

determinados valores. Sólo cuando en una institución escolar se privilegian la comunicación, el respeto mutuo, el diálogo, la participación, recién entonces se genera el clima adecuado para posibilitar el aprendizaje.

2.2. Programas de convivencia escolar en el contexto español

En España existen diferentes programas enfocados a la lucha contra la violencia escolar en los que también se trabajan intentos de mejora para que exista un buen clima escolar en los centros educativos. Según la página web del Ministerio de Educación, Cultura y Deportes, entre los programas y proyectos sobre convivencia escolar que más se trabajan en España son los descritos en la siguiente tabla:

Tabla 1

Programas y proyectos sobre convivencia escolar en España

PROGRAMAS (AÑO DE INICIO- AÑO DE FINALIZACIÓN)	EDAD	PAÍSES O CIUDADES QUE PARTICIPAN	DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA
PROYECTO EU KIDS ONLINE (2006 - Actualmente)	Alumnos/a s entre 9- 16 años	28 países de la UE Australia, Brasil, Noruega y Rusia	Uso que le dan los menores al teléfono móvil, así como sus padres, qué oportunidades tienen cuando usan el móvil y qué riesgos podemos encontrar.
PROGRAMA MUS-E (1994 - Actualmente)	Alumnos/ as entre 6-16 años	11 países de la UE Israel, Brasil y Kosovo	La finalidad del programa es el trabajo de las Artes, en el ámbito escolar, como herramienta que favorece la integración social, educativa y cultural de los alumnos/as, mejorando su rendimiento en el aula.

<p>PROGRAMA KiVa (2007 - Actualmente)</p>	<p>Unidad I (6-9 años)</p> <p>Unidad II (10-12 años)</p> <p>Unidad III (13-16 años)</p>	<p>Países de la UE</p> <p>Argentina, Colombia, Perú y México</p>	<p>Programa finlandés de prevención de la intimidación. Cuenta con planes específicos para niños que han participado en una intimidación (acosados, acosadores y testigos).</p>
<p>PROGRAMA BUENTRATO (1996 - Actualmente)</p>	<p>Alumnos/a s entre 6- 16 años</p>	<p>Lima</p> <p>En 2011 se trabajó en 6 CCAA de España</p>	<p>Actúa en casos de dificultades en la convivencia escolar: conflictos entre iguales, problemas de comunicación y escucha, acoso escolar, racismo y xenofobia, problemas por drogas, anorexia, bulimia, redes sociales, etc.</p>
<p>PROGRAMMES L'ENSEIGNEME NT MORAL ET CIVIQUE (2015 - Actualmente)</p>	<p>Alumnos/ as entre 6-16 años</p>	<p>Francia</p>	<p>Actúa para intentar que los estudiantes adquieran una conciencia que le permita comprender, respetar y compartir los valores humanistas de solidaridad, respeto y responsabilidad.</p>
<p>PROYECTO RELACIONA (1999 - Actualmente)</p>	<p>Alumnos/a s entre 6- 16 años</p>	<p>España</p>	<p>Su objetivo es promover la reflexión sobre la convivencia social y la superación de la violencia de género en los centros educativos, y apoyar acciones de educación en igualdad.</p>
<p>MYBULLYING</p>	<p>Alumnos/a</p>		<p>Herramienta online que detecta el acoso</p>

(2005 - Actualmente)	s entre 9-16 años	Comunidad de Madrid	escolar. El programa genera un mapa social de la clase y propone medidas para evitar el aislamiento de los estudiantes más vulnerables.
ARBAX (2012 - 2013)	Alumnos/as entre 10 y 16 años	Dirigido por la Xunta de Galicia	Plataforma online que busca acabar con el bullying, especialmente enfocado al acoso racial. Va dirigido tanto a los alumnos/as como a todas las personas involucradas en la actividad educativa.
NI OGROS NI PRINCESAS (2008 - Actualmente)	Alumnos/as entre 12 y 16 años	Principado de Asturias	Programa que se lleva a cabo en la mayoría de centros de Secundaria del Principado de Asturias. Tiene una guía para cada curso de Secundaria para trabajar la educación afectivo-sexual desde la salud y el placer.
COMPETENCES FOR DEMOCRATIC CULTURES (2015 - actualmente)	Alumnos/as entre 12 y 16 años	UE	Es un nuevo marco de referencia para la ciudadanía democrática y la competencia intercultural, creado por el Departamento de Educación del Consejo de Europa. Pretende que sea utilizado en la enseñanza y en la planificación educativa.

Elaboración propia, basada en el apartado de convivencia escolar del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte

Analizando la finalidad de los diferentes programas que más se usan en los centros escolares de nuestro país, encontramos que:

- El 60% tratan exclusivamente conductas disruptivas, mayoritariamente casos de bullying y cyberbullying.

- El 30% pretenden inculcar a los discentes valores como la solidaridad, ciudadanía, la integración social, etc. Debemos de apuntar, que estos programas provienen de otros países y apenas hay datos de que se estén llevando a cabo en demasiados centros educativos de España.
- El 10% desarrolla guías educativas para trabajar temas como puede ser la educación afectivo-sexual.

Sin querer poner en duda la eficacia de estos programas, podemos extraer conclusiones de ellos, tales como que en España se confunde el término convivencia escolar con violencia escolar, que se trabaja más la prevención y resolución de conductas disruptivas que el intento de dotar al alumno de instrumentos necesarios para el autocontrol de su conducta.

En la siguiente tabla, vemos una división de los programas escolares de convivencia según la finalidad del programa, a quién va dirigido y qué contenidos se trabajan. Con el primero nos referimos a si tienen un carácter preventivo o se llevan a cabo cuando el problema ya ha empezado; según a quién va dirigido, si los programas actúan con un solo sujeto, con las personas implicadas en el problema o con todos los discentes; en la última división, veremos si se trabajan habilidades sociales, competencias emocionales y/o las virtudes que se trabajan en la psicología positiva.

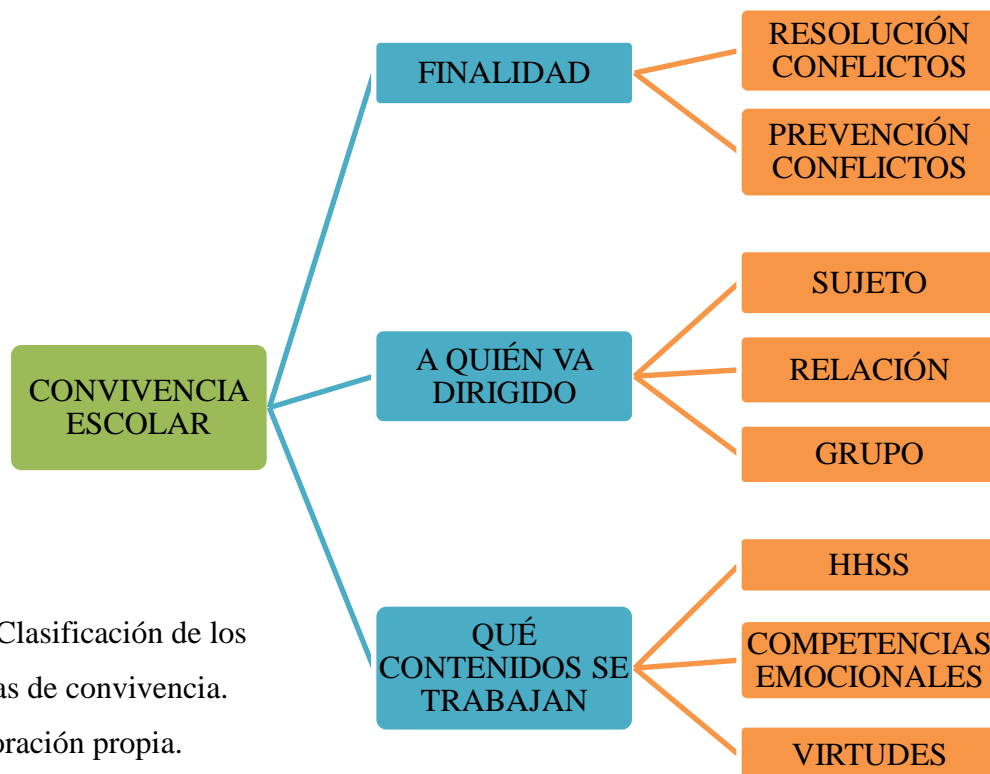


Figura 1. Clasificación de los programas de convivencia.

Elaboración propia.

En cuanto a la finalidad de estos programas, encontramos que un 40% entra en acción cuando el conflicto ya se ha producido, frente al 60% que intenta prevenir estos conflictos. A pesar de ser un resultado bueno, aunque mejorable, hay que decir que todos estos programas no se dan en todos los centros españoles, por lo que habría que ver de qué manera se trabajan estos conflictos en los centros que no recurren a estos programas.

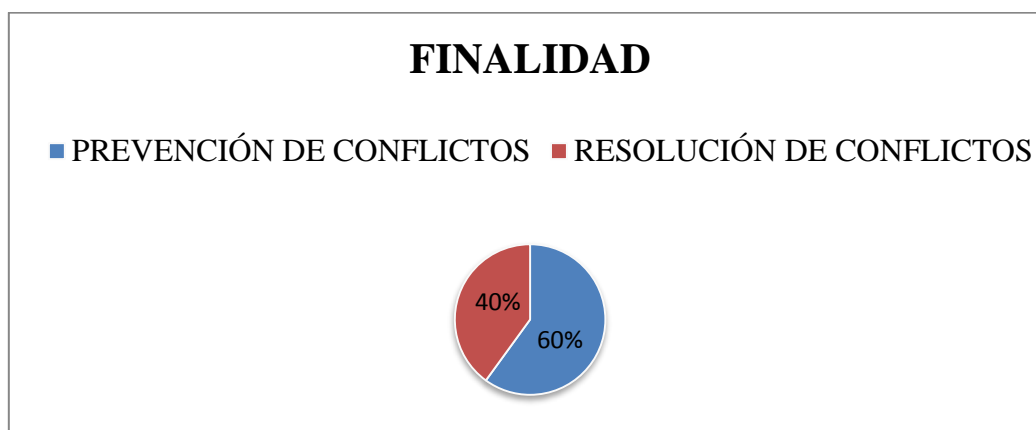


Figura 2. Finalidad de los programas de convivencia escolar en España,
Elaboración Propia.

Por otro lado, también sorprenden los resultados en cuanto a quién van dirigidos estos programas. Más de la mitad de ellos, prestan atención a todos los individuos del centro, sin necesidad de saber quién está en conflicto y quién no lo está. Sin embargo, otros programas de convivencia escolar se centran únicamente en la persona “culpable” del conflicto, o los que tienen relación con éste. Como hemos nombrado anteriormente, no en todos los centros se imparten estos programas, por lo que consideramos que, en caso de conflicto, el sujeto es el único al que se le llama la atención, al ser la vía más rápida y fácil.

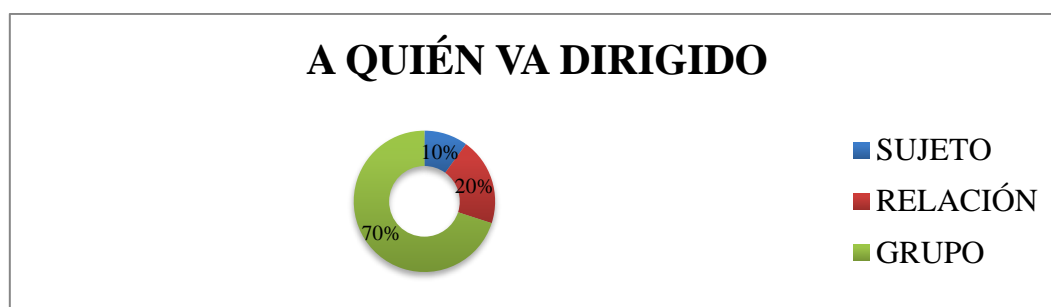


Figura 3. A quiénes van dirigidos los Programas de Educación,
Elaboración Propia.

Por último, analizamos qué contenidos se trabajan en estos programas. De acuerdo con su metodología, muchos se centran en tratar de prevenir la violencia o, incluso, dar técnicas para no repetir el conflicto, una vez dado. Sin embargo, muy pocos intentan formar en habilidades sociales o competencias emocionales para que, a la larga, estos tipos de conflictos disminuyan.

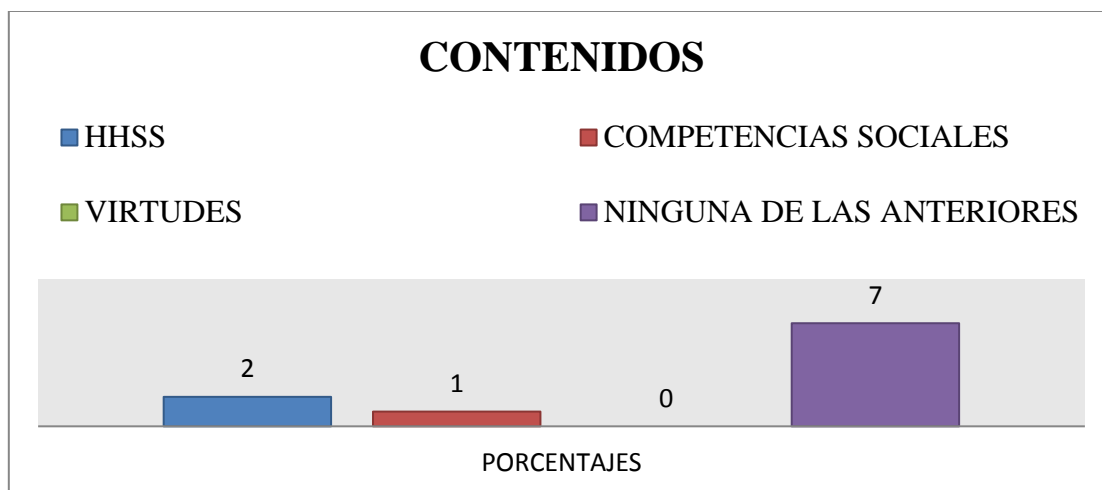


Figura 4. Contenidos en los programas de CE.

Elaboración Propia.

En la mayoría de casos, como vemos, se confunde el término convivencia escolar con violencia escolar, cuando son muchos más los aspectos que influyen en el buen funcionamiento de un centro. Hemos visto que, a pesar de utilizar programas tanto de prevención como resolución de conflictos para todos los alumnos/as de un centro, enfocamos solo en trabajar en problemas como son el bullying o el racismo dejando atrás otros problemas como la timidez, la falta de autoestima, de autocontrol, etc.

Basándonos ahora en un estudio estadounidense, queremos señalar la importancia de trabajar distintas habilidades como las sociales o las emocionales (SEL). Siguiendo el metaanálisis de Durlak y Weissberg (2007), donde realizaron 665 intervenciones educativas, se puso de manifiesto que el desarrollo de habilidades socioemocionales redujo los problemas de conductas en la escuela.

Hasta ahora, ha sido el mayor y más riguroso estudio sobre el desarrollo social y emocional de los niños. En la muestra se incluyó intervenciones tanto en las escuelas como en las familias. De esta manera, podríamos concluir reflexionando sobre cómo

podrían cambiar las escuelas españolas si los programas que se llevan a cabo en las escuelas pretendieran desarrollar habilidades socioemocionales, en vez de intentar prevenir o resolver la violencia escolar.

2.3. El caso del Aula de Convivencia

Según el artículo 25 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, los centros educativos tendrán derecho a crear aulas de convivencia para atender de forma individualizada al alumnado que se abstenga al derecho de participar en el normal desarrollo de las actividades lectivas.

Este mismo Decreto señala que en dichas aulas de convivencia se deberá favorecer un proceso de reflexión acerca de las circunstancias que han promovido la presencia en ella por parte de cada alumno o alumna, garantizando así la realización de actividades formativas que se hayan determinado con anterioridad.

Segura, Muñoz y Gil (2011) señalan que la mejora de la convivencia es el principal objetivo de estas aulas, por tanto, se deberá incluir en el Plan de Convivencia de cada centro. Además, subrayan que el aula de convivencia no deberá tener un carácter sancionador sino educativo, es decir, no se debe entender como un aula de castigo, sino como un aula en la que se ayude a los alumnos/as inmersos en ella a transformar su conducta. En la mayoría de los casos, surge la necesidad de crearlas cuando los conflictos son más latentes. Es en secundaria donde se crean con más frecuencia dado que la convivencia en estas edades es más difícil.

La mayoría de los centros tienen una imagen equivocada sobre las aulas de convivencia. Una investigación sobre Espacios de Paz en un centro educativo de Málaga, publicada en la REICE (2016) corrobora esta idea. El estudio pretendía darle voz al alumnado ya que “sin la voz del alumnado, las investigaciones pierden sustrato pedagógico y corren el riesgo de mostrar una información que olvida a los destinatarios de la tarea educativa” (Sandoval, 2011). Ante la pregunta “¿qué es el aula de convivencia?”, los discentes, en su gran mayoría la definieron como “aula de castigo”. Esto hace que se cuestione la implementación pedagógica de los docentes en las aulas de convivencia. Otros alumnos/as señalan que el aula de convivencia se trata de “un aula donde van los niños que molestan’ o ‘un aula donde van niños que no trabajan’, lo que nos lleva a

situarnos en la idea de que nos encontramos en un espacio que busca únicamente reducir conductas” (de Oña y García, 2016)

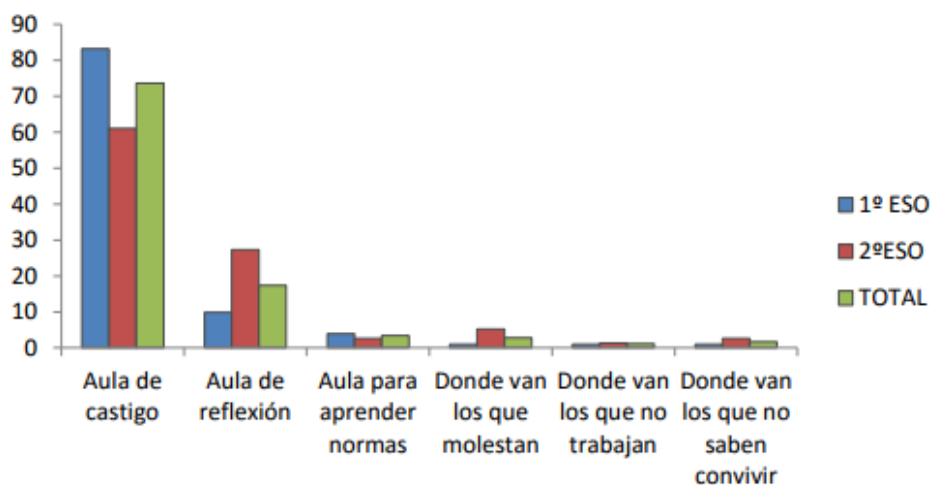


Figura 5. Respuestas de los alumnos/as a la pregunta qué es el Aula de convivencia

Fuentes: REICE

El objetivo principal que deben promover estas aulas es la adquisición de las habilidades necesarias para la resolución de los conflictos por parte de los alumnos/as, así como la mejora de las relaciones interpersonales y la correcta integración en el centro; y no ser un mero espacio de sanción donde vayan los niños/as que han tenido un comportamiento disruptivo en horario lectivo. Partiendo de la idea de que, educar a un ser humano no consiste en cargarlo de conocimientos sino convertirlo en persona, el aula de convivencia se convierte en una pieza fundamental para la educación.

Las personas tienen la cualidad de poder vivir en sociedad, ya que ser persona implica “saber relacionarse”. Algunas se han visto favorecidas al poseer de forma natural estas habilidades sociales y las aplican habitualmente sin suponerles esfuerzo alguno. Otras, sin embargo, no se han visto beneficiadas con esa cualidad, pero no podemos considerarlo motivo para desanimarse, ya que toda persona, con la ayuda necesaria, puede aprender a relacionarse bien.

Esto no es un trabajo fácil, y si los alumnos/as que acuden al aula tienen ya serios problemas de conducta, entonces el trabajo es más difícil y más largo. Pero es posible y de ahí la importancia del aula de convivencia (Segura et al., 2011). Dada la importancia del tema, instaurarla en primaria juega a favor de la convivencia escolar y evitaría muchos conflictos futuros

3. OBJETIVOS

El objetivo principal del proyecto que se presenta a continuación es la creación de un modelo de Aula de Convivencia ya que, como se ha visto en el marco teórico, la mayoría de programas de convivencia escolar se centran únicamente en evitar la violencia. Para ello, se ha querido llevar a cabo un modelo preventivo y paliativo que sirva para gestionar los conflictos del alumnado y las competencias sociales y cívicas desde el aprendizaje, en ningún caso desde el castigo.

Para crear este modelo hemos partido de los objetivos del Plan de Convivencia del Boletín oficial de la Junta de Andalucía, de la Orden del 20 de junio de 2011. Los objetivos del Plan de Convivencia, para tenerlos presentes son:

- a) Facilitar a los Órganos de Gobierno y al Profesorado instrumentos y recursos en relación con la promoción de la cultura de paz, la prevención de la violencia y la mejora de la convivencia en el Centro.
- b) Concienciar y sensibilizar a la Comunidad Educativa sobre la importancia de una adecuada convivencia escolar y sobre los procedimientos para mejorarla.
- c) Fomentar en el Centro los valores, las actitudes y las prácticas que permitan mejorar el grado de aceptación y cumplimiento de las normas y avanzar en el respeto a la diversidad y en el fomento de la igualdad entre hombres y mujeres.
- d) Facilitar la prevención, detección, tratamiento, seguimiento y resolución de los conflictos que pudieran plantearse en el Centro y aprender a utilizarlos como fuente de experiencia de aprendizaje.
- e) Facilitar la prevención, detección y eliminación de todas las manifestaciones de violencia, especialmente del acoso escolar, de la violencia de género y de las actitudes y comportamientos xenófobos y racistas.
- f) Facilitar la mediación para la resolución pacífica de los conflictos.
- g) Contribuir desde el ámbito de la convivencia a la adquisición de las competencias básicas, particularmente de las competencias sociales y cívicas y para la iniciativa y espíritu emprendedor.

- h) Fomentar y facilitar la participación, la comunicación y la cooperación de las familias.
- i) Favorecer la cooperación con entidades e instituciones del entorno que contribuyan a la construcción de comunidades educadoras.

El eje fundamental que guiará la producción del Aula de Convivencia será favorecer el desarrollo integral del alumnado del centro, atendiendo tanto a sus necesidades personales como académicas

4. PROPUESTA DE FUNCIONAMIENTO Y CREACIÓN EFICAZ DE UN AULA DE CONVIVENCIA

Como venimos observando desde el principio de este trabajo, la convivencia escolar y la solución de conflictos es un tema base en la educación íntegra del alumnado. Nos interesa sobre todo formarlos como ciudadanos y crearles competencias para saber convivir.

Por esta razón, a continuación, vamos a presentar un modelo de aula de convivencia que, siguiendo nuestros objetivos generales, va a tener no solo un carácter paliativo, sino que también preventivo e inclusivo. De esta manera, con la intención de reducir en un futuro las conductas conflictivas, no trataremos solo con los discentes que hayan tenido un conflicto, sino que se trabajará con todo el alumnado.

4.1. Objetivos específicos del Aula de Convivencia

Uno de los fines principales de la educación es la convivencia armónica y el establecimiento de un adecuado clima escolar, fines que pretendemos alcanzar con este proyecto. De esta manera, nos planteamos un Aula de Convivencia que responda a los siguientes objetivos:

- Habilitar un espacio que proporcione al alumnado las condiciones necesarias para reflexionar sobre su conducta contraria a las normas de convivencia, sobre

sus dificultades para comunicarse con los demás, sobre su conducta agresiva o pasiva con pocas o equivocadas habilidades sociales o emocionales.

- Posibilitar que aprendan a responsabilizarse de sus propias acciones, pensamientos, emociones/sentimientos y comunicaciones con los demás. Esto ayudará además a mejorar la competencia de comunicación lingüística.
- Potenciar las relaciones interpersonales de cada alumno o alumna.
- Posibilitar que el alumno o alumna se sienta competente emocional y socialmente y desarrolle por tanto las competencias sociales y cívicas y de iniciativa y espíritu emprendedor.
- Reconstruir y favorecer su autoestima y autocontrol.
- Contribuir a desarrollar valores y actitudes cooperativas, solidarias y de respeto.
- Resolver los conflictos de manera pacífica desde el diálogo y la reflexión.

La línea de actuación que planteamos destaca por tener un carácter positivo del conflicto. Esto servirá a los alumnos y alumnas para aprender realmente las habilidades sociales, emocionales y valores que les permitan evitar conflictos, peleas, agresiones y saber resolverlos de manera pacífica una vez los tengan.

Con esto queremos poner en práctica un modelo de aula con las siguientes finalidades:

- a) **Aula preventiva:** Para enseñar a los alumnos y alumnas a prever los conflictos. Se trata de proveer a los niños y niñas de herramientas, recursos y habilidades sociales y emocionales para poder evitar los conflictos y para poder detectar cuándo tienen un conflicto con otro compañero aún en fase latente y evitar que “estalle”.
- b) **Aula paliativa,** la intervención ante la crisis: Para enseñar a los alumnos y alumnas a resolver sus conflictos de manera pacífica una vez han llegado a insultarse, pelearse, despreciarse, etc.
- c) **Aula abierta e inclusiva:** Pretendemos que el Aula de Convivencia sea un espacio abierto para ayudar a los niños y niñas que acudan voluntariamente a conocer herramientas de comunicación, prevención y resolución de

conflictos. Se trata de aportar recursos al alumnado en general para mejorar las competencias sociales y cívicas y de iniciativa y espíritu emprendedor.

d) **Aula Cooperativa**, en la que se pretenderá implicar a los docentes del centro para:

- Conocer la problemática que se esconde detrás de una conducta.
- Establecer empatía con el sentir de los alumnos/as y fomentar vínculos afectivos.
- Conocer las dinámicas trabajadas en el Aula de Convivencia para poder aplicarlas de forma puntual en el aula ordinaria.
- Conocer estrategias para dar continuidad a ciertas dinámicas que se iniciaron en el aula de convivencia y que requieren ser trabajadas en el tiempo por tutores y especialistas con el alumnado implicado. Es decir, el alumnado necesita seguir recibiendo herramientas para solucionar sus conflictos o necesidades, aunque ya no acuda diariamente al aula de convivencia.

Dentro de la cooperación, también estableceremos la conveniencia de, en momentos puntuales, hacer participar a alumnos/as mediadores que faciliten la comunicación entre iguales.

4.2. Metodología

4.2.1. Elementos metodológicos básicos

La metodología a seguir en nuestro proyecto tendrá un carácter globalizador, es decir, los contenidos que abordaremos no se tratarán de forma aislada, sino que estarán relacionados entre sí. Además, destacaremos el aspecto lúdico y musical de las diferentes actividades, sirviéndoles como incentivo motivador, procurando crear un ambiente cordial y acogedor para que los alumnos/as adquieran la suficiente confianza como para impulsar su máximo desarrollo.

De acuerdo con Monjas y González (1998), en nuestra propuesta utilizaremos algunas técnicas conductuales, que se reconocen como las más empleadas para modificar las habilidades sociales, acompañadas de técnicas cognitivas.

Tabla 2

Elementos metodológicos básicos para trabajar las HHSS

TÉCNICAS COGNITIVO-CONDUCTUALES

<p>Modelado e imitación</p>	<p>Entendido como la exposición de un modelo, ya sea en vivo o mediante una grabación, que muestre de forma correcta la conducta que se pretende adquirir, permitiendo el aprendizaje al observar ese modo de actuación. Pese a ser una forma correcta de actuar, le deberemos de aclarar a nuestro alumnado que la conducta del modelo no es la única posible, sino que es una forma de enfocar una situación particular.</p>
<p>Ensayo de conducta</p>	<p>También conocido como role-playing, es una técnica fácil y útil con la que el alumnado representará maneras convenientes y prácticas de afrontar las situaciones de la vida real que son problemáticas para ellos. Mediante la práctica continuada del role-playing los alumnos/as indagarán los sentimientos, actitudes, valores y percepciones que influyen en su conducta a la vez que se sienten formados a descubrir y aceptar el rol de los demás (Martín,1992)</p>
<p>Reestructuración cognitiva</p>	<p>Técnica con la que el alumno identificará y cuestionará sus pensamientos, procurando cambiarlos por otros, de tal forma que la perturbación emocional y conductual. Es una técnica de autoayuda que puede ser utilizada por prácticamente todas las personas para disminuir o eliminar reacciones emocionales no deseadas (Ellis, 1981).</p>

Técnicas de autocontrol	Entendida como el camino para tener la capacidad de regular las emociones, los pensamientos y el comportamiento frente a los impulsos. Se aprenderá a planificar, conocer alternativas y evitar responder a impulsos inmediatos de los que después nos arrepentimos.
Entrenamiento en resolución de conflictos	La meta del entrenamiento en resolución de problemas (ERP) es ayudar a la persona a identificar y resolver los problemas actuales de su vida que son antecedentes de respuestas desadaptativas y, al mismo tiempo, caso de ser necesario, enseñar a la persona habilidades generales que le permitirán manejar más eficaz e independientemente futuros problemas (D'Zurilla, 1993).
Técnicas de relajación y de respiración	Técnicas para trabajar la calma y la tranquilidad, y reconocer el estrés y la preocupación. Estarán basadas en el modelo de relajación progresiva de Jacobson, por lo que se regulará el autocontrol emocional y físico.

Elaboración propia

4.2.2. Criterios y condiciones para la derivación al Aula de Convivencia

El aula de convivencia se ha entendido como un espacio abierto no solo a la prevención y a la paliación, sino también a la cooperación e inclusión. Por esta razón, en nuestra Aula encontraremos tanto alumnos/as derivados a ésta por motivos disruptivos, así como alumnos/as con problemas tanto interpersonales como intrapersonales. También veremos el beneficio de que en el aula puedan participar alumnos/as de carácter voluntario y la implicación docente y familiar. De esta forma, encontramos:

A. Alumnado con conductas disruptivas:

- a) Alumnos o alumnas que han incumplido alguna de las normas de convivencia, muestran conductas disruptivas en general (sean leves, más o

menos graves, graves o muy graves) y que el tutor, considere como medida correctora el ingreso en el Aula de Convivencia. Serán alumnos/as que suelen entrar en conflicto con facilidad y los alumnos/as con conductas disruptivas más graves a los que le han puesto un parte de incidencia con anterioridad. Acuden todos/as con el documento para ingreso en el Aula de Convivencia relleno por el tutor (ANEXO 1).

- b) Alumnos o alumnas a los que, aun no siendo habitual en ellos o ellas, les han puesto una medida disciplinaria por conductas disruptivas. Necesitará seriamente reflexionar sobre su comportamiento y aprender con actividades formativas, habilidades para evitar sus conductas disruptivas. Acuden con el documento para ingreso en el Aula de Convivencia relleno por el tutor.

En estos dos casos, el protocolo de ingreso en el Aula de Convivencia se hará en función de la siguiente tabla, donde el maestro decidirá la sanción. En negrita se ha señalado el aspecto cambiante en cada nivel.

Tabla 3

Protocolo de ingreso en el Aula de Convivencia

ACCIÓN	SANCIÓN
Leve	<ul style="list-style-type: none"> • Amonestación oral inmediata. • Apercibimiento por escrito. • Registro en el cuaderno de incidencias de la tutoría. • Son acumulables para el ingreso en el aula de convivencia o ingreso en el Aula de Convivencia si el maestro – tutor/a junto con el especialista lo consideran. • Notificación a las familias en la agenda.
Más o menos grave (o leve reincidente)	<ul style="list-style-type: none"> • Registro en el cuaderno de incidencias de la tutoría.

	<ul style="list-style-type: none"> • Amonestación oral inmediata. • Apercibimiento por escrito. • Si el maestro/a no es tutor, se lo comunica al mismo para que notifique a las familias de forma obligatoria. • Son acumulables para el ingreso en el aula de convivencia o ingreso en el Aula de Convivencia si el maestro – tutor/a junto con el especialista lo consideran.
Suficientemente grave	<ul style="list-style-type: none"> • Amonestación oral inmediata complementaria. • Registro en el cuaderno de incidencias de la tutoría. • Si el maestro implicado no es tutor, se lo comunica al mismo/a para que notifique a las Familias de forma obligatoria. • Ingreso automático en el Aula de Convivencia con una duración mínima de una o dos semanas completas. • Exhaustiva evaluación para poder salir del Aula de Convivencia.
Muy grave o grave reincidente	<ul style="list-style-type: none"> • Amonestación oral inmediata complementaria. • Registro en el cuaderno de incidencias de la tutoría. • Apartado de clase inmediatamente, cambio al aula próxima. • Notificación a la Jefa de Estudios según modelo informativo de la conducta disruptiva. • Ingreso en el Aula de Convivencia si la Jefa de Estudios lo considera.

	<ul style="list-style-type: none"> • Si el maestro implicado/a no es tutor, se lo comunica al mismo para que notifique a las Familias de forma obligatoria. • Se llama a la Familia por teléfono para que asista al Centro y se le informará de la acción disruptiva y para que presente las posibles alegaciones.
--	---

Elaboración propia

Además, se contará con un listado que tendrá cada tutor/a en su clase y que contendrá las acciones disruptivas y su consiguiente valoración en leves, más o menos graves, graves y muy graves (ANEXO 2).

B. Alumnado recomendado por el profesorado o por iniciativa propia para mejorar las competencias sociales y cívicas y de iniciativa y espíritu emprendedor:

- a) Alumnos o alumnas a los que el tutor, sus familias o el profesorado responsable del Aula de Convivencia, recomienda asistir a este Aula para adquirir estrategias de educación emocional y habilidades sociales y/o para aprender mejor a resolver sus conflictos.
- b) Alumnos y alumnas de Primaria en general que quieran acudir voluntariamente al Aula de Convivencia para aprender a relacionarse mejor con los demás, a controlar sus emociones, a reflexionar sobre su estado de ánimo o estado emocional, a mejorar su comportamiento, etc. Dichos alumnos podrán acudir siempre y cuando no haya que atender casos disruptivos y hasta que el aforo del aula lo permita.

C. Participación del profesorado y de las familias en el Aula de Convivencia

Para que un cambio de conducta sea efectivo debe haber conexión entre distintos agentes. Por ello, veremos la importancia de la implicación docente y familiar en la resolución de conflictos. En el cambio deben incluirse también, contextos naturales en los que se desarrollen esas conductas como el hogar, el parque donde suelen jugar, etc.

a) Implicación docente

Es importante que el profesorado tenga un papel activo en el Aula de Convivencia, pues en muchos casos el docente estará implicado de manera directa o indirecta en el conflicto y en la resolución del mismo.

“Atendemos las necesidades, no las posturas”. Con ello, queremos destacar la importancia de abordar e identificar “las necesidades” de cada una de las partes que acuden al Aula de Convivencia. Si nos centramos sólo en las posturas corremos el riesgo de generar conflictos innecesarios. Por tanto, es necesario que cuando se presente una situación problemática todas las personas sepamos identificar la necesidad que tenemos y no nos ocupemos únicamente de defender una postura. El siguiente cuento explica muy claramente esto.

“Dos hermanas se peleaban por una naranja. Una decía que era de ella “por ser la mayor”, la otra decía que era de ella por ser la más fuerte. Discutieron acaloradamente sin ponerse de acuerdo. Finalmente, tomaron un cuchillo, cortaron la naranja y cada una tomó su mitad. Una la exprimió y tiró la cáscara; la otra tiró la pulpa y con la cáscara hizo un dulce.” (Rozenblum, 1998, pág. 151).

Cuando se presente una situación de conflicto entre profesorado y alumnado o problemas de relación entre los mismos, ambos deberán acudir al Aula de Convivencia para realizar dinámicas que mejoren la situación conflictiva. Esta decisión se toma porque es imposible mejorar una relación de maestro/a-alumno/a sin que se establezca un acercamiento de las posturas de ambos. Además, las técnicas para mejorar determinadas conductas necesitan de la participación de ambas partes para que se produzca una situación empática entre ellas y un conocimiento más profundo de la otra persona en situaciones diferentes a las del aula ordinaria. Del mismo modo, cuando un alumno/a acude por problemas personales relacionados con la gestión emocional es necesario que el maestro/a siga la línea de trabajo que se acuerde con él en el Aula de Convivencia. Por ejemplo: es inútil trabajar dinámicas para mejorar la agresividad si el maestro no sigue una línea de diálogo, consenso, etc.

Los profesores que participen en la gestión del Aula de Convivencia formarán un equipo coordinado en el que se irán turnando de manera que siempre sean dos los que estén a cargo del aula, llevando a cabo programas completos. Por otro lado, los

profesores/as que lo deseen pueden acudir en el momento que quieran a conocer el trabajo que se está realizando con su alumnado. El Aula estará abierta a la participación, sugerencias del profesorado y a la elaboración de recursos para esta aula.

b) Atención a las familias.

En caso de que un alumno realice una acción muy grave o grave incidente, los responsables del Aula de Convivencia podrán citarse con las familias para informarle del conflicto y presentarle la manera de solucionarlo.

Además, la familia tendrá un papel activo en el taller de resolución de conflictos, ya que en más de una ocasión los alumnos/as integrantes deberán trabajar en casa con el material proporcionado por el/la encargado/a del Aula de Convivencia.

4.2.3. Procedimiento de derivación al Aula de Convivencia

Una vez seleccionado el alumnado que asistirá al Aula de Convivencia se llevarán a cabo los diferentes tipos de registro necesarios para la intervención.

1. Registro de la comunicación a las familias. En él se detallará las habilidades a trabajar y el tiempo que permanecerá cada alumno/a. Será firmado y devuelto al centro por las familias (ANEXO 3)
2. Registro de los partícipes del taller. Se rellenará por el profesorado del Aula de Convivencia a partir de la información de los tutores/as. En este documento se registrará todo el alumnado que acuda conjuntamente al taller del mes (ANEXO 4)
3. Registro del trabajo diario. Cada día se llevará un registro en un cuaderno preparado como “Diario del Aula de Convivencia” del alumnado que asiste, el profesorado que lo atiende y las actividades, técnicas o talleres trabajados. Así como propuestas de mejoras para futuros grupos.

4.2.4. Cronograma

La estructura general de nuestro proyecto, además de adaptarse a las necesidades de cada alumno/a, pretende ser clara y práctica. La temporalización de dichos talleres será

de un trimestre e irá dirigido a grupos de 20-25 alumnos/as del mismo ciclo, como máximo.

En este Aula de Convivencia se favorecerá un proceso de reflexión por parte del alumnado en el que entienda las circunstancias que le han llevado a estar allí, ya sea por indicación del profesorado o por decisión propia. Por un lado, se realizará el taller “Aprendemos a Convivir”, en el que se pretende potenciar las habilidades socioemocionales, entre ellas, técnicas de resolución de conflictos; por otro lado, se habilitará un espacio semanal para realizar el taller de resolución de conflictos con el objetivo de solventar las diferentes situaciones que se planteen. Finalmente, se propondrá un taller de relajación que sirva como toma de conciencia del contenido aprendido en los otros talleres y el aprendizaje de técnicas de relajación que ayuden a regular el autocontrol.

Organización de la semana

La preparación de cada semana por los responsables del Aula de Convivencia será los lunes, de esta manera la atención al alumnado será de martes a viernes.

Tabla 4

Temporalización del Aula de Convivencia

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Organización de la semana	“Aprendemos a convivir”	“Aprendemos a convivir”	Resolución de conflictos	Relajación

Elaboración propia

- **LUNES:** Los lunes no habrá atención al alumnado porque se destinará este tiempo a organizar y detallar las actividades de los talleres así como de las actividades que se vayan a hacer para resolver los conflictos del jueves por parte del profesorado del Aula de Convivencia.
- **MARTES Y MIÉRCOLES:** Taller “Aprendemos a convivir”, enfocado a la prevención y resolución pacífica de conflictos, así como en la formación en competencias sociales-cívicas y de iniciativa y espíritu emprendedor con grupos de hasta 25 alumnos/as del mismo ciclo.

Creemos que la realización de dicho taller, dos veces en semana, durante un trimestre es suficiente para iniciarlos en estas competencias, no cansarlos y poder atender a los niños/as de otros ciclos que lo necesiten los siguientes trimestres.

Tabla 5

Temporalización del taller “Aprendemos a convivir”

TRIMESTRE													
Duración	Dos semanas				Un mes aprox.				Mes y medio aprox.				
Bloque	I				II				III				
Sesiones	1ª	2ª	3ª	4ª	1ª	2ª	3ª	Prácticas	1ª	2ª	3ª	Prácticas I	Prácticas II

Elaboración propia

- **JUEVES:** Día destinado a la resolución de conflictos sucedidos durante esta semana o la semana anterior por recomendación de los tutores o jefe de estudio, bien porque sea necesario o bien porque acudan por sanción impuesta.

En caso de un conflicto entre dos o más alumnos/as, es importante que acudan para aprender a resolver los conflictos entre ellos (mejorar la comunicación, ver el estilo de comportamiento que toma cada uno, etc.). Así mismo cuando se produzcan situaciones que afecten al profesorado (interrupciones en clase, conductas disruptivas continuas, no aceptación de normas, desafíos, etc.) o a la relación profesor/alumno, el maestro/a implicado/a deberá acudir también al Aula de Convivencia con el fin de mejorar la relación entre ambos o la problemática en cuestión.

- **VIERNES:** Ejercicios variados de relajación. Acudirán de forma obligatoria los alumnos/as que hayan asistido al Taller de Resolución de conflictos, así como niños/as voluntarios/as y recomendados por los responsables del Aula de Convivencia o sus tutoras/es.

Los alumnos/as que tengan alguna conducta contraria importante que haya que atender de inmediato, especialmente las conductas disruptivas graves, deben acudir al Aula de Convivencia el mismo día o al día siguiente por indicación del tutor. Si se está realizando el taller de “Aprendemos a Convivir” en esos días y se incorporarán a ellos. Si necesitan atención individualizada se le atenderá por uno de los profesores

responsables del Aula de Convivencia mientras que el otro profesor/a imparte el taller con los otros 20-25 alumnos/as.

4.2.4. Instalaciones y material didáctico para el funcionamiento del Aula de Convivencia

El Aula de Convivencia se ubicará en un aula específica del centro, estando activa en la hora del recreo. Este aula deberá contar con recursos propios para poder desarrollar diversos talleres. Para ello, lo ideal sería que contara con materiales como: alfombras, pelotitas de relajación, títeres, el equipo de música, espejos, etc.

Materiales propios del Aula de Convivencia:

- Registros de los alumnos/as que acuden al Aula de Convivencia (los tres tipos de registro).
- Diversas técnicas elaboradas de prevención y resolución de conflictos, reconocimiento de pensamientos y emociones.
- Programación de los talleres con los objetivos, contenidos y actividades.
- Cuentos sobre valores y habilidades emocionales y sociales.
- Material fungible para el alumnado: Rotuladores gordos, finos y ceras gordas; lápices, gomas, sacapuntas; cartulinas y material de elaboración

4.3. Contenidos a tratar en el Aula de Convivencia

Como vimos al principio de este trabajo, prácticamente todos los programas de convivencia escolar que se dan en España trabajan la convivencia escolar limitándose a generar actuaciones para evitar la violencia. Sin embargo, hemos visto que la convivencia escolar aborda muchos más aspectos aparte de la violencia.

Por otro lado, basándonos en investigaciones de Durlak y Weisberg (2007) sobre los programas SEL, podemos afirmar que el desarrollo de habilidades socioemocionales reduce en gran medida los problemas de conducta que vemos en los centros escolares. Es así por lo que en el Aula de Convivencia queremos ver la convivencia escolar desde una visión positiva y no negativa.

De esta forma, los contenidos elegidos para trabajar en el Aula de Convivencia se centrarán en la promoción de las diferentes habilidades sociales y las competencias socioemocionales, siguiendo la estructura del programa de habilidades sociales de Inés Monjas (1999) y la propuesta de Saarni (1999), el desarrollo de la competencia emocional. Además, se incorporarán contenidos de desarrollo moral en la línea de la propuesta realizada por Seligman en el modelo de aula de convivencia (Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador, 2012).

4.3.1. Habilidades Sociales

El Programa PEHIS (Programa de Habilidades de Interacción Social) comprende treinta habilidades de interacción social agrupadas en seis áreas. Se ha tenido especial cuidado en seleccionar habilidades y comportamientos que sean relevantes, significativos y funcionales para el niño en los escenarios sociales en los que se mueve; es decir, comportamientos que sean útiles para funcionar adecuadamente, comportamientos que promuevan resultados socialmente importantes para el sujeto, que incrementen la probabilidad de interacciones recíprocas positivas y, finalmente, comportamientos que los padres y profesores consideren importantes (Monjas, 1999). Así, encontramos las habilidades sociales divididas en:

Tabla 6

Contenidos sobre las habilidades de interacción social

<p>Área 1 Habilidades básicas de la interacción social.</p>	<p>Área 4 Habilidades relacionadas con las emociones, sentimientos y opiniones</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Sonreír y Reír - Saludar - Presentaciones - Favores - Cortesía y Amabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> - Autoafirmaciones positivas - Expresar emociones - Recibir emociones - Defender los propios derechos - Defender las propias opiniones
<p>Área 2. Habilidades para hacer amigos</p>	<p>Área 5. Habilidades de solución de problemas</p>

	interpersonales
<ul style="list-style-type: none"> - Reforzar a los otros - Iniciadores sociales - Unirse al juego con otros - Ayuda - Cooperar y compartir 	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar problemas interpersonales - Buscar soluciones - Anticipar las consecuencias - Elegir una solución - Probar la solución
Área 3	Área 6
Habilidades conversacionales	Habilidades para relacionarse con los adultos
<ul style="list-style-type: none"> - Iniciar conversaciones - Terminar conversaciones - Unirse a la conversación de otros. - Conversaciones de grupo 	<ul style="list-style-type: none"> - Cortesía con el adulto - Refuerzo al adulto - Conversar con el adulto - Peticiones al adulto - Solucionar problemas con adultos

Fuente: (Monjas, 1999)

4.3.2. Habilidades Emocionales

La educación emocional incluye el aprendizaje de competencias que permitan a los estudiantes conocer e identificar su experiencia emocional y la de las personas que le rodean, tomar conciencia de la importancia de la dimensión emocional en el desarrollo intrapersonal y en el establecimiento de relaciones interpersonales sanas y equilibradas, y a saber regular y modular la vivencia emocional ante experiencias y situaciones difíciles.

La escuela ha de proporcionar al alumnado conocimientos, habilidades y estrategias encaminadas no sólo al cultivo de la mente, sino también a su desarrollo personal, social y moral. De esta manera, vamos a trabajar las competencias emocionales que se dividen en:

Tabla 7

Contenidos sobre las habilidades emocionales

<ol style="list-style-type: none">1. Tener conciencia de la propia experiencia emocional2. Reconocer las emociones en los demás3. Utilizar un vocabulario emocional4. Empatizar5. Saber diferenciar entre la expresión emocional y la vivencia emocional interna6. Afrontar y regular las emociones intensas7. Saber reconocer que la calidad, cercanía y reciprocidad en las relaciones interpersonales vienen determinadas por el tipo de intercambios afectivos que tienen lugar en ella8. Tener auto-eficiencia emocional
--

Fuente: (Saarni, 1999)

4.3.3. Promoción de valores de convivencia. Las 24 fortalezas de Seligman.

Además de las habilidades emocionales y sociales, es importante poner en marcha las innovaciones en el ámbito educativo. En los últimos años, el estudio de la Psicología Positiva, conocida también como la ciencia de la felicidad, se ha ido ampliando y conociendo sus beneficios. Por ello, es importante adentrar a nuestros discentes en habilidades socioemocionales asentados en una Educación Positiva. “La felicidad depende fundamentalmente de nuestra actitud interior y nuestra actividad deliberada, y para ello es preciso disponer de fortalezas personales y ser capaces de ponerlas en juego en la vida diaria”, (Arguís et al., 2012).

Tabla 8

Contenidos sobre las habilidades socioemocionales

Sabiduría y Conocimiento: Fortalezas cognitivas que conllevan	Coraje: Fortalezas enfocadas a conseguir nuestras
---	---

<p>buscar, disfrutar y compartir el conocimiento con otros.</p>	<p>metas frente a la oposición, interna y/o externa</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1. Curiosidad, interés por el mundo 2. Amor por el conocimiento y el aprendizaje 3. Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta 4. Creatividad 5. Perspectiva, sabiduría 	<ol style="list-style-type: none"> 6. Valentía 7. Persistencia y diligencia 8. Integridad, honestidad autenticidad 9. Vitalidad y pasión por las cosas
<p>Humanidad: Las fortalezas “humanas” que envuelven la creación de relaciones, particularmente el acercarse y hacerse amigo de otras personas.</p>	<p>Justicia: El objetivo de la justicia es determinar de forma objetiva los derechos y responsabilidades éticas y morales hacia los demás.</p>
<ol style="list-style-type: none"> 10. Amor en cualquiera de sus formas 11. Generosidad, altruismo, compasión 12. Inteligencia social 	<ol style="list-style-type: none"> 13. Civismo, responsabilidad social, trabajo en equipo 14. Sentido de la justicia, equidad 15. Liderazgo 16. Capacidad para perdonar, compasión 17. Modestia, humildad 18. Prudencia 19. Autocontrol, auto-regulación
<p>Trascendencia: La trascendencia ocurre cuando nos movemos más allá de nuestra experiencia humana o comprensión vital. Las fortalezas que acompañan a esta virtud nos ayudan a conectar con lo que nos rodea y proveernos de un sentido más profundo de significado y propósito en la vida.</p>	
<ol style="list-style-type: none"> 20. Apreciación de la belleza y la excelencia, capacidad de asombro 21. Gratitud 	

- 22. Esperanza, optimismo
- 23. Sentido del humor
- 24. Espiritualidad, fe, sentido religioso

Fuente: Seligman (2017)

Partimos del convencimiento de que el modelo de virtudes y fortalezas aporta un marco global e integrador. Este modelo permite abordar el trabajo en torno a las tres Competencias Básicas de carácter más transversal: Competencia de autonomía e iniciativa personal, Competencia social y ciudadana, y Competencia para aprender a aprender (Arguís, et al., 2012).

Buscando un modelo más completo para nuestra propuesta, trabajaremos estas fortalezas propuestas por Seligman junto con la práctica de la “atención plena” (“mindfulness”). Debido a la relación con la búsqueda de la calma y el autocontrol, encontraremos en nuestro taller de relajación, a modo de ejemplo, algunas actividades sacadas del programa “Aulas Felices”, el cual, contiene un programa completo para educación infantil, primaria y secundaria elaborado por un grupo de maestros especialistas de Zaragoza, basándose en los contenidos citados anteriormente.

4.4. Desarrollo de los Talleres. Prevención, Resolución y Relajación

4.4.1. Taller “Aprendemos a convivir”

A continuación, exponemos a modo de ejemplo, uno de los proyectos trimestrales en los que hemos distribuido los contenidos propuestos. Estará compuesto por diferentes sesiones en función de las necesidades del discente con el fin de formar al alumnado en su totalidad.

El orden de las sesiones lo determinarán las necesidades de los alumnos/as que vayan acudiendo al Aula de Convivencia. Estas sesiones podrán repetirse a lo largo del curso escolar, ya que en cada trimestre acudirán alumnos/as de diferentes ciclos. De esta forma, en el primer trimestre acudirán los alumnos/as del tercer ciclo, seguidos del segundo y primer ciclo. Este planteamiento surge con la idea de que los alumnos/as que ya hayan realizado el taller puedan ayudar, de forma voluntaria, a los alumnos/as de

otros ciclos, interviniendo en sus sesiones cuando sea necesario. A modo de ejemplo, presentamos aquí algunas de las sesiones ya programadas.

Este taller va dirigido al alumnado seleccionado previamente por los tutores/as del mismo ciclo por presentar con frecuencia conductas agresivas o pasivas. Además, podrán acudir alumnos/as voluntariamente, llegando a un total de aproximadamente 20 niños/as por cada trimestre. Las personas responsables del Aula de Convivencia registrarán el nombre de cada alumno/a que acuda en el “Registro de los partícipes del taller”

Se presentarán la mayoría de los contenidos a modo de juego, desde lo lúdico, alternando dramatizaciones con marionetas, juegos de movimiento, juegos de música y movimiento, actividades en pequeños grupos, lectura de cuentos en gran grupo, etc.

Tabla 9

Resumen de la programación del Taller “Aprendemos a Convivir”

Bloque	Sesiones	Objetivos	Contenidos
I.EL PRIMER ACERCAMIENTO	1. “Bienvenidos”	Fomentar las habilidades básicas de la interacción social	Habilidades sociales
	2. “Hacemos amigos”	Fomentar las habilidades para hacer amigos.	Promoción de valores
	3. “¿Bailas?”	Tomar la iniciativa en la elección de compañero de juego	
	4. “¡Vamos a bailar!”	Mostrar empatía con los demás	

II. CONOCEMOS LAS EMOCIONES PROPIAS Y LAS DE LOS DEMÁS	1. “El iceberg de las emociones I”		Habilidades sociales
	2. “El iceberg de las emociones II”	Conocer las verdaderas causas de nuestros comportamientos, los pensamientos y emociones que hay detrás.	Habilidades emocionales
	3. “El iceberg de las emociones III”		
	4. Práctica: “El iceberg de las emociones”		Promoción de valores
III. TRABAJAMOS LA ASERTIVIDAD	1. “Respuestas positivas”	Fomentar las verbalizaciones positivas	Habilidades sociales
	2. “El caos y el orden”	Reconocer las situaciones de caos, como los conflictos y resolverlos con el diálogo asertivo queriendo buscar el orden y la calma.	Habilidades emocionales
	3. “Los tres estilos de comportamiento”		
	4. Práctica I: “Los tres estilos de comportamiento”	Conocer y diferenciar los tres estilos de comportamiento	Promoción de valores
	5. Práctica II: “Dramatización con marionetas”		

Elaboración propia

A continuación, exponemos el desarrollo de las sesiones propuestas para el Taller “Aprendemos a convivir”.

BLOQUE I: EL PRIMER ACERCAMIENTO

Primera sesión: “Bienvenidos”
Objetivo general <ul style="list-style-type: none">- Fomentar las habilidad básicas de la interacción social
Objetivos específicos <ul style="list-style-type: none">- Motivar, cohesionar al grupo y relacionarse jugando.- Saber recibir y saludar al grupo- Invitar a la comunicación afectiva
Contenidos específicos de la sesión <i><u>Habilidades sociales</u></i> <ul style="list-style-type: none">- sonreír y reír- saludar- presentarse- cortesía y amabilidad <i><u>Promoción de valores</u></i> <ul style="list-style-type: none">- curiosidad- gratitud
Materiales <ul style="list-style-type: none">- Objeto que sirva de “micrófono mágico”- Reproductor de música
Actividades <ul style="list-style-type: none">a) Motivación previa: “El micrófono mágico”

Sentados en círculo en el suelo, el responsable del Aula de Convivencia coge un objeto que sirva de “micrófono mágico” y se va pasando este “micrófono” por cada niño/a que está en el círculo para que cuente porqué cree que ha sido elegido para formar parte del taller del aula de convivencia (solo puede hablar quien tenga el micrófono) y lo que le gustaría aprender aquí.

b) Juego biocéntrico: “Ronda inicial de miradas rápidas y trencito”

Nos reunimos para celebrar nuestra llegada, en ceremonia, iniciando algo importante: nuestro encuentro con compañeras y compañeros, amigas y amigos, encuentro en grupo para empezar nuestro taller para aprender a convivir. La ronda representa la unidad de todos, *representa la unidad de la comunidad humana*. Fomenta además la comunicación y que nadie es más importante que nadie porque todos nos vemos las caras, estamos a la misma distancia del centro. Nos reunimos en grupo para disfrutar, danzar juntos como muestra de que vivimos en compañía. Celebramos la alegría por estar aquí y por la ilusión de aprender a convivir mejor cada día con este Taller.

Explicación práctica:

Para la realización de esta actividad se proponen tres canciones diferentes, según el ciclo al que le toque realizar el taller.

- Para el 1º y 2º ciclo: “Mary Poppins. Una cucharada de azúcar”
- Para el 3º ciclo: “Paixao de beata” (Pinto do Acordeon).

- 1) En círculo, nos cogemos de las manos y al escuchar la música danzamos hacia la derecha disfrutando de la llegada, del encuentro y de la presencia de todos y cada uno de nosotros.
- 2) Cuando el profesor/a lo considere oportuno, suelta una de sus manos y empieza a caminar en diferentes direcciones, de esta manera, se darán encuentros rápidos de miradas.
- 3) Después el profesor/a vuelve a unir su mano con la persona a la que soltó y vuelve a caminar hacia uno de los lados durante unos segundos.
- 4) Repetición del punto dos.

- 5) En este paso, el profesor/a pasará por debajo de los brazos de una pareja de la fila, seguido por todos los integrantes del grupo.
- 6) Al final vuelve a unir la mano con la persona a la que soltó para terminar la canción con la ronda.

Segunda sesión: “Hacemos amigos”

Objetivo general

- Fomentar las habilidades para hacer amigos.

Objetivos específicos

- Encontrarnos con los demás, con el ritmo interno, la vitalidad, la alegría.
- Aprender a tener en cuenta al compañero o compañera que tenemos al lado desarrollando la capacidad de sintonizarnos con él o ella y de sensibilizarnos a su presencia.
- Aprender a mantener y fortalecer los lazos de amistad.
- Aprender a buscar un ritmo común de una forma divertida.
- Invitar al acercamiento, a tomar iniciativa, a buscar la ayuda y al acuerdo.
- Ayudar a niños y niñas tímidos/as o con dificultades de comunicación verbal a iniciar el acercamiento y la comunicación con otros compañeros/as a través de este juego de comunicación no verbal.
- Distender a niños y niñas en conflicto e iniciar el acercamiento y el aprecio entre ellos.

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Reforzar a los otros
- Iniciarse socialmente
- Unirse al juego con otros
- Ayuda

- Cooperar y compartir

Materiales

- Reproductor de música

Actividades

- a) Juego biocéntrico: “Caminar individual y a la voz “en parejas” para coordinación rítmica”

En la vida es más bonito caminar al lado de alguien, en vez de ir solos cada día. Caminamos en nuestra vida juntos, así es más divertido y vivimos más felices. Nos encontramos continuamente con amigos con los que convivimos todos los días en nuestra clase y no siempre es fácil llevarnos bien porque somos diferentes, pensamos cosas distintas, el comportamiento de unos es distinto al comportamiento de otros y nos cuesta adaptarnos. Por ejemplo, puede ser que no me guste jugar con un niño muy nervioso porque yo soy más tranquila, etc. Este ejercicio nos ayuda a crear el camino juntos, a pasar de ser egoístas y de hacer el camino solos para buscar otro camino que me ayude a llevarme bien con mis compañeros.

Explicación Práctica:

Para la realización de esta actividad se proponen tres canciones diferentes, según el ciclo al que le toque realizar el taller.

- Para el 1º y 2º ciclo: “Toy Story. Hay un amigo en mí”
- Para el 3º ciclo: “Maxwell Silver” (The Beatles) o “Seaside Rendezvous” (Queen)

Comenzamos a caminar individualmente al ritmo de la música. A la voz del profesor/a “buscamos una pareja para caminar con ella”, cada niño/a toma la iniciativa de buscar a alguien, las parejas se cogen de las manos y empiezan a caminar buscando un ritmo común. La Coordinación Rítmica en pares es una posibilidad de dialogar con mis compañeros, con quien me cuesta más relacionarme, y lo hago de una forma divertida: ir al encuentro de su ritmo, proponerle el mío y adaptarnos los dos. En el caso de que dos niños/as se sienten incómodos en el caminar juntos, podrán tomar nuevas ideas como

cambiar de mano, de dirección, encontrar cómo mejorar la situación.

El profesor/a puede animar a los niños que hayan tenido algún conflicto con otro, diciéndoles que no siempre es fácil encontrar la sintonía, que a veces resulta "divertido" o "difícil" con diferentes compañeros/as, pero que lo importante es disfrutar del gusto de descubrir que podemos empezar una nueva relación juntos buscando siempre el encuentro, "aunque me cueste", ya que eso es lo importante para mantener la amistad.

La persona encargada del Aula de Convivencia propondrá varias veces el cambio de pareja diciendo "me despido de mi compañero/a y cambio de pareja" para posibilitar el acercamiento entre más niños/as, la integración y la cohesión del grupo.

Tercera sesión: "¿Bailas?"

Objetivo general

- Tomar la iniciativa en la elección de compañero de juego

Objetivos específicos

- Saber aceptar las decisiones de los demás.
- Ser capaz de tomar la iniciativa

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Reforzar a los otros
- Iniciadores sociales
- Unirse al juego con otros
- La ayuda
- Cortesía y amabilidad

Promoción de valores

- Valentía
- Inteligencia social

- Prudencia
- Sentido del humor
- Modestia
- Honestidad, integridad y autenticidad

Materiales

- Reproductor de música

Actividades

a) Juego: “¿Bailas?”

El maestro/a explica: “Si quiero jugar con alguien, tengo que ir hacia ese niño o niña y decírselo. No puedo pretender que otros me escojan para jugar, soy yo quien tengo que elegir a mis compañeros de juego y preguntarles con alegría si quieren jugar conmigo. Ahora bien, también tengo que aprender a aceptar con agrado que me digan que NO”.

“También para hablar con alguien, contarle mis cosas, lo que pienso, mis problemas para resolver un conflicto, mis emociones, lo que quiero, etc., hay que ser valiente y saber dirigirse a esa persona: ¿quieres hablar conmigo?”. Para ello, vamos a practicar el dirigirnos a una persona, a modo de juego con música.

Explicación práctica:

Para la realización de esta actividad se proponen tres canciones diferentes, según el ciclo al que le toque realizar el taller.

- Para el 1º ciclo: “Dónde están las llaves” y “Estaba una pastora”
- Para el 2º ciclo: “Yo quiero ser como tú” del libro de la selva
- Para el 3º ciclo: “Rapunzel” (Daniela Mercury)

Se harán dos grupos de manera que uno se sienta en el suelo y otro quede de pie. Cuando indique la profesora, cada uno de los integrantes del grupo que está de pie deberá tomar la iniciativa y preguntarle a uno de los integrantes del otro grupo si quiere bailar con él/ella.

Cuando todos tengan parejas bailaran por el aula juntos y pasados unos minutos se volverá a repetir la actividad con los roles cambiados.

Una vez finalizada la actividad comentaremos: si sabían a quién elegir, si cuando han llegado a la persona que querían elegir ya tenía pareja, si les hubiera gustado que les eligiera otro, etc.

Si el responsable del Aula de Convivencia ve que algún o algunos niños de “los elegidos” se quedan sentados en el suelo porque han dicho “NO” a todos los niños/as que le/les han preguntado, no pasa nada, les dice que se queden sentados en las sillas mirando porque han elegido no jugar, esa ha sido su opción.

Comentario posterior: Una vez realizado el juego, el maestro/a debe comentar con los alumnos/as que en los casos de conflicto también podría suceder esto. “Un niño se dirige a otro para decirle que se siente triste o enfadado por algo que le ha hecho, pero puede que al otro en ese momento no le apetezca hablar. Es bueno aceptarlo porque a lo mejor el otro tiene rabia y no quiere hablar en ese momento. Deberíamos esperar hasta que esté tranquilo y tenga ganas de hablar”.

Cuarta sesión: “¡Vamos a bailar!”

Objetivo general

- Mostrar empatía con los demás

Objetivos específicos

- Tomar la iniciativa en la elección de compañero de juego
- Aprender a ceder, a jugar o hablar con quien lo necesite.
- Desarrollar la habilidad comunicativa de expresar afectos
- Desarrollar la habilidad de relacionarse y acercarse a los compañeros/as con afectividad.
- Ayudar a los niños y niñas con conductas más tímidas o con dificultades de comunicación verbal a despedirse de sus compañeros/as de taller con el acercamiento y la comunicación no verbal.

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Reforzar a los otros
- Iniciadores sociales
- Unirse al juego con otros
- La ayuda

Habilidades emocionales

- Empatizar

Promoción de valores

- Valentía
- Inteligencia social
- Prudencia
- Sentido del humor

Materiales

- Reproductor de música

Actividades

- a) Juego: Variante de ¿Bailas?

Explicación práctica:

Para la realización de esta actividad se propone la canción “Angelina” (Harry Belafonte) para todos los ciclos que realicen el taller.

En esta sesión se reiniciará el juego “¿Bailas?” pero con una modificación. Cuando se tome la iniciativa para elegir a alguien, la persona elegida, en vez de decir que no quiere bailar con ella, debe aceptar y bailar con quien la elige. Pueden danzar o caminar por el aula buscando un ritmo común. El objetivo de hacerlo así es enseñar a los niños y niñas a tener más empatía con todas las personas, aunque no nos apetezca, ya que debemos respetarlas, ponernos en su lugar, aceptar las diferencias, etc. Llegando así a la convivencia pacífica.

Comentario posterior:

Una vez realizado el juego, el responsable del Aula de Convivencia debe comentar con los niños y niñas que en los casos de conflicto también tenemos que fomentar esto. “Un niño se dirige a otro para decirle que se siente triste o enfadado por algo que le ha hecho, y el otro debe mostrar empatía, ponerse en su lugar, escuchar lo que le dice con atención y aceptar que es su opinión. Después es necesario empezar la comunicación y buscar “un ritmo común”, es decir, que las dos personas hablen, se sientan escuchadas y, a continuación, buscar soluciones posibles con las que las dos personas estén de acuerdo. Es buena y necesaria la comunicación y llegar a acuerdos para que no vuelva a pasar lo que no queremos que pase otra vez”.

b) Juego biocéntrico: “chiqui-chiqui”

Con esta actividad pretendemos que los alumnos/as sepan tratar a los demás con cariño y no de forma violenta. Así aprenderán a relacionarse, acercarse y tratarse con cuidado y cariño.

Explicación Práctica:

Para la realización de esta actividad se propone la canción, “Rumba Azul” (Caetano Veloso) para todos los ciclos que realicen el taller.

Caminando, al escuchar en la música “chiqui-chiqui” o “tiki-tiki”, los alumnos/as tendrán que rascarle la espalda de la persona que tenga más cera. ¡Todo el mundo tiene que rascar a alguien!

BLOQUE II: CONOCEMOS LAS EMOCIONES PROPIAS Y LAS DE LOS DEMÁS

Primera sesión: “El iceberg de las emociones I”

Objetivo general

- Conocer las verdaderas causas de nuestros comportamientos, los pensamientos y emociones que hay detrás.

Objetivos específicos

- Comprender la relación entre nuestros sentimientos, palabras y acciones.
- Trabajar la educación emocional

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Expresar emociones
- Recibir emociones
- Identificar problemas interpersonales

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Reconocer las emociones en los demás
- Utilizar un vocabulario emocional

Promoción de valores

- Creatividad
- Civismo, responsabilidad social y trabajo en equipo

Materiales

- Imagen del iceberg de las emociones
- Lápices, gomas, colores...
- Cartulinas

Actividades:

- a) Explicación adaptada a cada nivel: “Somos como un iceberg: lo que se ve y lo que no se ve”

La representación de un iceberg es una manera muy visual para entender que muchas veces damos una imagen que no concuerda con nuestros sentimientos, a la vez que podemos comprender que esto mismo que nos pasa a nosotros les puede pasar a los de nuestro alrededor.

1. Lo que se ve: el 15 %, las actitudes, el comportamiento.

En los alumnos/as, en nosotros y en todas las personas vemos tres estilos de respuesta: la conducta pasiva, la asertiva y la agresiva (Marcos y Segura, 1999).

Las personas no tenemos definidas una conducta agresiva, asertiva o pasiva. Sin embargo, según a la situación a la que nos enfrentemos y a las personas implícitas en dicha situación, tomaremos una u otra conducta.

2. Lo que no se ve: el 85%: los sentimientos, emociones (45%) y los pensamientos (40%)

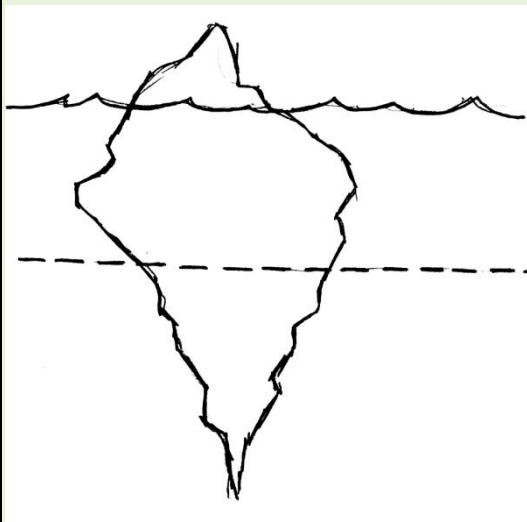
No podemos connotar ni a los sentimientos ni a las emociones como algo positivo ni negativo, ya que es algo natural e intrínseco en el ser humano. Por ello, algunas de las conductas no las podemos evitar, ya que no las controlamos.

Podríamos decir que los seis sentimientos básicos son el amor, el odio (ira, rabia), la alegría, la tristeza, el miedo y la desesperación; al combinar dichos sentimientos obtenemos todos los demás (Angustia, Ansiedad, Decepción, Esperanza, Impotencia, Ilusión, Frustración, Sorpresa, etc.).

- b) Elaboración y presentación de nuestro iceberg

Se explica al alumnado que todas las personas somos como un iceberg y se les pide que lo dibujen con ayuda de la persona encargada del Aula de Convivencia en un folio o cartulina. Deben dibujar la línea del mar con parte del iceberg por encima de ésta y una parte mucho más grande por debajo. Dibujar en el iceberg lo siguiente:

El 15% de la persona, lo que se ve.



Actitudes: Comportamiento, lo que hago, mis hábitos (15%)

Los pensamientos: Lo que pienso, mis creencias, mis recuerdos, mis ideas, mis prejuicios, mis valores, etc. (40%)

Las emociones y sentimientos: Lo que siento, lo que me emociona y me hace “moverme”. (45%)

El 85% de la persona, lo que no se ve.

Se le explicará al alumnado lo que han dibujado y dialogamos sobre el iceberg de cada uno, es decir, cada alumno habla de su comportamiento, de lo que piensa y de lo que siente. Empezaremos primero anotando el comportamiento-pensamiento-emoción que le ha llevado al Aula de Convivencia y continuando después con palabras que reflejen diverso tipo de comportamiento, los distintos pensamientos y distintas emociones que tienen en sus vidas. Después del diálogo, cada uno escribirá en su iceberg con palabras su comportamiento, sus pensamientos y sus emociones. (Que escriban todo lo que sienten, piensan o hacen tanto positivo como negativo).

Segunda sesión: “El iceberg de las emociones II”

Objetivo general

- Conocer las verdaderas causas de nuestros comportamientos, los pensamientos y emociones que hay detrás.

Objetivos específicos

- Comprender la relación entre nuestros sentimientos, palabras y acciones.
- Trabajar la educación emocional

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Reforzar a los otros
- Cooperar y compartir
- Expresar emociones

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Reconocer las emociones en los demás
- Utilizar un vocabulario emocional

Promoción de valores

- Creatividad
- Civismo, responsabilidad social y trabajo en equipo

Materiales

- Cartulinas
- Rotuladores, lápices, gomas...

Actividades

- a) Introducción a la sesión del día

Los alumnos/as deberán leer el siguiente párrafo.

Los SENTIMIENTOS se sienten, no son negativos ni positivos, son NATURALES porque son HUMANOS. Lo que nos sucede es que algunos nos destruyen porque no los controlamos.

Tras su lectura, el/la responsable del Aula de Convivencia explicará los seis sentimientos básicos y de dónde salen todos los demás.

b) “Explicamos como expertos”

Los alumnos/as copiarán el párrafo de la actividad anterior con letra grande en una cartulina para exponerlo en el Aula de Convivencia o cada uno en su aula ordinaria para que se vea bien. Si se llevan la cartulina a sus aulas ordinarias, (cuando su tutor o tutora quiera, a lo largo de esa semana) deberán explicar qué significa.

Tercera sesión: “El iceberg de las emociones III”

Objetivo general

- Conocer las verdaderas causas de nuestros comportamientos, los pensamientos y emociones que hay detrás.

Objetivos específicos

- Reconocer emociones en diferentes situaciones de la vida cotidiana
- Ser capaz de transmitir las propias emociones

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Expresar emociones
- Recibir emociones
- Defender los propios derechos
- Defender las propias opiniones
- Identificar los problemas interpersonales
- Iniciadores sociales

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Reconocer las emociones en los demás
- Utilizar un vocabulario emocional

- Saber diferenciar entre expresión emocional y la vivencia emocional interna

Promoción de valores

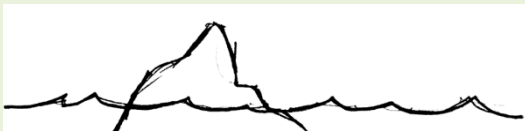
- Creatividad

Materiales

- Listado de situaciones para representar

Actividades

- a) Explicación adaptada a cada nivel: Recordando la sesión 1 “El Iceberg”, ahora vamos a trabajar lo que se ve de nosotros: la parte de arriba del iceberg.



} Actitudes: Comportamiento, lo que hago, mis hábitos (15%)

Las personas no tenemos definidas una conducta agresiva, asertiva o pasiva. Sin embargo, según a la situación a la que nos enfrentemos y a las personas implícitas en dicha situación, tomaremos una u otra conducta.

Es importante no caer en decirle a los niños: “tú eres agresivo”, o “tú eres pasivo”, sino decirle: “tú tienes con frecuencia un comportamiento agresivo” o “tú tienes con frecuencia un comportamiento pasivo”.

- b) Role-playing

Les pediremos a los alumnos/as que manifiesten los sentimientos aflorados en diferentes situaciones vivenciadas. Como ejemplo, exponemos las siguientes situaciones:

- Se me ha perdido mi pulsera favorita
- Me han regalado una bolsa de chuches
- Me he caído en un charco delante de todo el mundo
- Me han hecho una fiesta sorpresa por mi cumpleaños
- Te has quedado encerrado en el ascensor

Siguiendo el programa PEHIS (Monjas, 1999, pág. 264), la persona encargada del

Aula de Convivencia pedirá a los alumnos/as que de cada una de las anteriores situaciones (y de todas las que se crean oportunas):

1. Escenifiquen corporalmente cómo se sienten
2. Verbalicen lo que piensan y se dicen a sí mismo
3. Valoren cómo se encuentran y determinen su grado de bienestar
4. Identifiquen y/o etiqueten su estado emocional
5. Expresen a otros compañeros cómo se sienten

Parte práctica del bloque: “El iceberg de las emociones”

Objetivo general

- Conocer las verdaderas causas de nuestros comportamientos, los pensamientos y emociones que hay detrás.

Objetivos específicos

- Reconocer emociones en diferentes situaciones de la vida cotidiana
- Ser capaz de transmitir las propias emociones

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Expresar emociones
- Recibir emociones
- Defender los propios derechos
- Defender las propias opiniones
- Identificar los problemas interpersonales

- Iniciadores sociales

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Reconocer las emociones en los demás
- Utilizar un vocabulario emocional
- Saber diferenciar entre expresión emocional y la vivencia emocional interna

Promoción de valores

- Creatividad

Materiales

- Listado de situaciones para representar

Actividades

a) Role-playing

Les pediremos a los alumnos/as que manifiesten los sentimientos aflorados en diferentes situaciones vivenciadas. Como ejemplo, exponemos las siguientes situaciones:

- Se me ha perdido mi pulsera favorita
- Me han regalado una bolsa de chuches
- Me he caído en un charco delante de todo el mundo
- Me han hecho una fiesta sorpresa por mi cumpleaños
- Te has quedado encerrado en el ascensor

Siguiendo el programa PEHIS (Monjas, 1999, pág. 264), la persona encargada del Aula de Convivencia pedirá a los alumnos/as que de cada una de las anteriores situaciones (y de todas las que se crean oportunas):

1. Escenifiquen corporalmente cómo se sienten
2. Verbalicen lo que piensan y se dicen a sí mismo
3. Valoren cómo se encuentran y determinen su grado de bienestar

4. Identifiquen y/o etiqueten su estado emocional

5. Expresen a otros compañeros cómo se sienten

Cuando se haya ensayado y practicado repetidamente la identificación y expresión de emociones, el profesor junto con los alumnos y alumnas harán una síntesis y recapitulación de las cosas más interesantes del proceso de enseñanza de estas habilidades.

“¿Quién se ha sentido muy mal?, ¿quién se ha sentido muy bien?, ¿cuántos sentimientos has expresado?, ¿qué has sentido más veces, sentimientos positivos o negativos?, ¿qué cosas nuevas has aprendido?, ¿qué cosas te interesa recordar?”.

Es interesante que el profesor vaya resaltando determinadas ideas y/o frases que se anotarán para ser recordadas posteriormente. “Cuando tienes una emoción, ¿qué sientes?, ¿qué piensas?, ¿qué haces?, ¿qué dices?, ¿qué pasó antes?, ¿qué pasó después?”.

En este momento también el profesor tomará ideas para plantear las tareas de acuerdo a las conclusiones obtenidas.

NOTA: Se harán varias sesiones con tantas situaciones como el encargado del Aula de Convivencia crea oportuno.

BLOQUE III: TRABAJAMOS LA ASERTIVIDAD

Primera sesión: “Respuestas positivas”

Objetivo general

- Fomentar las verbalizaciones positivas

Objetivos específicos

- Desarrollar la capacidad de respuesta.

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Establecer conversaciones de grupos
- Unirse a la conversación de otros
- Autoafirmaciones positivas
- Defender las propias opiniones

Promoción de valores

- Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta

Materiales

- Elástico grande

Actividades

- a) Juego: “Dime por qué” (Aprende a Pensar, 2012).

Los niños estarán sentados formando un corro, cogiendo entre todos, un elástico grande.

El encargado del Aula de Convivencia planteará a los alumnos/as situaciones que se pueden dar en su vida cotidiana; por ejemplo “¿Por qué debo estudiar?” “¿Por qué debo prestar mi material?”.

Los alumnos/as, por turnos, deberán contestar las preguntas dando argumentos positivos. La única norma que debe poner el profesor/a es “la necesidad de hablar en positivo”. En

vez de decir, “porque no quiero suspender” o “porque no hay que ser egoísta”, deben contestar “porque quiero aprobar” o “porque hay que saber compartir”.

Cada vez que un alumno responda con argumentos positivos, deberá pasar el elástico por encima de su cabeza quedando dentro del círculo. El profesor/a deberá plantear diversas situaciones hasta que todos los integrantes del grupo queden dentro del círculo.

Frases posibles a decir:

- ¿por qué debemos ser obedientes?
- ¿por qué hay que hacer los deberes?
- ¿por qué tenemos que levantar la mano en clase?
- ¿por qué hay que atender a los profesores?
- ¿por qué hay que respetar a los demás?
- ¿por qué es bueno dialogar después de una pelea?
- ¿por qué debemos decir la verdad?
- ¿por qué hay que responsabilizarse de nuestras tareas?
- ¿por qué no podemos darle la espalda a nadie?
- ¿por qué hay que ser honrado?
- ¿por qué es necesario pedir ayuda?
- Etc.

Segunda sesión: “El caos y el orden”

Objetivo general

- Reconocer las situaciones de caos, como los conflictos y resolverlos con el diálogo asertivo queriendo buscar el orden y la calma.

Objetivos específicos

- Ayudar a controlar la impulsividad.
- Promover la resolución del conflicto a través del diálogo.
- Mostrar conductas contrarias a la asertividad y sus consecuencias

- Comprender las consecuencias positivas de una conducta asertiva

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Cortesía y amabilidad
- Iniciar y terminar conversaciones
- Autoafirmaciones positivas
- Expresar y recibir emociones
- Defender los propios derechos
- Peticiones al adulto

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Reconocer las emociones en los demás
- Utilizar un vocabulario emocional
- Empatizar
- Afrontar y regular las emociones intensas
- Saber reconocer que la calidad, cercanía y reciprocidad en las relaciones interpersonales vienen determinadas por el tipo de intercambios que tienen lugar en ella

Promoción de valores

- Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta
- Perspectiva, sabiduría
- Integridad, honestidad, autenticidad
- Generosidad, altruismo, compasión
- Sentido de la justicia, equidad
- Capacidad para perdonar, compasión
- Autocontrol, auto-regulación

Materiales

- Libro “Cuentos para portarse bien en el colegio” (García, 2011, pág. 154)
- Tarjetas “Mensajes YO” (ANEXO 5)

Actividades

- a) Lectura y posterior comentario del cuento “La caracola Carola”
- b) Dramatización con marionetas “Esto es un caos”

Para la ejecución de esta actividad se contará con la ayuda de alumnos/as voluntarios de ciclos superiores. Dichos alumnos/as representarán una situación de conflicto en la que entra el caos y mediante la dramatización (cumpliendo las normas, con el diálogo y la escucha) reconocen y encuentran el orden. Los alumnos/as que participan en el Aula de Convivencia verán el teatro como espectadores.

Por ejemplo, se podrá plantear esta situación:

Pedro jugando al fútbol se cae, se tropieza con Juan y le echa la culpa a él de haberse caído (se enfada y le grita a Juan, ocasionando el caos).

Se dramatiza la situación dos veces: con caos y con orden.

- Primera vez, Caos: Mediante la dramatización, Juan le dice a Pedro: “¡jillo, ¿tú eres tonto?!!! (dándole un empujón).
- Segunda vez, Orden: Mediante la dramatización su amigo Juan le dice: “Oye Pedro, quiero hablar contigo, ¿vale?”. En este caso utiliza el diálogo asertivo con la Técnica “**Mensajes YO**”

<i><u>Cuando tú me echas a mí la culpa de haberte caído.....</u></i>	Juan explica la situación
<i><u>Yo siento rabia y enfado.....</u></i>	Juan identifica y expresa sus emociones
<i><u>Lo que me gustaría es que me dejes tranquilo, que reconozcas que te has caído por accidente, sin darte cuenta y poder seguir jugando al fútbol con orden.....</u></i>	Juan expresa su deseo

Tercera sesión: “Los tres estilos de comportamiento”

Objetivo general

- Conocer y diferenciar los tres estilos de comportamiento

Objetivos específicos

- Saber interpretar un conflicto de diferentes formas
- Apreciar las ventajas del estilo asertivo

Contenidos específicos de la sesión

Habilidades sociales

- Iniciadores sociales
- Autoafirmaciones positivas
- Expresar emociones
- Buscar soluciones
- Probar la solución

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Reconocer las emociones en los demás
- Utiliza un vocabulario emocional

Materiales

- Tarjetas de comportamiento (ANEXO 6)

Actividades

Como se dijo en el bloque anterior, las personas no tenemos definidas una conducta agresiva, asertiva o pasiva. Sin embargo, según a la situación a la que nos enfrentemos y a las personas implícitas en dicha situación, tomaremos una u otra conducta.

- a) Interpreta el papel

Para hacer la siguiente actividad, los alumnos/as saldrán de tres en tres, de manera que

le daremos a cada uno de ellos una tarjeta con un comportamiento determinado, ya sea agresivo, pasivo o asertivo (ANEXO 6)

Posteriormente, se les explicará a los discentes que deberán hacer una dramatización de una situación que hayan vivenciado en función a la tarjeta que le haya tocado. El objetivo principal de esta actividad será llegar a comprender que el estilo asertivo es la mejor vía que podemos optar ante un conflicto.

Parte práctica del bloque: “Los tres estilos de comportamiento”

Objetivo general:

- Conocer y diferenciar los tres estilos de comportamiento

Objetivos específicos:

- Saber interpretar un conflicto de diferentes formas
- Apreciar las ventajas del estilo asertivo frente al agresivo o pasivo

Contenidos específicos de la sesión:

Habilidades sociales

- Iniciadores sociales
- Autoafirmaciones positivas
- Expresar emociones
- Buscar soluciones
- Probar la solución

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Reconocer las emociones en los demás
- Utiliza un vocabulario emocional

Materiales

- Tarjetas de comportamiento (ANEXO 6)

Actividades

a) Interpreta el papel

Siguiendo la actividad de la última sesión, propondremos situaciones en las que los alumnos/as deberán hacer una dramatización en función a la tarjeta que le haya tocado. El objetivo principal de esta actividad será llegar a comprender que el estilo asertivo es la vía que más problemas soluciona.

Ejemplos de situaciones:

- Laura todos los días te quita el bocadillo que tu madre te prepara para el recreo.
- Tus amigos tienen un grupo de WhatsApp y tú no estás en él.
- Has perdido tu mochila nueva
- Tu madre te ha reñido injustamente
- Has llegado a un colegio nuevo pero varios niños no se quieren relacionar contigo.

NOTA: Se harán varias sesiones con tantas situaciones como el encargado del Aula de Convivencia crea oportuno.

Parte práctica del bloque: “Dramatización con marionetas”

Objetivo general:

- Reconocer las situaciones de caos y encontrar el orden con el diálogo asertivo

Objetivos específicos:

- Buscar el equilibrio entre el caos y el orden en el juego.
- Invitar a la búsqueda del orden cuando hay situaciones de caos y conflictos en los equipos o grupos de amigos/as.

Contenidos específicos de la sesión:

Habilidades sociales

- Cortesía y amabilidad
- Iniciar y terminar conversaciones
- Autoafirmaciones positivas
- Expresar y recibir emociones
- Defender los propios derechos
- Defender las propias opiniones
- Buscar soluciones
- Peticiones al adulto

Habilidades emocionales

- Tener conciencia de la propia experiencia emocional
- Utilizar un vocabulario emocional
- Afrontar y regular las emociones intensas
- Saber reconocer que la calidad, cercanía y reciprocidad en las relaciones interpersonales vienen determinadas por el tipo de intercambios que tienen lugar en ella

Promoción de valores

- Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta
- Perspectiva, sabiduría
- Integridad, honestidad, autenticidad
- Capacidad para perdonar, compasión
- Autocontrol, auto-regulación

Materiales

- Tarjetas “mensajes YO”

Actividades

- a) Dramatización con marionetas en pequeños grupos.

Cada grupito dramatizará un conflicto, los que se inventen, los que hayan traído pensados de casa, los que proponga la profesora, algún conflicto ocurrido en clase, etc. Con esta dramatización se pretende que los alumnos/as sepan afrontar sus conflictos de manera asertiva, evitando utilizar la vía fácil: dirigirse a un adulto para que resuelva el problema.

Explicación práctica:

Los alumnos/as dramatizarán las situaciones dos veces. Se les dejará en torno a 5 minutos para que ensayen.

1. La primera vez se realizará la dramatización con caos, insultándose, empujándose, pegándose, etc.
2. La segunda vez se representará con orden, utilizando las tarjetas de diálogo asertivo (ANEXO 5)

Para el diálogo asertivo pueden utilizar la técnica “Mensajes YO” diciendo:

Ejemplo de situaciones:

- Pilar le da una patada a Pedro mientras juegan al baloncesto
- Quiero jugar a la peonza en el recreo pero María se lo deja a todos menos a mi
- Juan lleva una semana con el lápiz de Álvaro, a pesar de habérselo pedido
- Has suspendido un examen porque el profesor no ha sumado bien
- Eres nuevo en la clase

Expresiones asertivas que se pueden usar para resolver conflictos son:

“Quiero hablar contigo, esto es un caos...”

“Esto es un caos, me molesta que...”

“¡Vaya caos!, me gustaría que...”

“Me gustaría encontrar el orden porque...”

“No estoy de acuerdo con que.... y lo que necesito es...”

4.4.1. Taller de Resolución de conflictos

Este taller va dirigido al alumnado que haya sido partícipe de un conflicto en la última semana. Las personas responsables del Aula de Convivencia registrarán el nombre de cada alumno/a que acuda en el “Registro de los partícipes del taller” (ANEXO 4). Además, en el caso de que haya presentado una conducta agresiva se le informará a la familia que el alumno/a asistirá al Aula de Convivencia de manera regular hasta que la persona encargada del Aula lo crea conveniente. Para ello, se le entregará al alumno/a el “Registro de comunicación a las familias” (ANEXO 3).

Las sesiones de Resolución de Conflictos tendrán lugar los jueves de cada semana. De este modo, cada vez que surja un conflicto en el centro, los alumnos/as implicados deberán acudir al Aula de Convivencia para solucionarlo en la hora del recreo.

Para la resolución de conflictos nos vamos a basar en los pasos principales que propone Porro (1999), tales como:

1. Recobrar la calma y decidir cómo manejar la situación
2. Hablar y escucharse uno al otro
3. Plantear el problema en función de las necesidades
4. Proponer soluciones (torbellino de ideas)
5. Elegir la idea (o las ideas) que les guste a ambos
6. Hacer un plan, establecer una consecuencia y ponerlo en práctica

En Primaria el mediador en un conflicto siempre suele ser un adulto, tutores en el aula ordinaria o encargados del aula de convivencia principalmente. En el transcurso de la investigación para este trabajo hemos venido observando por diferentes autores la creación del rol de “alumno mediador de conflictos”. Bárbara Porro lo expone en su libro “La resolución de conflictos en el aula”, lo llama “alumno conciliador”. El conciliador puede ayudar a seguir los pasos del método.

La mediación entre iguales es un recurso que viene dando resultado y que podría tenerse en cuenta a partir del tercer ciclo. Para ello, sería necesaria la formación de este grupo de alumnos/as para que su intervención fuese acertada y estuviesen provistos de los recursos necesarios para llevarla a cabo. “La ayuda entre iguales para mejorar la

Convivencia Escolar. Manual para la formación de alumnos ayudante” (Torrego 2012) podría servirnos de guía para dicha formación.

Consideramos que el alumno mediador no tendría por qué llevar el peso exclusivo de la resolución del conflicto. Se llevaría a cabo dependiendo de la gravedad del mismo pero, por descontado, es un gran recurso, enriquecedor por lo que aporta a ambas partes la mediación entre iguales. No deja de ser una situación más auténtica, que proporciona autonomía y que extrapola la capacidad de intervenir más allá de la escuela.

No todos los conflictos que surgen con los alumnos/as se pueden resolver con este proceso ya que problemas como decir palabrotas o la discriminación racial, no son negociables. De esta forma, abordaremos este tipo de problemas mediante reflexiones de cuentos que promuevan el espíritu crítico, el aumento de la autoestima, el conocimiento de sus emociones y su bienestar.

Dado que nuestra propuesta está encaminada a Primaria, y mientras antes se comience, mejores resultados se obtendrán, a modo de ejemplo, la utilización del libro “Cuentos para portarse bien en el colegio” (García, 2011) puede ser un recurso útil y cercano.

Los cuentos suelen llevar un mensaje oculto que suele llegar al corazón para que desde allí la vida se transforme. Tienen el valor de una enseñanza global, personifican y muestran defectos y virtudes, todo ello colabora en el crecimiento personal. Para ello, contaremos con la implicación de la familia, a la que mandaremos uno de los cuentos que esté relacionado con el problema en vías de solución para trabajarlo en casa.

Una vez leído y comentado con la familia, en el Aula de Convivencia se comentará lo que han hablado en casa, cuál era el problema del protagonista y cómo lo resolvió. Acto seguido, se extraerán las conclusiones, reflexión y posible solución al problema real que nos atañe.

- **Objetivos del Taller de Resolución de conflictos**

Los objetivos que se pretenden conseguir con el Taller de Resolución de conflictos son los siguientes:

- Aprender a prevenir y a resolver conflictos

- Manejar un vocabulario asertivo para comunicarse en cualquier momento o para resolver un problema: “saber decir lo que siento, lo que pienso y lo que me gustaría”, “saber decir lo que me molesta”, “saber decir NO”, o practicando frases afirmativas a través de comentarios y argumentos positivos, derechos personales, reconocimiento del error y expresión de quejas
- Saber escuchar para saber entender.
- Reconocer las situaciones de caos y saber cómo buscar el orden.
- Reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás, fomentando la empatía.
- Encontrar la calma, la tranquilidad, buscando la autorregulación y controlando la impulsividad.

PROCESO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

1. Recobrar la calma y decidir cómo manejar la situación

Sin duda, el alumno cultivado en técnicas de relajación, podrá conseguir pronto la calma y el autocontrol. Será bueno esperar a que los ánimos se calmen, realizar inspiraciones profundas y esperar un poco para que la racionalidad pueda brotar por encima de la ira que conlleva la violencia física o verbal.

2. Hablar y escucharse uno al otro. “Este intercambio de información sirve para definir el problema y aclararlo desde los dos puntos de vista” (Porro, 1999). Para realizar este paso planteamos tres tipos de actividades

a) “¡Me toca!”

En el caso de que sea un conflicto puntual, para conocer las causas de la disputa, los implicados deberán contar lo sucedido. Para ello se cogerá una pelota y solo el que la tenga podrá dar sus argumentos. De esta manera se respetará el turno de palabra y lograremos que ambas partes se escuchen.

b) “Mensajes YO”

Los mensajes YO, mencionados con anterioridad en el taller “Aprendemos a Convivir”, es una manera eficaz de abordar el problema y transmitir sentimientos intensos sin criticar ni culpar a los compañeros (Porro, 1999).

Diálogo asertivo: Técnica “Mensajes YO”

CUANDO _____ (*explica la situación*)

YO siento _____ (*identifica y expresa sus emociones*)

y LO QUE ME GUSTARÍA / NECESITARÍA / DESEARÍA es que

(*expresa su deseo para encontrar el orden*)

c) “Explosión”

Para abordar el tema e intentar sacar posibles causas del conflicto, empezaremos enfrentando a los dos implicados. Deberán escribir en pequeños papeles aquello que le moleste de su compañero. Una vez que finalicen, cogeremos un globo en el que se irán depositando los papeles en los que han hecho sus anotaciones por turno. Cada vez que depositen uno, inflarán un poco más el globo. Llegará un momento en el que el globo estará tan hinchado que explotará. Aprovecharemos ese momento para explicar que muchas veces, los conflictos no surgen de un día para otro, sino que son un resultado acumulado de disputas entre iguales llegando finalmente a su explosión. Entenderán de esa manera que los conflictos hay que solucionarlos cuando surjan porque acumularlos solo lleva a la destrucción de una relación.

3. Plantear el problema en función de las necesidades

Para la ejecución de este paso, la persona mediadora deberá hacer un resumen de lo ocurrido, poniendo en evidencia aspectos comunes a ambas versiones y

enumerando el conflicto en función de necesidades insatisfechas de ambas partes.

4. Poner soluciones y elegir la idea (o las ideas) que les guste más

En este paso de la resolución del conflicto se pretende llegar a una solución en la que ambos estén de acuerdo. Para ello se utilizará el cuadro de “En busca de la solución” (ANEXO 7). Los alumnos/as deberán proporcionar ideas tan rápido como puedan en un tiempo determinado con el objetivo de que se valoren las alternativas, enunciando las ventajas e inconvenientes de cada alternativa.

Posteriormente, ellos mismos deberán valorar las ideas para descartar las que no sean válidas y hacer un ranking entre las que nos podrían valer. De esta manera se llegará a la medida que se empleará para la resolución del conflicto en cuestión.

5. Hacer un plan, establecer una consecuencia y ponerlo en práctica

4.4.2. Taller de Relajación

La relajación y la meditación son herramientas excelentes para aprender a manejar las emociones y los conflictos surgidos en el aula, de ahí que le dediquemos una atención especial. A través de ella se puede encauzar la energía de cada situación. Con la práctica y con el tiempo se puede generar mayor seguridad en el alumnado, reduciendo los niveles de tensión en momentos puntuales.

Basándonos en el programa “Aulas Felices”, encontramos que las fortalezas que Seligman señala cómo los ítems de la felicidad junto con el trabajo de la atención plena (mindfulness), son contenidos indispensables en nuestro taller de relajación, así como los apuntes sobre inteligencia emocional del psicólogo Daniel Goleman y la experta en aprendizaje social y emocional, Linda Lantieri. Es por ello, que, a modo de ejemplo, expondremos algunas de las actividades planteadas en los dos libros, que se basan, a su vez, en las técnicas de relajación propuestas por el médico Edmund Jacobson.

A este taller asistirá el alumnado que haya participado en el Taller de Resolución de conflictos de forma obligatoria, ya que la relajación también es un método eficaz para resolver conflictos.

El número total de alumnos/as en el Aula de Convivencia en este Taller será de 20-25 alumnos/as como máximo, de esta forma, los alumnos partícipes del Taller “Aprendemos a convivir” estarán invitaos a participar en este nuevo Taller, así como voluntarios del mismo ciclo.

Se presentarán la mayoría de los contenidos de manera lúdica. Se trabajará de forma tanto individual como en parejas o pequeños grupos. Para ello necesitaremos una serie de materiales específicos, tales como juguetes blandos y suaves, alfombras, objetos comunes (que va a utilizar en el juego del veo-veo), golosinas, servilletas, etc.

- **Objetivos del taller de Relajación**

Los objetivos principales que persigue el Taller son los siguientes:

- Facilitar la incorporación de las técnicas de relajación y control de estrés a la vida cotidiana.
- Aumentar la concentración. Disfrutar de lo cotidiano. Percibir los pequeños detalles.
- Relajarse logrando un estado de serenidad y plena consciencia
- Identificar situaciones que nos producen calma y tranquilidad.
- Tomar conciencia de nuestro cuerpo.
- Desarrollar la habilidad de la comprensión empática en las relaciones interpersonales.

Tabla 10

Actividades de relajación

RELAJACIÓN MUSCULAR PROGRESIVA

1. Tensión-relajación

Comenzaremos explicando que vamos a intentar reconocer en la actividad lo diferentes que son las sensaciones en el cuerpo cuando estamos preocupados o enfadados y cuando estamos tranquilos. Así, continuaremos con la actividad dándole

forma de juego creativo, que es la forma en que los niños de esta edad comienzan a entender el mundo.

Podría ser, a modo de ejemplo, de la siguiente manera:

“Vamos a hacer un pequeño viaje imaginario. Vamos a pensar que escalamos hacia lo más alto de una montaña...Nos ponemos las botas y unos guantes. [Póngase en pie y cálcese unas botas y unos guantes imaginarios]. Muy bien, vamos allá...Sígueme. [Empiece a andar lentamente por la habitación]. ¡Oh!, nos hemos metido en un charco gigante lleno de barro...El barro es muy hondo...Nos estamos hundiendo hasta los tobillos...Cada paso es más difícil...Parece que se nos han pegado los pies...Casi no podemos sacarlos...Intenta coger una de las ramas del árbol que está encima de nosotros...Así. [Estire el brazo hacia arriba y tire con el puño cerrado hacia abajo]. Sigue, sigue... ¡Uf! Ya hemos pasado. Vamos a sentarnos a descansar”.

A continuación, nos sentaremos y preguntaremos al alumnado: “¿Cómo sientes las piernas después de andar por el barro? ¿Cómo sentiste los brazos cuando estabas tirando de las ramas del árbol? ¿Notaste algo en tu respiración o en los latidos del corazón? Vamos a tocarnos el pecho”.

“A veces podemos notar cambios en el cuerpo cuando estamos enfadados, preocupados o hemos trabajado mucho...Sentimos las manos diferentes, se vuelven frías y húmedas...El corazón también puede latir más deprisa...La respiración también cambia. Podemos hacer respiraciones cortas y rápidas y también contener la respiración...”.

Seguiremos la actividad explorando, esta vez, que sentimos cuando estamos tranquilos. Podría ser, a modo de ejemplo: “Vamos a imaginar que volvemos a donde estábamos, así que empezamos otra vez a andar. [Comience a andar despacio y deténgase]. Mientras vamos andando nos imaginamos que llegamos a una playa en una tarde de verano. Nos tumbamos, nos ponemos cómodos y sentimos la arena fresca en la espalda. [Túmbese]. Intenta oír las olas, primero una, luego otra...Siente cómo te relajas sobre la arena...Disfruta de estar tumbado aquí un rato... [Quédese en silencio aproximadamente diez segundos].

Qué bien...Ahora siéntate despacio y pregúntate: ¿Cómo siento las piernas ahora? ¿Cómo siento los brazos y las manos? ¿Cómo siento la respiración y el corazón?”.

2. Respiración abdominal

Tras terminar la primera parte de la sesión, explicaremos que para aprender a calmar la mente y relajar el cuerpo cuando estamos enfadados es muy importante darse cuenta de cómo estamos respirando: una de las maneras para relajarse es respirar muy profundamente.

Posteriormente, nos tumbaremos en las alfombras y pediremos que presten atención a la respiración. Para ello, colocaremos un juguete blando y suave sobre el vientre para que vea qué parte del cuerpo se levanta cuando inspira. Podemos decir:

“Respira hacia dentro y nota a donde va tu respiración. ¿Te sube el pecho? ¿Te sube otra parte del cuerpo? Ahora respira hacia fuera. ¿Qué parte del cuerpo se mueve?”.

Por último, explicaremos que cuanto más aire cogemos, mejor resulta para el cuerpo. Y pasa lo mismo cuando soltamos el aire. Respirar profundo es bueno para el cuerpo. Intentamos coger todo el aire que podemos y también soltar todo el aire que podemos; esto ayuda a que el cuerpo funcione mejor. Es como si diésemos al cuerpo la comida que necesita para estar sano.

3. Veo-veo

En esta sesión se presenta a los niños la práctica de la atención plena para sosegar la mente y concentrar la atención, en donde se utiliza la respiración como punto de concentración. La atención plena es una forma de prestar atención al momento presente sin emitir juicios. Los niños prestarán total atención a actividades diarias sencillas, como observar y ver realmente lo que les rodea mediante el juego del veo-veo o comerse lenta y conscientemente una golosina.

Presentaremos al alumnado el juego del veo-veo, un juego de adivinación en el que usted describe algún objeto cercano y los demás intentan adivinar qué es. Comenzaremos con un ejemplo. Escogemos un objeto de la habitación que sea

perfectamente visible para los participantes de la actividad, como una pelota, y descríbalos:

“Veo-veo...algo redondo y azul”. Si es necesario continuamos con la descripción, por ejemplo: “Es casi tan grande como el puño; puede botar”, etc. Hasta que se adivine.

Explicaremos que el objetivo del juego no es ganar o perder sino prestar atención a todo lo que nos rodea. Seguiremos el juego, siendo los alumnos/as los que describan los objetos. Para terminar, preguntaremos:

“¿Qué os ha parecido el juego? ¿Habéis descubierto algo en la clase que no habíais visto antes? ¿Qué es?”

4. La atención plena

Repartiremos una servilleta a cada alumno y colocaremos una golosina encima de cada servilleta. A continuación, pediremos que concentren toda su atención en la golosina y que la cojan (pero sin llevársela a la boca). Diremos que describan la golosina con palabras:

“¿Con qué palabras describirías la golosina? ¿De qué color es? ¿De qué tamaño es? ¿Está blandita o dura? ¿Qué más puedes decir de ella?”.

Luego, procederemos a comernos la golosina: “Ahora vamos a meternos la golosina en la boca. La dejamos dentro sin morderla hasta que cuente de 1 a 5 con los dedos. Toca y siente la golosina con la lengua. ¿Estás listo? 1, 2, 3, 4, 5. Ahora empieza a masticarla lentamente mientras cuento otra vez hasta 5. No te la tragues todavía. Piensa: “¿Cómo sabe?”. Espera hasta que cuente hasta 5: 1, 2, 3, 4, 5 y, ahora, trágatela”.

Terminaremos la actividad preguntando “¿Qué os ha parecido? ¿Qué habéis notado? ¿Ha sido fácil o difícil? ¿Por qué?”. Entre todos compartiremos las propias impresiones.

Tabla 11

Actividades de relajación

5. Disfrutar de un día de primavera

Tiempo: 20 o 30 minutos.

Desarrollo: Aprovechamos una mañana soleada para disfrutarla y “saborearla” al aire libre. Salimos al patio, nos sentamos en corro y nos disponemos a vivir intensamente utilizando todos los sentidos. Primero nos sentamos, después nos tumbamos y cerramos los ojos. Permanecemos así unos minutos. Poco a poco nos vamos incorporando y expresamos todo lo que hemos sentido y apreciado:

- La vista: el color de los árboles, del cielo, la forma de las nubes...
- El tacto: el suelo que está duro, el aire que nos acaricia...
- El olfato: el aroma de la hierba o de unas flores cercanas...
- El oído: recordamos los sonidos que hemos escuchado, quién o qué los producía y de dónde provenían.

Entre todos nos damos cuenta de que, cuando salimos al patio normalmente, no percibimos tal cantidad de sensaciones y no somos tan conscientes de lo que sucede a nuestro alrededor.

6. Una piedra en el fondo del lago

Tiempo: Un mínimo de 5 minutos. Según la capacidad de concentración del alumnado y del tiempo disponible, podríamos prolongarlo durante 10 o 15 minutos.

Desarrollo: Adoptamos una postura relajada, sentados en una silla o en el suelo, y comenzamos concentrándonos en nuestra propia respiración, observando tranquilamente nuestro cuerpo mientras pensamos: “inspiro” y “espiro”, al mismo tiempo que inhalamos y exhalamos. Continuamos este proceso durante un par de minutos.

A continuación, imaginamos que estamos sentados sobre la hierba, a la orilla de un hermoso lago de aguas tranquilas. En nuestra mano tenemos una pequeña piedra,

que vamos a lanzar suavemente sobre el lago. Visualizamos la piedra, su textura, su peso, cómo la arrojamos, e imaginamos cómo choca sobre la superficie del agua. La observamos hundiéndose lentamente, hasta que se queda inmóvil en el lecho del lago. Ahora vamos a identificarnos con esa piedrecita, como si nos hubiéramos convertido en ella. Somos un guijarro que descansa apaciblemente en el fondo de un hermoso lago de aguas serenas. Sentimos una profunda paz y un gozo inmenso. Ningún pensamiento acerca del pasado o del futuro nos preocupa. Solo existe esa piedra que somos nosotros y el lago que nos envuelve. Vigilamos nuestra respiración, siendo conscientes de ella. Si algo nos distrae, volvemos a tomar conciencia de la respiración y seguimos visualizándonos como un guijarro en el fondo de un lago. Nos mantenemos en este estado durante un mínimo de cinco minutos.

La profesora puede ir guiando el ejercicio, verbalizando en voz alta las instrucciones que acabamos de describir, con voz calmada e inspiradora, recreándose en los detalles y apelando a la imaginación de cada alumno. En sesiones posteriores, si vamos a repetir esta práctica y los alumnos/as ya la conocen bien, podemos ir eliminando nuestra guía.

7. La media sonrisa

Tiempo: Uno o dos minutos pueden ser suficientes.

Desarrollo: Se trata de un breve ejercicio que el profesorado puede proponer en clase, en determinados momentos, cuando considere que puede ser conveniente realizar una pequeña pausa. Esto puede ayudar a despertar la consciencia, concentrarse mejor en una tarea o, simplemente, regalarse a sí mismo un pequeño instante de alegría.

En los momentos que consideremos oportunos, pediremos a los alumnos/as que interrumpan brevemente lo que estaban haciendo y que se concentren en su respiración.

Les invitamos a esbozar una ligera sonrisa –vamos a llamarla “la media sonrisa” mientras inspiran y espiran lentamente durante tres veces. Les animamos a hacerlo

sintiendo la alegría de estar vivos y de poder disfrutar del momento presente. A continuación, pueden retomar la tarea que estuvieran realizando.

Además, podemos sugerirles que utilicen este ejercicio en su vida cotidiana, para llenarse de calma y alegría, ante diversas situaciones: al despertar por la mañana, mientras esperan en una fila o en la parada del autobús, al escuchar música, cuando se sientan enfadados, etc.

Fuentes: Arguís et al., (2012, p.75-78)

5. CONCLUSIONES

La finalidad global del trabajo presentado es contribuir a mejorar la convivencia escolar dotando al alumnado de primaria de recursos y habilidades sociales con miras a que no se queden sólo en el ámbito escolar, sino que puedan ir más allá y sean herramientas útiles para su vida futura y su formación como ciudadanos adultos.

A diario se dan en la escuela situaciones de caos, de estrés y los programas de habilidades socioemocionales ayudan a mejorar la convivencia escolar haciendo que el tiempo de permanencia en la escuela sea más provechoso y la resolución de conflictos, lejos de hacer perder el tiempo, los hagan fuertes para hacer frente a los obstáculos que puedan surgir en su vida.

Nuestra propuesta es la creación de un aula de convivencia que más allá de ser un “aula de castigo”, facilite la prevención, detección, tratamiento y resolución de los conflictos que suceden a diario en la escuela y aprender a utilizar lo aprendido en experiencias futuras, un aula para “aprender a convivir”.

En el proceso de investigación bibliográfica llevado a cabo para la confección de este programa nos hemos encontrado con muchos más modelos de aula de convivencia en secundaria que en la etapa de primaria. Ciertamente se establece la necesidad de crearla cuando mayor es el problema, pero consideramos fundamental que se pueda contar con este recurso también en la etapa de Educación Primaria. Este trabajo pretende dar un paso para cubrir esta laguna. Nuestra intervención, pretende prevenir más que curar. Los conflictos surgen desde los primeros años de la infancia, pero si tenemos las herramientas apropiadas para canalizarlos y resolverlos, se irán disipando y probablemente no lleguen a estar tan enquistados al llegar a la etapa de secundaria.

Con esta intervención pensamos que hemos satisfecho los objetivos propuestos dado que hemos cubierto tres aspectos que se complementan entre sí:

- La prevención, con los talleres “Aprendemos a convivir”, donde el conocimiento de las propias emociones, el desarrollo de la asertividad o la identificación de los distintos tipos de comportamiento dotan de habilidades para una buena convivencia.

- La resolución de conflicto, a través de los cuales estableciendo pautas de actuación sistemáticas nos permitirán aprender herramientas útiles tanto para el aula como para nuestra vida personal.
- La relajación, como recurso que ayuda en momentos puntuales a recobrar el autocontrol cuya pérdida lleva en la mayoría de las ocasiones a desencadenar serios problemas de violencia.

Se trata, por tanto, de una intervención muy útil en el ámbito escolar, no hay centro que no necesite de ella, pues los conflictos brotan continuamente y la mayoría de las veces no se sabe cómo atajarlos. Creemos que en un centro donde esta filosofía se haga patente se irá desarrollando un clima de armonía, paz y entendimiento extrapolable fuera. La escuela, por tanto, se tiene que implicar en dar una formación integral a sus alumnos/as, una formación que los lleve a crecer como personas y nuestra propuesta contribuye a ello.

Consideramos punto fuerte en el diseño del mismo el que impliquemos a las familias en el propio programa. Hemos diseñado documentos que la informan de los talleres a los que van a asistir sus hijos e hijas, tareas, como los cuentos que deberán leer en familia, sacar conclusiones y luego exponerlas en el colegio. En resumidas cuentas, hemos contado con ellas porque consideramos que un tema tan “humano” no puede ir por libre.

Ninguna intervención será útil sin que se cumplan una serie de requisitos, y en nuestro caso, el principal será contar con un equipo coordinado que lo lleve a cabo. El programa debe ser conocido y consensuado por el equipo docente, sólo así podrá ser efectivo. Si se limita a una actuación puntual durante un tiempo determinado, de nada habrá servido. Hay que tener en cuenta que el desarrollo de la inteligencia emocional siempre va a traspasar las barreras del aula de convivencia y aunque este pueda ser, en muchos casos el punto de partida, es un asunto transversal que debe ser tratado y trabajado por todos los miembros de la comunidad escolar y en cualquier momento. Esto conlleva una predisposición y formación mínima en los docentes además del compromiso de remar todos en la misma dirección.

La cooperación a nivel profesorado es fundamental, el trabajo en equipo enriquece y en este asunto, no solo es recomendable, sino necesario. El docente que no participe

directamente en el aula, lo hará en sus clases, siguiendo el patrón establecido. Son estas, condiciones que se deberán cumplir para que nuestro plan se desarrolle con éxito.

Consideramos una propuesta totalmente factible, hemos contado con situaciones que pueden ser reales, con espacios, medios y disposición personal al alcance de cualquier centro que disponga de la voluntad de llevarlo a cabo.

En cuanto a las limitaciones de este trabajo, podríamos constatar que el tiempo que destinamos para su desarrollo, la hora del recreo, quizás no sea la más idónea, pero, teniendo en cuenta que las sesiones que se proponen son en su mayoría lúdicas y valorando las posibilidades reales de actuación, hemos querido ser coherentes con la realidad escolar y desarrollar este programa dentro de un horario factible y existente fuera de la rigidez de los horarios de otras áreas.

La mayoría de los centros escolares de primaria no disponen de horas de tutoría fijadas en su horario semanal. Los tutores para resolver un conflicto hacen uso del tiempo dedicado a matemáticas, ciencias o idiomas... con lo cual, aun es más conflictiva la resolución e intervención por la prisa, la ansiedad de cumplir con los programas establecidos y la distorsión de las clases. Justificamos así la dedicación de estos talleres en esa franja horaria, con la dificultad que también conlleva por el escaso tiempo de que se dispone.

Hay otro aspecto que se ha quedado sin desarrollar y no por ello es menos importante, y es el de los alumnos y alumnas colaboradores que ayuden en la resolución de conflictos, sin que, en algunos casos, tenga que intervenir el adulto. Han quedado poco especificadas las características que debe tener este alumnado y su formación para el caso. Lo consideramos tarea pendiente para completar un trabajo que lejos de dar por terminado, se convierte en punto de partida para nuestra formación como educadoras.

No damos por concluida por tanto esta intervención. Partimos de la convicción de que aprender a convivir es un aprendizaje que durará toda la vida y no pretendemos que con la participación en estos talleres culmine ese aprendizaje. Este programa puede ser enriquecido con otras propuestas de programas y talleres que atiendan a otros aspectos de la convivencia, como la prevención del rechazo o el acoso escolar.

Abordar este tema nos ha abierto una nueva perspectiva dentro de nuestra formación como docentes. En muchos casos, por motivos laborales, sobre todo, estos pasan más

tiempo al día con los niños que sus propios padres. Nuestra misión pues, no será solo y exclusivamente enseñar a los niños y niñas contenidos u orientarlos y guiarlos en sus aprendizajes, tenemos una tarea mucho más ardua que tendremos que compartir con las familias y será prepararlos para la vida, ayudar a forjarlos como personas.

Para realizar esta propuesta hemos trabajado en equipo. Esto nos ha enriquecido y a la vez nos ha puesto en una situación real de trabajo, situación en la que los maestros y maestras han de encontrarse todos los días, porque la cooperación y el trabajo en equipo engrandecen a los docentes.

Nos sentimos gratamente satisfechas con el tema elegido para nuestro TFG, con este trabajo concluimos nuestro grado en educación primaria, ambas con menciones diferentes, pero con un objetivo común: ser educadoras en el más amplio sentido de la palabra.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Aprender a Pensar. (2012). *Sugerencias para estimular la mente de tus alumnos y alumnas: asertividad*. Recuperado de <http://aprenderapensar.net/2012/10/20/3135/>
- Arguís, R., Bolsas, A. P., Hernández, S., y Salvador, M. M. (2010). Programa “Aulas Felices”. *Psicología Positiva aplicada a la educación*. Zaragoza: Equipo SATI.
- Bravo, I., y Herrera, L. (2011). *Convivencia Escolar en Educación Primaria. Las habilidades sociales del alumnado como variable moduladora* (pp. 173-212). Dedicar. Revista de educação e humanidades.
- De Oña Cots, J. M., y García Gálvez, E. A. (2016). Proyecto escuela: Espacio de paz. Reflexiones sobre una experiencia en un centro educativo. REICE. *Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia Y Cambio En Educación*, (2016). Recuperado de <https://doi.org/10.15366/reice2016.14.2.007>
- Durlak, J., y Weissberg, R. (2007). *The impact of afterschool programs that promote personal and social skills*. Chicago, IL, EEUU: CASEL.
- D'Zurilla, T. (1993). *Terapia de resolución de conflictos*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. (1981). *Manual de terapia racional-emotiva*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- España. Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 4 de mayo de 2006, núm. 106, artículo 124.
- España. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 10 de diciembre de 2013, núm. 295, artículo 124.
- García, J. J. (2011). *Cuentos para portarse bien en el colegio*. Madrid: CCS.
- Goleman, D. y Lantieri, L. (2009). *Inteligencia Emocional Infantil y juvenil*. Aguilar.
- Jares, X. (2006). *Pedagogía de la Convivencia*. GRAÓ.
- Lanni, N. D. (2003). *La convivencia escolar: una tarea necesaria, posible y compleja*. Monografías virtuales. Ciudadanía, democracia y valores en sociedades plurales.

- Martín, X. (1992). *El role-playing, una técnica para facilitar la empatía y la perspectiva social*. Comunicación, Lenguaje Y Educación. Recuperado de <https://doi.org/10.1080/02147033.1992.10821033>
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (s.f.). Recuperado de <https://www.mecd.gob.es/educacion-mecd/mc/convivencia-escolar/formacion/programas-proyectos.html>
- Monjas, M. I. (1999). *Programa de Enseñanzas de Habilidades de Interacción Social (PEHIS)*. Madrid: CEPE.
- Porro, B. (1999). *La resolución de conflictos en el aula*. Buenos Aires: Paidós.
- Rozenblum, S. (1998). *Mediación en la escuela. Resolución de conflictos en el ámbito educativo adolescente*. Argentina: Aique.
- Rubiano, D. M., y Carretero, A. (2008). *Vivir convivir. Convivencia intercultural en centros de Educación Primaria*. Andalucía Acoge y Federación de Asociaciones pro inmigrantes extranjeros en Andalucía.
- Saarni, C. (1999). *The Development of emotional competence*. Nueva York: Guildford Press.
- Sandoval, M. (2011). *Aprendiendo de las voces de los alumnos y alumnas para construir una escuela inclusiva* (pp.114-125). REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación.
- Segura, M., Gil, M. D. M. y Muñoz, A. (2011). *El aula de convivencia: materiales educativos para su buen funcionamiento* (Vol. 190). Narcea Ediciones.
- Seligman, M. (2017). *La auténtica felicidad*. Ediciones B.
- Torrego, J. C., Barranco, R., Funes, S., y Mas, C. (2012). *La ayuda entre iguales para mejorar la convivencia escolar: manual para la formación de alumnos ayudantes*. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ONJ2Xyyh_gC&oi=fnd&pg=PA7&dq="La+ayuda+entre+iguales+para+mejorar+la+Convivencia+Escolar.+Manual+para+la+formación+de+alumnos+ayudante"&ots=5J7PfbJRjF&sig=Ujdg3h7dyGFP2Jkyf4IU8eb_94I#v=onepage&q="La+ayuda+entre+iguales+para+mejorar+la+Convivencia+Escolar.+Manual+para+la+formación+de+alumnos+ayudante"&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ONJ2Xyyh_gC&oi=fnd&pg=PA7&dq=)

ANEXOS

ANEXO 1

- Documento para ingreso en el Aula de Convivencia relleno (a rellenar por el tutor)

Con la finalidad de facilitar la convivencia, la relación entre iguales y el resto de miembros de la comunidad educativa, se solicita el ingreso del alumno/a

Causas de la derivación al Aula de Convivencia

Fdo:

El tutor/a

ANEXO 2

- Documento para valorar las acciones

ACCIONES LEVES	Impuntualidad
	Entrar en lugares prohibidos
	No traer el material de clase
	Tirar papeles o envoltorios al suelo
	No respetar el turno de recreos (pistas) o filas
	Comer en clase o mascar chicle
	Tirar la comida al suelo o a la papelera
	Esconder cosas
	Poner motes ofensivos
	Hablar mal de alguien
	No dejar que alguien participe en una actividad
	La falta de colaboración sistemática del alumnado en la realización de las actividades orientadas al desarrollo del currículo, así como en el seguimiento de las orientaciones de los maestros respecto a su aprendizaje.
	Las conductas que puedan impedir o dificultar el ejercicio del derecho o el cumplimiento del deber de estudiar por sus compañeros.
	Las faltas injustificadas de puntualidad.
	Las faltas injustificadas de asistencia a clase.
ACCIONES MÁS O MENOS GRAVES	Reincidencia de una acción leve
	Mal comportamiento en clase (o en actividades fuera del aula): falta de respeto o de silencio
	Mal comportamiento en el comedor o aula matinal

	Mal comportamiento en las filas (gritos, empujones, etc.)
	Ensuciar, deteriorar, desordenar el material de clase, o de cualquier espacio del centro, plantas, servicios, etc.
	Mentir
	Juegos violentos
	Causar pequeños daños en las instalaciones, recursos materiales o documentos del Centro, o en las pertenencias de los demás miembros de la Comunidad Educativa.
	No respetar las normas en las excursiones
	Insultos
	Los actos que perturben el normal desarrollo de las actividades de la clase.
ACCIONES GRAVES	Peleas con agresiones físicas
	Las vejaciones o humillaciones contra cualquier miembro de la Comunidad Educativa, particularmente si tienen una componente sexual, racial o xenófoba, o se realizan contra alumnos/as con necesidades educativas especiales.
	Cualquier acto dirigido directamente a impedir el normal desarrollo de las actividades del Centro
	Romper cosas
	Decir palabrotas
	Desobediencia a los profesores
	Injurias u ofensas a compañeros
	Las actuaciones perjudiciales para la salud y la integridad personal de los miembros de la Comunidad Educativa del Centro, o la incitación a las mismas
	La suplantación de la personalidad en actos de la vida docente y la

	falsificación o sustracción de documentos académicos
ACCIONES MUY GRAVES	Trato irrespetuoso a los profesores u otro personal del centro con injurias u ofensas
	Agresiones físicas sin mediar conflicto
	Las amenazas o coacciones contra cualquier miembro de la Comunidad Educativa
	El deterioro grave de las instalaciones, recursos materiales o documentos del Centro, o en las pertenencias de los demás miembros de la Comunidad Educativa, así como la sustracción de las mismas
	Obligar a hacer algo (chantaje) a riesgo de agresión
	La reiteración en un mismo curso escolar de conductas contrarias a las normas de convivencia del Centro
	El incumplimiento de las correcciones impuestas, salvo que la Comisión de Convivencia considere que este incumplimiento sea debido a causas justificadas.

ANEXO 3

- Registro de la comunicación a las familias

Estimada familia:

Con la finalidad de facilitar la convivencia, la relación entre iguales y el resto de miembros de la comunidad educativa, su hijo/a _____, acudirá al Aula de Convivencia los días _____ con el objetivo de fomentar:

- Habilidades Sociales relacionadas con la comunicación: diálogo, escucha activa, asertividad...
- Habilidades Sociales relacionadas con las emociones: empatía, reconocimiento de las propias emociones y de los demás, autoestima...
- Habilidades Sociales relacionadas con el pensamiento: pensamiento positivo, control de los pensamientos, autocontrol, valoración de los demás...

Observaciones:

Fdo:

El tutor/a Responsables del Aula de Convivencia Padre/madre/tutor-a legal

ANEXO 4

- Registro de los partícipes del taller

	CURSO y GRUPO	ALUMNO O ALUMNA	PROBLEMA DE CONVIVENCIA	TALLER QUE SE LE RECOMIENDA HACER
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				

17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				

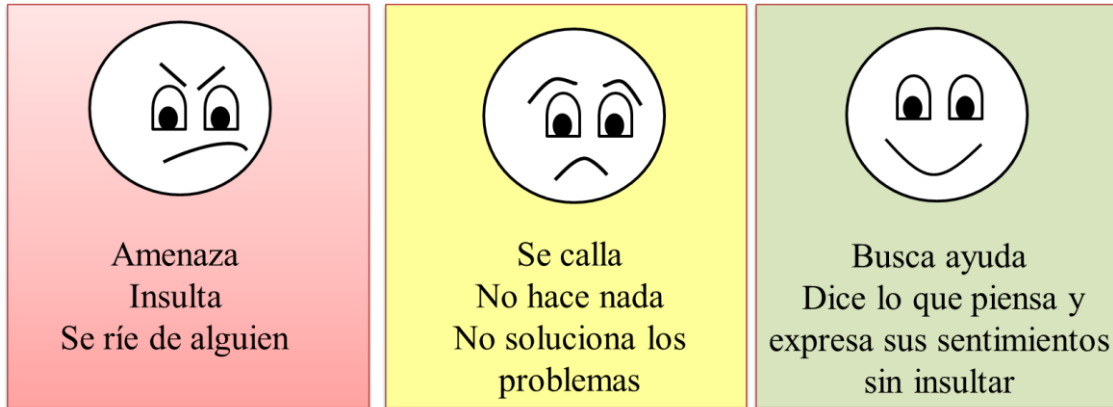
ANEXO 5

- Tarjeta “Mensajes Yo”

<p>Diálogo asertivo: Técnica “Mensajes YO”</p> <p>CUANDO _____ (<i>explica la situación</i>)</p> <p>YO siento _____ (<i>identifica y expresa sus emociones</i>)</p> <p>y LO QUE ME GUSTARÍA / NECESITARÍA / DESEARÍA es que</p> <p>_____</p> <p>(<i>expresa su deseo para encontrar el orden</i>)</p>

ANEXO 6

- Tarjetas de comportamiento



ANEXO 7

- “En busca de la solución” (Cartulina grande plastificada para poder pintar y borrar con facilidad con rotuladores especiales)

<i>Solución propuesta</i>	<i>¿Posible o no?</i>		<i>Valoración numérica</i>
• _____			
• _____			
• _____			
• _____			
• _____			
• _____			
• _____			
• _____			

<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			
<ul style="list-style-type: none"> • _____ 			

