

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/39218347>

# Diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional en un centro educativo

Article in *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* · January 2005

Source: OAI

---

CITATIONS

16

---

READS

1,058

1 author:



[Meritxell Obiols Soler](#)

University of Barcelona

10 PUBLICATIONS 79 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado [View project](#)

***Diseño, desarrollo y evaluación  
de un programa de educación emocional  
en un centro educativo***

Meritxell OBIOLS SOLER

Universidad de Barcelona

**RESUMEN**

Este artículo describe el proceso de desarrollo de un programa de Educación Emocional en las etapas de infantil, primaria y secundaria del Colegio La Salle Bonanova, situado en Barcelona. Esta investigación resulta totalmente innovadora dentro del ámbito educativo y en estos momentos se está potenciando la formación del profesorado y la aplicación del programa con el alumnado de dichas etapas. Nuestra investigación presenta hoy en día una base que podemos considerar estable y sólida, y muestra una buena perspectiva de futuro, puesto que se ha aceptado como una línea a consolidar en nuestro centro y en los centros que forman parte de la misma institución en el resto de Cataluña.

**PALABRAS CLAVE:** Educación emocional, Diseño de programas, Desarrollo de programas, Evaluación de programas.

Correspondencia:

Meritxell Obiols Soler

Frederic Mompou 9, 1º-2º,  
E-08005, Barcelona

E-mail:

obiols@terra.es

Recibido: 10-9-2005  
Aceptado: 25-11-2005

***Design, development and evaluation of an  
Emotional Education program in a school***

**ABSTRACT**

This article describes the developmental process of an Emotional Education program in the primary and secondary levels at "La Salle Bonanova" school, in Barcelona. This research is completely innovative in the field of education and at present the training of teachers and the

implementation of the program with students from those levels are being encouraged. Our research is currently firm and solid and seems to have a good future, now that it is being consolidated in our school and in other schools of the same institution in Catalonia.

**KEY WORDS:** Emotional education, Program design, Program development, Program evaluation.

## ***Introducción***

Enmarcamos el presente trabajo en el Colegio La Salle Bonanova, situado en Barcelona. Es un centro concertado que cuenta con unos 1900 alumnos, repartidos entre infantil (5 líneas), primaria (5 líneas), secundaria (4 líneas) y bachillerato (5 líneas), disponiendo de un claustro formado por 120 docentes.

La investigación que presentamos ha supuesto la introducción de un programa de educación emocional, dirigido en la actualidad a todos los niveles de primaria y secundaria. Esta investigación resulta totalmente innovadora dentro del ámbito educativo y en estos momentos se encuentra en fase de desarrollo, potenciando la formación del profesorado y la aplicación del programa con el alumnado de dichas etapas.

Actualmente, nuestro centro contempla la educación emocional en el Proyecto Educativo de Centro y en el Plan Anual de cada curso académico, habiéndose incorporado en el Plan de Evaluación Interna 2003-2005.

Finalmente, la presente investigación tiene una buena perspectiva de futuro, al haberse aceptado como una línea de trabajo a consolidar en el resto de centros de La Salle en Cataluña.

## ***Antecedentes***

El punto de partida de esta investigación se sitúa en el año 1999. El director del centro en aquel momento, durante las reuniones de claustro, nos empezó a introducir el concepto de inteligencia emocional, un concepto que había irrumpido con fuerza en el mundo empresarial y que empezaba a introducirse en otros ámbitos. La educación era uno de ellos. Nos justificó la necesidad de fomentar el crecimiento emocional de nuestros alumnos, con vistas a conseguir la tan deseada educación integral.

Con el tiempo, la inteligencia emocional aplicada a la educación iba ocupando su parcela en el mundo educativo y empezamos a oír hablar del concepto

de educación emocional, entendido como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo, junto al desarrollo corporal y el desarrollo moral, los elementos esenciales de la personalidad integral del individuo (BISQUERRA, 2000).

En nuestro caso, el modelo de intervención y evaluación corresponde al modelo de programas, entendiendo por programa un plan de acción encaminado hacia metas que consideramos valiosas. Este plan de acción no aparece por casualidad, sino que responde a unas necesidades que los profesores/as del centro estamos detectando cada vez con más frecuencia y que hacen referencia a:

1. Existencia de importantes lagunas emocionales en el alumnado. Estas lagunas son consecuencia de múltiples factores: poca dedicación de los padres a sus hijos por motivos laborales, falta de patrones de conducta, padres separados, sociedad que promueve el consumo de todo tipo y fomenta la agresividad, etc.
2. Necesidad de que los profesores nos resituemos, profesional y personalmente, frente a las nuevas demandas educativas.
3. Vacío en la formación del profesorado respecto a la educación de las emociones de los alumnos, imprescindible si queremos alcanzar una verdadera educación integral.
4. Necesidad de materiales aplicables en el aula.

Todos estos factores provocan, de forma casi espontánea, la conciencia de la necesidad de introducir el trabajo de las emociones en el alumnado y de prepararnos emocionalmente como docentes para recibir a este nuevo tipo de alumnos, llevando a cabo esta labor, cada vez más compleja y que exige una mayor implicación del profesorado.

Los objetivos fundamentales del programa son:

- Conocer mejor las propias emociones y las de los demás.
- Regular las propias emociones.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

## ***Formación del profesorado***

A raíz de los mensajes transmitidos por parte del director de nuestro centro en aquellos momentos, algunos profesores y profesoras, intuyendo la relevancia del tema, sentimos la necesidad de formarnos al respecto y por esta razón decidimos asistir a cursos de inteligencia emocional, además de ir descubriendo la bibliografía surgida al respecto.

Los tutores de 4º de ESO decidimos incorporar la educación emocional en nuestras tutorías grupales durante el curso 2000-2001. Iniciamos este proceso de forma experimental, seleccionando de la bibliografía existente en el mercado (escasa en aquellos momentos), el material didáctico que creímos más oportuno y más práctico para aplicar en nuestro contexto. La investigación resultó muy positiva y gratificante, tanto para nosotros como para nuestros alumnos.

A la vista de los resultados, decidimos repetir la investigación durante el siguiente curso 2001-2002, aunque esta vez con un material didáctico destinado a alumnos y alumnas de secundaria, ya que el material aplicado durante el primer curso iba dirigido fundamentalmente a alumnos de bachillerato, aunque no por eso tuvimos mayores dificultades.

Esta vez, nuestra formación no fue autodidacta como durante el primer curso de aplicación, sino que vino de la mano del mismo coordinador del programa de Educación Emocional que estábamos aplicando, Rafael Bisquerra, catedrático de la Universidad de Barcelona y coordinador del GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica). Nos pusimos en contacto con él y le planteamos la necesidad de formarnos para aplicar con ciertas garantías el programa que su grupo de investigación había elaborado.

Así pues, durante el primer trimestre del curso 2001-2002, trimestre en el cual aplicamos el programa, íbamos recibiendo esta formación, aprovechando la hora de reunión semanal de la cual disponemos los tutores de un mismo nivel. Esta formación, en paralelo con la aplicación del programa con nuestros alumnos y alumnas, nos permitió ir resolviendo nuestras dudas sobre la marcha, así como plantear sugerencias o propuestas de mejora. Fue una ayuda inestimable para volver a repetir con éxito este proceso de aplicación del programa de Educación Emocional por segundo año consecutivo.

Al finalizar el trimestre y después de evaluar los resultados, los tutores de 4º de ESO concluimos que, para asegurar la educación emocional de nuestros alumnos, sería necesario aplicar este programa de forma secuencial en toda la primaria y secundaria. Nuestra aportación a la educación emocional del alumnado, si

a lo largo de toda la escolaridad obligatoria se limitaba a estos tres meses, era prácticamente nula. Por esta razón, propusimos a la dirección del centro la necesidad de sistematizar el proceso de educación emocional.

Se hizo una primera presentación del tema al profesorado y se sugirió la posibilidad de realizar un curso de formación en educación emocional, aportando, además, los argumentos por los cuales apostábamos los tutores que habíamos aplicado el programa. A tal efecto, se organizaron durante el mes de septiembre del curso 2002-2003 dos jornadas matinales de introducción a la educación emocional, impartidas por la misma persona que nos había formado a los tutores de 4º de ESO durante el curso anterior. Para la parte práctica de estas jornadas, se distribuyó el profesorado en dos grupos, correspondientes a primaria y secundaria, y se aplicaron diversas actividades de educación emocional. La dinámica del grupo de primaria fue dirigida por la coordinadora del proyecto de educación emocional y tutora de 4º de ESO del mismo centro, y la dinámica de secundaria por Rafael Bisquerra.

Finalizadas estas jornadas, la dirección del centro manifestó al claustro de profesores su interés en introducir la educación emocional. Para ello, se quería facilitar al máximo esta formación, que se impartiría en el mismo centro al finalizar el horario lectivo. Sería un curso de 15 horas, dirigido a todo el profesorado de primaria y secundaria interesado en el tema, y formaría parte de las 30 horas de formación que hay que realizar anualmente.

27 docentes de primaria y 8 de secundaria aceptaron recibir formación en educación emocional y decidimos llevar a cabo este proyecto de formación, que se realizó durante el primer trimestre del curso. Esta formación fue impartida por dos miembros del GROPE. A partir de este punto, el siguiente paso, en el cual nos encontramos actualmente, consiste en la aplicación del programa de Educación Emocional.

A mediados del mes de febrero del curso 2002-2003 hicimos una sesión de seguimiento del programa. Surgieron muchas dudas y se planteó a dirección la necesidad de facilitar tiempo para permitir la coordinación entre los docentes del mismo nivel. Por otra parte, se sugirió que si se pretende consolidar la educación emocional como línea pedagógica del centro, debería aplicarse de forma obligatoria en todos los niveles y en todas las clases. Así pues, acordamos que, si la investigación puntual de ese curso escolar funcionaba satisfactoriamente, el siguiente paso debería ser la implantación definitiva.

Durante el curso 2003-2004 algunos docentes continuaron esta formación fuera del centro. La coordinadora del proyecto se ofreció a impartir sesiones en toda la primaria, a solicitud del propio profesorado interesado, con la intención de mostrar la metodología propia de la educación emocional y entregó nuevos dossiers de actividades, para ampliar la variedad de actividades donde escoger.

El éxito de estas sesiones conducidas por la coordinadora del proyecto incrementó la demanda del profesorado de primaria, aunque la coordinadora en cuestión tuvo que ajustarse a las posibilidades de su propio horario lectivo. El hecho de comprobar la facilidad de la metodología empleada y el propio entusiasmo demostrado por los alumnos durante las sesiones de educación emocional, ha animado al profesorado a tomar la iniciativa y a empezar a impartir algunas sesiones con sus propios alumnos.

Llegado este punto, se ha sugerido aprovechar los cursos de verano para continuar recibiendo formación, permitiendo así ir profundizando en la filosofía de la educación emocional e ir adquiriendo conocimientos, habilidades y confianza para formar emocionalmente a nuestros alumnos y alumnas. Mientras, procuramos ir adquiriendo la bibliografía que va surgiendo en el mercado sobre educación emocional, que vamos descubriendo y consultando en función de nuestras necesidades. La coordinadora del proyecto se ha encargado de ir distribuyendo estos libros, atendiendo al contenido, entre el profesorado al cual le puede resultar de mayor utilidad.

Durante las jornadas de preparación del curso en septiembre, se celebra un encuentro de todos los centros de la institución La Salle Cataluña. Durante esa jornada, se presentan diversos talleres que exponen las experiencias educativas más relevantes de cada centro. En el curso 2003-2004 se presentaron dos talleres de educación emocional dirigidos al profesorado de primaria y secundaria respectivamente, en los cuales se expuso nuestra investigación en La Salle Bonanova en dichas etapas. A raíz de estos talleres, diversos centros nos solicitaron información sobre el tema, bibliografía, actividades y material didáctico.

Llegado el curso 2004-2005, vista la creciente demanda de formación en el tema por parte del mismo profesorado, se volvieron a repetir dichos talleres. El objetivo era ir motivando al profesorado a partir del éxito de nuestra propia investigación.

Durante el presente curso 2005-2006, en el cual se ha inaugurado la etapa de educación infantil en el centro, se impartirá un curso de educación emocional dirigido a todo el profesorado de dicha etapa. Los objetivos fundamentales de

esta formación son: en primer lugar favorecer la educación emocional del propio profesorado para que, a su vez, sea capaz de facilitar el desarrollo emocional de sus alumnos desde las edades más tempranas.

Como proyecto de futuro, durante el curso 2006-2007 se celebrarán en Cataluña unas jornadas que reunirán a todos los coordinadores pedagógicos de La Salle España. Dichas jornadas se realizan cada dos años y se organizan cada vez en una comunidad autónoma distinta. Estos encuentros bianuales permiten establecer un plan de trabajo a nivel institucional, que después los coordinadores se encargan de dinamizar en sus propios centros. Durante el curso 2006-2007 el eje temático será la educación emocional, lo cual supondrá la oportunidad de dar a conocer este proyecto y motivar su aplicación en el resto de centros de España.

### ***Intervención de las familias***

El grado de implicación de las familias se ha ido propiciando a partir de charlas anuales impartidas en el marco de la Escuela de Padres, charlas que han ido generando la necesidad de profundizar en el tema mediante un curso de educación emocional.

La primera charla, realizada durante el curso 2001-2002 y dirigida especialmente a los padres con hijos en 3º y 4º de ESO, fue impartida por Rafael Bisquerra. La charla pretendía dar a conocer a los padres el significado de la educación emocional, además de justificar la importancia de su introducción en los centros educativos y, sobre todo, en el ámbito familiar.

Durante el curso 2002-2003 se decidió repetir la charla, esta vez impartida por la coordinadora del proyecto que ya aplicaba este programa por tercer año consecutivo en 4º de ESO. La charla despertó un gran interés y la asistencia de padres fue considerable, contando con más de un centenar de asistentes. Esta vez, la exposición pretendía dar a conocer el concepto, objetivos y contenidos de la educación emocional, pero principalmente, pretendía dar pistas prácticas a los padres para educar a sus hijos adolescentes con inteligencia emocional. Hubo una parte práctica para poner a prueba las estrategias sugeridas. El balance de esta charla fue totalmente satisfactorio, como comentaron los mismos padres al finalizar la misma.

El curso 2003-2004 se aprovechó para dirigir esta charla especialmente a padres y madres con hijos en ciclo superior de primaria y fue acogida con el mismo interés del curso anterior. La estructura de la sesión se dividía en tres partes:



exposición muy sencilla de las bases de la educación emocional, estrategias para educar emocionalmente a los hijos y actividad práctica. Esta misma charla fue solicitada por otro centro de la misma institución, recibiendo la misma acogida que en La Salle Bonanova.

Durante el curso 2004-2005 se ofreció una sesión dirigida de forma especial a los padres y madres con hijos en ciclo medio de primaria, aunque esto no suponía descartar al resto de padres. La intención era centrar la exposición en la problemática de estas edades, aunque muchas estrategias suelen ser válidas para todas las edades. Igual que durante el curso anterior, esta charla también volvió a impartirse en otro centro de la misma institución.

Respecto al presente curso 2005-2006, se ha decidido dar un paso más para profundizar en el tema y favorecer el desarrollo emocional de los hijos desde el ámbito familiar, y se ofrecerá a los padres interesados la posibilidad de recibir un curso de educación emocional de 18 horas. Este mismo curso se impartirá en otro centro de la institución.

Otro recurso que hemos utilizado para formar a las familias es la revista escolar, que permite la publicación de artículos divulgativos hablando de la educación emocional.

Así pues, el objetivo de sensibilizar a las familias sobre la importancia de la educación emocional en todos los ámbitos de la vida de sus hijos, creemos haberlo conseguido. El propósito es continuar este proceso de formación y sensibilización de los padres, de los cuales necesitamos su total implicación para llevar a cabo con éxito la labor que estamos emprendiendo con sus hijos e hijas.

### ***La educación emocional a través de las tutorías***

El espacio dedicado a la tutoría grupal se ha revelado como el espacio ideal en nuestro contexto. En 4º de ESO es el cuarto año que se está aplicando un programa de Educación Emocional para secundaria, con actividades extraídas básicamente del material elaborado por el GROPE. Para introducir este programa, primero se sugirió la idea de empezar a trabajar este tema en la tutoría de 4º ESO, propuesta que fue aceptada por la dirección de nuestro centro.

Conviene remarcar que el apoyo incondicional de la dirección del centro a cada una de nuestras iniciativas ha resultado de vital importancia para asegurar la continuidad y la consolidación de nuestro proyecto.

Durante el curso 2000-2001 trabajamos con el material didáctico que pudimos encontrar sobre este tema, muy escaso en aquellos momentos, aunque muy válido. Lo trabajamos en forma de fichas que íbamos repartiendo a los alumnos en cada sesión. Las sesiones, por nuestra reciente introducción en el tema, nuestra inexperiencia en este tipo de dinámicas y por limitaciones de espacio en las aulas, eran básicamente cognitivas.

Durante el curso 2001-2002 decidimos preparar un dossier con las actividades que nos parecieron más idóneas y utilizamos un material didáctico pensado para alumnos de 2º ciclo de ESO, que aplicamos durante la hora de tutoría del primer trimestre.

Llegado el curso 2002-2003 se aplicaron las actividades mejor evaluadas del curso anterior y se introdujeron las correcciones oportunas. El resto de profesorado interesado en el tema, básicamente perteneciente a primaria, empezó a aplicar el programa de educación emocional con sus alumnos, utilizando el material adecuado a su nivel, material que la coordinadora se encargó de preparar y de hacer llegar a todo el profesorado. A petición del profesorado de primaria, se organizaron unas sesiones de presentación del material de cada ciclo, en el cual se explicó el procedimiento a seguir para poner en práctica cada una de las actividades propuestas.

A lo largo del curso 2003-2004, los tutores de 4º de ESO, con más experiencia y mayor conocimiento sobre el tema, preparamos nuevas actividades, esta vez mucho más vivenciales y lúdicas. La acogida por parte de los alumnos fue excepcional y, llegado este punto, hemos decidido fijar este material como prácticamente definitivo. Después de cuatro años tanteando materiales, actividades, diferentes metodologías, creemos haber obtenido el tipo de programa que buscábamos: vivencial, motivador y muy efectivo. Las evaluaciones del alumnado al final del programa confirman nuestra percepción.

En el caso de primaria, durante ese curso se produjo un importante avance en el tema, debido a las sesiones impartidas por la coordinadora a petición del profesorado, tal como comentábamos en párrafos anteriores. El tipo de actividades aplicadas seguían la misma filosofía de la tipología de actividades puestas en práctica en secundaria, es decir, actividades vivenciales y motivadoras. Esto supuso que el propio alumnado de primaria pidiera a sus tutores hacer más sesiones de educación emocional.

Conviene señalar que el centro dispone de un material didáctico propio, publicado y secuenciado para toda la primaria, que trabaja las normas de

convivencia. Durante el curso 2003-2004 se decidió reeditar este material, incorporando el trabajo de la educación emocional. Con este propósito, creamos un grupo de tres personas que estábamos trabajando la educación emocional en diferentes niveles, para la elaboración de este material didáctico. Tuvimos reuniones periódicas de coordinación con el resto de grupos que han colaborado en la reedición de esta colección, pertenecientes a diferentes centros de nuestra institución, y que trabajaron otros ámbitos relacionados con los valores. Nuestro objetivo era la publicación de una colección destinada a potenciar la educación emocional y la educación en valores.

Durante el mes de septiembre del curso 2004-2005 salió a la venta el primer cuaderno de la colección, dirigido a los alumnos de 1º de primaria. Esta publicación propició la introducción sistemática de la educación emocional en dicho nivel de primaria. En junio de 2005 fueron publicados el resto de cuadernos de la colección, recogidos bajo el título de *Si us plau. Educació emocional i educació en valors* (en castellano, *Por favor. Educación emocional y educación en valores*) que próximamente serán traducidos al castellano.

La publicación de la colección ha hecho posible que durante el presente curso 2005-2006, en toda la etapa de primaria de los centros La Salle Cataluña, se impartan sesiones de educación emocional de forma regular. Respecto a la educación infantil, se está en proceso de elaboración del proyecto de educación emocional para esta etapa, que empezará a ser aplicado una vez finalizado el curso de educación emocional que se impartirá al profesorado durante el mes de enero de 2006.

### ***Metodología de evaluación del programa***

La evaluación del programa se realiza básicamente a través del análisis de las actividades realizadas y de los resultados observados a lo largo del desarrollo del programa, como puede ser la detección de mejoras en el comportamiento y el rendimiento de nuestros alumnos y alumnas.

La evaluación de las actividades concretas la realizamos los tutores a partir de una ficha de evaluación de las sesiones, que rellenamos una vez finalizada una sesión de educación emocional. Estas fichas nos permiten recordar las sesiones realizadas, con el objetivo de mejorar el dossier del siguiente curso académico o mejorar la aplicación de la propia actividad en el caso de volverla a poner en práctica.

La recogida de datos ha partido de la complementariedad metodológica, haciendo uso de la metodología cuantitativa (pre-test y post-test sin grupo control, a partir del CEE y la evaluación de 360°) y cualitativa (antes, durante y después, a partir de la observación participante, las entrevistas y los cuestionarios de opinión al final del programa). A continuación, describiremos las principales estrategias de recogida de datos.

El CEE (Cuestionario de Educación Emocional) es un cuestionario de 82 ítems elaborado por el GROPE, que permite evaluar las siguientes dimensiones: emociones, autoestima, habilidades sociales, resolución de problemas y habilidades de vida. Este cuestionario lo pasamos en 4º de ESO, antes y después de aplicar el programa, para evaluar su grado de eficacia. Se han ido recogiendo estos datos desde el curso 2001-2002 y durante el presente curso analizaremos los resultados obtenidos.

La evaluación de 360° es un cuestionario de 14 ítems que permite valorar las competencias emocionales del alumnado. Este cuestionario se utiliza como pre-test y post-test. Cada alumno es evaluado por él mismo (autoevaluación), por tres alumnos que el propio alumno selecciona y por tres profesores que los conozcan. En el post-test se vuelve a repetir el mismo procedimiento, manteniendo a los mismos alumnos seleccionados y a los profesores que habían respondido el pre-test.

Las entrevistas realizadas por el profesorado a sus alumnos, durante la hora destinada a tutoría individual, han resultado muy eficaces para conocer la opinión personal de los alumnos sobre las repercusiones y el grado de utilidad que consideran que este programa tiene en su crecimiento personal. La coordinadora también ha entrevistado a varios tutores que aplican el programa, para detectar las cualidades y deficiencias del programa, así como los progresos que detectan en sus alumnos y en ellos mismos. Estas entrevistas nos están demostrando que todo este esfuerzo está obteniendo sus frutos y que realmente merece la pena continuar con este proyecto.

Los cuestionarios de opinión permiten al profesorado y al alumnado extenderse en su valoración. Cada año nos ha resultado de gran utilidad el cuestionario de opinión al final del programa, que pasamos a todos los alumnos. Es un cuestionario anónimo, en el cual se plantean unas preguntas muy concretas acerca de las aportaciones de la educación emocional a nivel personal, actividades que han gustado más o menos, posibles mejoras a tener en cuenta, etc. Estos comentarios de los alumnos nos han permitido ir mejorando el contenido del programa año tras año.

A nivel global, hemos ido corroborando a lo largo de estos cursos que la evaluación de la investigación ha resultado muy positiva, tanto por parte de los tutores y tutoras como de los alumnos, y los efectos del programa han sido valorados de forma óptima, poniéndose en evidencia la necesidad de una aplicación sistemática de este programa a lo largo de toda la escolaridad. Nuestro objetivo es continuar caminando hacia esta meta.

### **Conclusión**

A lo largo de este artículo hemos ido describiendo el impacto producido durante el proceso de introducción de la educación emocional en nuestro centro. Esta realidad ha sido posible gracias a la valoración positiva que se ha hecho por parte de los miembros de la comunidad educativa.

Las evidencias las hemos ido recogiendo a través de diversas entrevistas realizadas al profesorado a lo largo de estos años, que constatan la creciente mejora en el clima de aula y en la relación profesor-alumno, además de una mejoría en el rendimiento académico global de nuestros alumnos y alumnas. También se ha producido un aumento progresivo del número de docentes interesados en el tema.

Esta valoración positiva también nos ha llegado por parte del alumnado, que nos ha expresado a través de los cuestionarios recogidos a lo largo de estos años, su opinión favorable a la formación recibida desde la educación emocional. También han destacado repetidamente la mejora percibida en sus relaciones interpersonales, tanto entre ellos como con el profesorado. Los resultados obtenidos a través de los CEE y la evaluación de 360° también demuestran el crecimiento emocional de los alumnos a lo largo del proceso de aplicación del programa.

Todas estas evidencias han favorecido el compromiso permanente de la dirección del centro y la aprobación de cualquier iniciativa al respecto. Los resultados que se han ido presentando a lo largo del proceso de desarrollo del programa de educación emocional, han animado a la dirección a dar a conocer este proyecto al resto de centros de Cataluña, con la intención de convertirlo en un objetivo institucional.

Las familias han ido descubriendo, a través de las charlas impartidas en las escuelas de padres y los artículos publicados en la revista escolar, la importancia de la educación emocional y, a la vez, han ido aprendiendo estrategias para educar emocionalmente a sus hijos e hijas. El objetivo es trabajar conjuntamente para conseguir una educación integral y coherente.

IMPLANTACIÓN PROGRESIVA DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL COLEGIO LA SALLE BONANOVA	
Curso 1998-1999	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Charlas de sensibilización por parte de la dirección del centro a todo el profesorado, sobre la importancia de contemplar la educación emocional del alumnado.</li> </ul>
Curso 1999-2000	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia a los primeros cursos de educación emocional por parte del profesorado.</li> </ul>
Curso 2000-2001	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Propuesta de uno de los tutores de 4º de ESO de trabajar la educación emocional en tutoría.</li> <li>• Primera experiencia de introducción de la educación emocional en todos los cursos de 4º de ESO.</li> </ul>
Curso 2001-2002	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formación de los tutores de 4º de ESO mediante seminarios semanales durante un trimestre.</li> <li>• Continuación de la aplicación del programa en 4º de ESO e inicio de su evaluación.</li> <li>• Exposición introductoria a todo el profesorado sobre la relación de la educación emocional y la experiencia en 4º de ESO.</li> <li>• Conferencia sobre educación emocional en el ámbito familiar en el marco de la Escuela de Padres.</li> <li>• Publicación de un artículo en la revista del colegio.</li> </ul>
Curso 2002-2003	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jornadas matinales sobre educación emocional dirigidas a todo el profesorado del centro.</li> <li>• Curso de educación emocional impartido en el propio centro y dirigido al profesorado interesado.</li> <li>• Participación de dos profesoras en el "Postgrado en Educación Emocional" de la Universidad de Barcelona.</li> <li>• Decisión de reeditar un material didáctico utilizado en Primaria, incorporando la educación emocional como eje de trabajo.</li> <li>• Se inicia la primera experiencia de aplicación del programa en Primaria, sobre todo en 1º de Primaria.</li> <li>• Conferencia sobre educación emocional en el ámbito familiar en el marco de la Escuela de Padres.</li> <li>• Publicación de un artículo en la revista del colegio.</li> </ul>
Curso 2003-2004	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implicación y formación progresiva del profesorado, sobre todo en Primaria.</li> <li>• Consolidación del programa de educación emocional en 4º de ESO y en 1º de Primaria.</li> <li>• Conferencia sobre educación emocional en el ámbito familiar en el marco de la Escuela de Padres.</li> <li>• Publicación de dos artículos en la revista del colegio.</li> </ul>

Curso 2004-2005	<ul style="list-style-type: none"><li>• Publicación y aplicación del cuaderno de 1º de Primaria sobre educación emocional y en valores.</li><li>• Trabajo de investigación sobre educación emocional elaborado por una alumna de Bachillerato.</li><li>• Un grupo de alumnas de Bachillerato definen su interés por estudiar Psicología a partir de las sesiones de educación emocional.</li><li>• Aprobación del proyecto de introducción de la educación emocional en Educación Infantil.</li></ul>
Curso 2005-2006	<ul style="list-style-type: none"><li>• Publicación y aplicación de los cuadernos sobre educación emocional y en valores dirigidos a Primaria.</li><li>• Curso de educación emocional dirigido al profesorado de Educación Infantil.</li><li>• Elaboración y puesta en práctica del proyecto de educación emocional en Educación Infantil.</li><li>• Curso de educación emocional dirigido a las familias en el marco de la Escuela de Padres.</li></ul>

## **¿QUÉ SUCEDE CUANDO ME CONTRADICEN?**

### **Objetivos**

- Experimentar sentimientos de frustración, rabia y contrariedad.
- Identificar cómo actúan ante ellos.
- Valorar la funcionalidad del tipo de estrategias que utilizan para conseguir sus objetivos.

### **Procedimiento**

#### *Trabajo por parejas*

El profesor pedirá a los alumnos que se agrupen por parejas para realizar la actividad. Una vez se hayan formado las parejas se les pedirá que busquen un lugar en la sala donde puedan hablar sin molestar ni ser molestados por los otros compañeros.

La consigna que les dará el profesor es la siguiente: uno de los compañeros será A y el otro B. El compañero A pensará en una propuesta para hacer juntos el sábado por la tarde. El compañero B se negará a realizar esa propuesta argumentando en contra de ella. A tendrá que tratar de convencer a B de que su propuesta es buena, y tratará de conseguir que B la quiera llevar a cabo.

A tiene que tratar de convencer a B.

B tiene que poner oposición mediante argumentos en contra.

Tras 5 minutos, el profesor indicará que cambien de papel. Todos los que han hecho de A serán B y todos los que han representado B serán A. Nuevamente el que hace de A tiene que proponer una actividad y B tiene que oponerse y dar argumentos en contra. El tiempo será también de 5 minutos.

### *Trabajo en grupo grande*

El profesor guiará la puesta en común a través de las siguientes preguntas:

¿Cómo os sentíais cuando erais A y vuestra propuesta no era bien recibida? ¿Qué sentimientos os surgían? ¿Qué hacíais entonces? ¿Os venía algún tipo de impulso a actuar (pegar al otro, mandarle a paseo, pasar de él, insultarlo, gritarle, reprocharle cosas...)?

¿Cómo os sentíais cuando erais B y teníais que oponeros a la propuesta del otro? ¿Qué sentimientos os surgían? ¿Cómo percibíais a A: notabais en él agresividad, impotencia, debilidad...? ¿Qué hacíais entonces?

¿En qué papel os sentíais más cómodos? ¿Creéis que tiene algo que ver con vuestra forma de afrontar las emociones de rabia, impotencia o frustración?

¿Qué conclusiones podemos extraer de esta experiencia?

### **Recursos**

Sala grande donde poder trabajar en parejas.

### **Temporalización**

15' para la formación de parejas, repartición de roles y exposición de la consigna. 15' para realizar la práctica. 20-30' para la puesta en común.

### **Observaciones**

Es conveniente estimular a los alumnos a que representen adecuadamente los dos papeles para que la experiencia sea provechosa. Si algún alumno o alumna



se inhibe o bloquea, el profesor puede apoyarlo poniéndose a su lado y diciendo cosas que refuercen el papel que estaba representando.

### **Referencias bibliográficas**

- ÁLVAREZ, M. (Coord.) & AL. (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Praxis.
- BISQUERRA, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- CARPENA, A. (2003). *Educación socioemocional en la etapa de primaria*. Barcelona. Octaedro.
- ELIAS, M. J., TOBIAS, S. E. & FRIEDLANDER, B. S. (1999). *Educación con inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza Janés.
- ELIAS, M. J., TOBIAS, S. E. & FRIEDLANDER, B. S. (2001). *Educación de adolescentes con inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza Janés.
- GÜELL BARCELÓ, M. & MUÑOZ REDON, J. (2000). *Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona: Paidós.
- LÓPEZ CASSÀ, E. (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis.
- MORATÓ, J. & VÁZQUEZ, J. C. (2004). *Si us plau. Educació emocional i en valors*. Barcelona: Claret.
- OBIOLES, M. (2004). Un programa de educación emocional en la ESO. En M. Álvarez y R. Bisquerra, *Manual de orientación y tutoría*. Barcelona: Praxis.
- PASCUAL FERRIS, V. & CUADRADO BONILLA, M. (2001). *Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria obligatoria*. Barcelona: Praxis.
- RENOM, A. (2003). *Educación emocional. Programa para la educación primaria*. Barcelona: Praxis.
- SHAPIRO, L. E. (1998). *La inteligencia emocional de los niños*. Barcelona: Ediciones B.