



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Centro de Estudios de Postgrado

Trabajo Fin de Máster

**EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL
AULA. DISEÑO DE UN PROGRAMA
DE ORIENTACIÓN E INTERVENCIÓN
PSICOPEDAGÓGICA PARA
ALUMNADO DE 1º ESO**

Alumno/a: Utrera Pavón, Lucía

Tutor/a: Prof. Dña. Runte Geidel, Ariadne
Dpto: Pedagogía

Junio, 2020

Índice

1. RESUMEN Y PALABRAS CLAVE.....	3
2. INTRODUCCIÓN.....	4
3. ANÁLISIS DEL CONTEXTO.....	5
3.1. Situación geográfica del centro.....	5
3.2. Aspectos demográficos y socioeconómicos del centro.....	7
3.3. Descripción del centro.....	8
3.4. Departamento de Orientación.....	9
3.5. Características del alumnado.....	9
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
4.1. ¿Qué son las emociones?.....	10
4.2. Inteligencia emocional y educación emocional.....	11
4.3. Modelos de inteligencia emocional.....	11
4.4. Modelos de competencias emocionales.....	15
4.5. Programas de educación emocional.....	19
5. PROGRAMA DE ORIENTACIÓN E INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA. EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA. DISEÑO DE UN PROGRAMA DE ORIENTACIÓN E INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA PARA ALUMNADO DE 1º ESO.....	23
5.1. Planificación.....	23
5.2. Diseño del programa.....	23
5.2.1. Objetivos.....	23
5.2.2. Competencias.....	23
5.2.3. Unidades de actuación.....	24
5.2.3.1. Acción Tutorial.....	24
5.2.3.1.1. Justificación.....	24
5.2.3.1.2. Destinatarios.....	25
5.2.3.1.3. Objetivos.....	25
5.2.3.1.4. Competencias.....	25
5.2.3.1.5. Metodología.....	26
5.2.3.1.6. Actividades.....	26
5.2.3.1.7. Cronograma.....	30
5.2.3.1.8. Evaluación.....	31
5.2.3.2. Atención a la diversidad.....	31
5.2.3.2.1. Justificación.....	31
5.2.3.2.2. Destinatarios.....	31
5.2.3.2.3. Objetivos.....	31
5.2.3.2.4. Competencias.....	32
5.2.3.2.5. Metodología.....	32
5.2.3.2.6. Actividades.....	32
5.2.3.2.7. Cronograma.....	37
5.2.3.2.8. Evaluación.....	37
5.2.3.3. Orientación académica y profesional.....	38
5.2.3.3.1. Justificación.....	38
5.2.3.3.2. Destinatarios.....	39
5.2.3.3.3. Objetivos.....	39
5.2.3.3.4. Competencias.....	39
5.2.3.3.5. Metodología.....	39

5.2.3.3.6. Actividades.....	40
5.2.3.3.7. Cronograma.....	44
5.2.3.3.8. Evaluación.....	44
5.2.4. Recursos.....	45
5.2.5. Evaluación.....	45
.....	46
5.2.6. Cronograma del programa.....	46
5.3. Aplicación y seguimiento.....	47
5.4. Evaluación del programa.....	48
5.5. Consideraciones finales.....	49
6. BIBLIOGRAFÍA.....	50
7. ANEXOS.....	52
Anexo 1. Ficha evaluación actividad 1 de la Acción Tutorial.....	52
Anexo 2. Ficha emociones actividad 2 de la Acción Tutorial.....	53
Anexo 3. Cuestionario para evaluar la Acción Tutorial por parte del profesorado y las familias.....	54
Anexo 4. Cuestionario para evaluar la Acción Tutorial por parte del alumnado.....	55
Anexo 5. Ficha historia de la actividad 2 de la sesión 1 de la Orientación Académica y Profesional.....	56
Anexo 6. Ficha final 1 de la historia de la actividad 2 de la sesión 1 de la Orientación Académica y Profesional.....	57
Anexo 7. Ficha final 2 de la historia de la actividad 2 de la sesión 1 de la Orientación Académica y Profesional.....	58
Anexo 8. Ficha anuncios oferta de empleo de la actividad 1 de la sesión 2 de la Orientación Académica y Profesional.....	59
Anexo 9. Ficha preguntas entrevista de trabajo de la actividad 1 de la sesión 2 de la Orientación Académica y Profesional.....	60
Anexo 10. Cuestionario para evaluar la Orientación Académica y Profesional.....	61

1. RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

Las competencias en educación emocional están siendo cada vez más demandadas en nuestra sociedad. Los centros educativos suponen una estupenda vía para acceder al alumnado y llevar a cabo con ellos programas de orientación e intervención psicopedagógica dirigidos a la enseñanza y el fortalecimiento de competencias y estrategias emocionales. El presente programa está destinado a alumnos/as de 1º de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y se realizará desde tres áreas de intervención que son la Acción Tutorial, la Atención a la Diversidad y la Orientación Académica y Profesional. Las actividades realizadas en cada una de las áreas tratarán de cubrir los objetivos principales de la educación emocional.

Palabras clave: educación emocional, competencias emocionales, comunidad educativa, habilidades sociales y comunicación.

Abstract

Competencies in emotional education are being increasingly demanded in our society. Educational centers are a great way to access students and carry out counseling and psycho-pedagogical intervention programs aimed at teaching and strengthening emotional skills and strategies. This program is intended for students of 1st Compulsory Secondary Education (ESO) and will be carried out from three intervention areas: Tutorial Action, Attention to Diversity and Academic and Professional Orientation. The activities carried out in each of the areas will try to cover the main objectives of emotional education.

Key words: emotional education, emotional skills, educational community, social skills and communication.

2. INTRODUCCIÓN

La educación emocional no siempre tuvo la importancia que se merecía. Sin embargo, poco a poco esta situación ha cambiado. En los últimos años se ha intentado trabajar en ella desde las aulas y a una edad cuanto más temprana mejor. Si el alumnado recibe una educación emocional adecuada será capaz de gestionar mejor las emociones, y por lo tanto poseerá un mayor bienestar personal.

Educar emocionalmente no consiste simplemente en conocer los tipos de emociones que las personas pueden experimentar, que en ocasiones tampoco se conocen a la perfección, sino que también engloba el autoconocimiento. Saber qué nos está pasando en cada momento ayuda a que la persona pueda dar respuesta a esa necesidad y por consiguiente alcanzar la estabilidad y el equilibrio. Además, esto permite conocer también los estados emocionales de aquellos que te rodean.

Más allá del mero conocimiento de qué es una emoción y ser capaz de identificarla, la educación emocional dota al individuo de la capacidad para gestionar todos estos acontecimientos que tienen lugar en la vida diaria. Con ello las relaciones interpersonales se ven favorecidas. Las competencias emocionales otorgan mayor dominio en cuanto a habilidades sociales se refiere, mejorándose consecuentemente la capacidad de comunicación entre las personas.

Comprender todo lo que rodea al mundo emocional ayuda a entender que las emociones no pueden definir a la persona, es decir, que independientemente de cómo alguien se sienta, puede ser capaz de comprenderse, darse tiempo y ayudarse a sí misma a afrontar los retos del día a día, sin considerarse mejor o peor por sentir o experimentar una determinada emoción.

Finalmente, las competencias en educación emocional son cada vez más demandadas en el mercado laboral. En primer lugar, ayudan a la persona a definir qué camino elegir en el ámbito educativo, con qué opción podrá desarrollarse plenamente. En segundo lugar, ayudan también a elegir la carrera profesional con la que cada uno se siente realmente identificado. Y finalmente, favorecen las relaciones entre compañeros/as que repercutirá positivamente en el trabajo que se lleve a cabo. De ahí que la sociedad demande este tipo de capacidades como imprescindibles en cualquier persona.

Por tanto, el presente programa irá destinado a desarrollar todas estas capacidades en el alumnado de 1º de la Educación Secundaria

Obligatoria (ESO) con el fin de mejorar el bienestar psicológico del alumnado.

3. ANÁLISIS DEL CONTEXTO

3.1. Situación geográfica del centro

El presente Programa de Orientación e Intervención Psicopedagógica se llevará a cabo dentro del Departamento de Orientación del Instituto de Educación Secundaria (IES) San Felipe Neri (*Imagen 1*). Dicho centro se encuentra localizado actualmente en la zona sur de Martos, cerca de la ladera de la Peña, situándose en la parte llana de la localidad (*Imagen 2*). Sin embargo, no siempre ha estado ubicado aquí. Cuando se inició, en el año 1957, era conocido como el Taller Escuela Sindical de Formación Profesional (FP) San Felipe Neri y estaba situado en la calle Dolores Torres.

En las inmediaciones de la localización actual del centro se encuentra el Polígono Industrial de Martos (*Imagen 3*) al que se hará referencia posteriormente.



Imagen 1. Puerta principal del IES San Felipe Neri. Martos (Jaén). **Fuente:** sitio web Google Maps <https://www.google.com/maps/place/I.E.S.+%22San+Felipe+Neri%22/@37.7091658,-3.9731457,15z/data=!4m12!1m6!3m5!1s0x0:0x2b00edabc9088998!2sI.E.S.+%22San+Felipe+Neri%22!8m2!3d37.7089632!4d-3.9732599!3m4!1s0x0:0x2b00edabc9088998!8m2!3d37.7089632!4d-3.9732599>



Imagen 2. Interior del IES San Felipe Neri. Martos (Jaén). Fuente: facebook del IES <https://es-es.facebook.com/pages/category/High-School/IES-San-Felipe-Neri-112330460328663/>

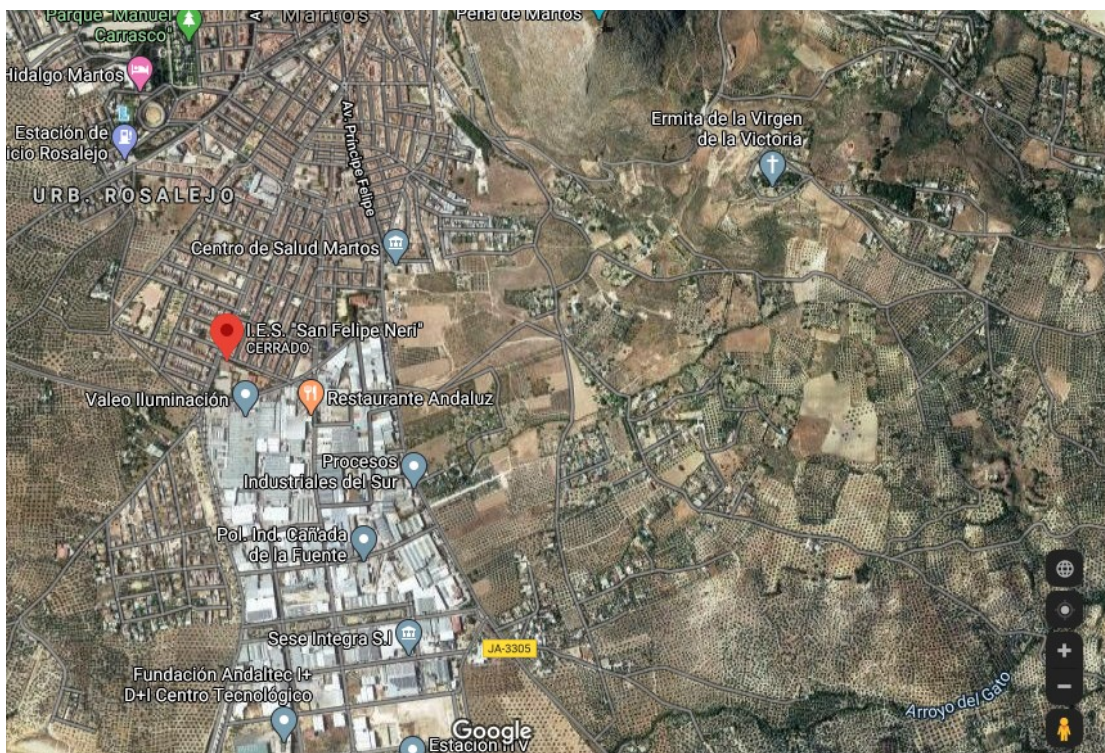


Imagen 3. Ubicación IES San Felipe Neri en el plano de Martos (Jaén). Fuente: sitio web Google Maps <https://www.google.com/maps/place/I.E.S.+%22San+Felipe+Neri%22/@37.7091658,-3.9731457,15z/data=!4m12!1m6!3m5!1s0x0:0x2b00edabc9088998!2sI.E.S.+%22San+Felipe+Neri%22!8m2!3d37.7089632!4d-3.9732599!3m4!1s0x0:0x2b00edabc9088998!8m2!3d37.7089632!4d-3.9732599>

3.2. Aspectos demográficos y socioeconómicos del centro

Martos es una ciudad perteneciente a la provincia de Jaén (Andalucía). Cuenta con una población de aproximadamente 24.207 habitantes según el Instituto de Estadística y Cartografía de Andalucía (SIMA) y es la capital mundial del aceite de oliva. Tradicionalmente Martos se conoce como la Ciudad de la Peña, debido a su localización en las faldas de un peñón llamado la Peña de Martos.

Los orígenes de la ciudad tienen lugar gracias al desarrollo de los primeros asentamientos humanos en la prehistoria, alrededor de la imponente peña que domina la ciudad. La orografía accidentada del terreno hace que el casco histórico esté formado por calles angostas, sinuosas y empinadas, mientras que las zonas construidas recientemente ocupan la llanura propia del Valle del Guadalquivir. El casco histórico, además, está declarado Bien de Interés Cultural, dentro de la categoría de conjunto histórico-artístico.

En cuanto a la actividad económica marteña, se encuentra que está apoyada principalmente en la agricultura y la industria, con gran presencia de esta última en el municipio debido a la instalación de fábricas relacionadas con la automoción en el polígono industrial mencionado anteriormente, y sus industrias auxiliares, gran fuente de empleo y riqueza para el municipio y su comarca.

Tradicionalmente el sector agricultor ha sido el sustento principal de la economía local, con la explotación del monocultivo del olivar. Martos es considerado como el principal productor mundial de aceite de oliva, aunque también se destaca por la presencia de pequeñas huertas con cultivos de hortalizas.

Como se menciona anteriormente, el desarrollo del sector industrial en Martos ha resultado tan importante gracias a la industria automovilística. Esto fue posible debido a la instalación, en el año 1970, de la multinacional francesa Valeo. Este hecho supuso la construcción del polígono industrial Cañada de la Fuente, dando lugar a la consolidación de un importante tejido empresarial que directa o indirectamente genera numerosos puestos de trabajo gracias a su actividad y producción.

Por su parte, el sector terciario está formado por múltiples servicios que cubren todas las necesidades de la población. La ausencia de grandes superficies en el municipio permite que estos servicios sean llevados a cabo mayoritariamente por pequeñas empresas.

Finalmente, y a lo que realmente compete el presente trabajo, Martos cuenta con una oferta educativa compuesta por catorce centros educativos (doce públicos y dos concertados) que están situados entre la zona central y los anejos.

En los institutos de educación secundaria, además de impartir la ESO y el Bachillerato, se imparten cursos de formación profesional de grado medio y superior, como es el caso del IES San Felipe Neri. En cuanto a otras enseñanzas que se llevan a cabo en el municipio, destacan el centro ocupacional La Peña (para personas de diversidad funcional), la escuela taller y la escuela municipal de teatro, música y danza.

3.3. Descripción del centro

Hasta el año 1978 estuvo bajo el sustento de los sindicatos y en el curso 1978-1979 cambió el nombre por el de Centro de FP. En el año 1984 pasó a llamarse Instituto FP y dependía del Ministerio de Educación. Más tarde lo haría de la Junta de Andalucía.

Finalmente, a partir del curso 1995-1996 se denominó IES San Felipe Neri. Se trata, por tanto, de un Instituto de Educación Secundaria que ha experimentado una importante reestructuración desde su creación como Centro de Formación Profesional. Su progreso se ha basado en los cambios de las enseñanzas que ha ofertado, debido a la demanda educativa de su alumnado. Desde el curso 2007-2008 hasta la actualidad la configuración de enseñanzas en el centro es la siguiente:

- Educación Secundaria Obligatoria (ESO).
- Formación Profesional Básica (FPB).
- Educación Especial Específica.
- Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales y Ciencias y Tecnología).
- Formación Profesional Específica (Ciclo Formativo de Grado Medio de Instalación y Mantenimiento de Maquinaria y Conducción de Líneas; Ciclo Formativo de Grado Medio de Gestión Administrativa; Ciclo Formativo de Grado Superior de Administración y Finanzas; y Ciclo Formativo de Grado Superior de Mecatrónica Industrial).

Es un centro bilingüe formado por 75 profesores y que cuenta con aulas regulares para impartir clases y con las siguientes aulas específicas donde además de impartirse clases se realizan otro tipo de actividades:

- Aulas de Informática.
- Aula de plástica.

- Aula de música.
- Aula de tecnología.
- Aula de apoyo para la integración.
- Aula específica para niños con necesidades especiales gravemente afectados.
- Biblioteca.
- Laboratorios.
- Talleres de mantenimiento (para los ciclos formativos).
- Gimnasio y pistas deportivas.
- Dirección.
- Jefatura de estudios.
- Departamento de orientación.
- Departamentos (de las diferentes asignaturas impartidas).
- Secretaría.
- Salón de actos.

3.4. Departamento de Orientación

El departamento de orientación está formado por una jefa de departamento que es la orientadora, dos profesoras de PT (Pedagogía Terapéutica), una PTIS (Profesional Técnico de Integración Social) o MEE (Monitora de Educación Especial), una profesora de apoyo curricular al alumnado sordo y una profesora de educación compensatoria.

3.5. Características del alumnado

El IES San Felipe Neri presta atención el presente curso (2019-2020), a 806 alumnos/as de edades comprendidas entre 12 y 25 años aproximadamente. En Séneca se encuentran censados con diagnóstico de NEAE (Necesidades Específicas de Apoyo Educativo) 67 alumnos/as, hasta este momento. En concreto 20 NEE (Necesidades Educativas Especiales), 18 DIA (Dificultades de Aprendizaje), 22 AACC (Altas Capacidades) y 11 Educación Compensatoria. La suma de manera individual es mayor de 67 debido a que algunos tienen doble diagnóstico y Séneca los censa doblemente.

Los alumnos/as del centro son jóvenes que proceden de los Centros de Primaria Virgen de la Villa y Hermanos Carvajales, en su gran mayoría, para comenzar la etapa de la ESO. Además, para cursar Ciclos Formativos y Bachillerato se matriculan alumnos/as de los Colegios

Divina Pastora y San Antonio de Padua, ambos situados en la misma localidad y que ofrecen enseñanza desde primaria hasta secundaria (y bachillerato en el caso de San Antonio de Padua). También llegan alumnos/as de Las Casillas y de Fuensanta de Martos, así como de pueblos situados en los alrededores como son Torredonjimeno y Torredelcampo.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1. ¿Qué son las emociones?

En primer lugar, es necesario definir qué son las emociones. Según Greenberg (2000), se tratan de respuestas fisiológicas generadas por nuestro cuerpo en respuesta a los cambios que tienen lugar en nosotros mismos o en nuestro entorno. Dichos cambios están basados en experiencias que a su vez obedecen a distinto tipo de percepciones, actitudes o creencias sobre el mundo, que son empleadas para percibir y valorar una determinada situación. Por tanto, dependiendo del tipo de experiencias que alguien haya tenido, reaccionará de un modo u otro ante las distintas situaciones que se le presenten. Y otra persona reaccionará totalmente diferente a esa misma situación porque sus experiencias son distintas. La principal función de las emociones es dotarnos de información sobre el modo de actuar en las diferentes situaciones de la vida cotidiana. Pueden servir de gran ayuda para conocernos mejor y saber qué necesitamos en cada momento.

Suelen distinguirse dos tipos de emociones: primarias y secundarias. Las emociones primarias son aquellas emociones básicas que sentimos verdaderamente y que no esconden, en principio, ningún otro tipo de emoción más. Ekman y Friesen (1971) distinguieron dentro de esta categoría seis subtipos de emociones: tristeza, alegría, miedo, ira, asco y sorpresa. En cuanto a las emociones secundarias son aquellas emociones defensivas que ocultan o ensombrecen nuestros sentimientos verdaderos o primarios. En determinadas ocasiones estas emociones parecen para paliar o enmascarar los efectos de las emociones primarias.

Según Geenberg (2000) todas las emociones resultan válidas desde el punto de vista de que nos aportan información valiosa. Por tanto, no se trata de hablar de emociones positivas o negativas, si no de emociones adaptativas o desadaptativas. Las adaptativas, son aquellas que responden a una situación actual y nos motivan a actuar en consonancia para satisfacer la necesidad que subyace dicha situación. Una vez que esta ha sido afrontada la emoción desaparece. Por su parte, las emociones desadaptativas son activadas ante una situación actual, pero pertenecen a una situación pasada. Las primeras sirven como guía de acción mientras que las segundas nos anclan en el pasado

y no nos ofrecen ningún tipo de ayuda por lo que es necesario sustituirlas.

4.2 Inteligencia emocional y educación emocional

Primeramente, se deben diferenciar dos conceptos que normalmente se usan de manera indistinta. Estos conceptos son la inteligencia emocional y la educación emocional. Salovey y Mayer (1990) definen la inteligencia emocional como “la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones”. Por su parte, Daniel Goleman (1996) la define como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”.

Se encuentran en la literatura una serie de modelos que definen la inteligencia emocional desde diferentes perspectivas. Existen los modelos mixtos que aúnan diversas habilidades, objetivos, rasgos de personalidad, destrezas, competencias y disposiciones afectivas. Estos modelos suelen ser criticados por contener numerosas y complejas variables, que en ocasiones se quedan solo en eso, variables aisladas que no conforman realmente un modelo (Fragoso-Luzuriaga, 2015).

4.3. Modelos de inteligencia emocional

Los modelos más representativos de esta categoría son el modelo de Goleman (1996), y el modelo de Bar-On (1997). En el modelo de Goleman (1996) la inteligencia emocional se entiende como un conjunto de características clave para solucionar satisfactoriamente los conflictos de la vida cotidiana. Entre estas se encuentran la habilidad de automotivarse y persistir a pesar de las adversidades; controlar el impulso de premiarse constantemente; regular el humor; evitar trastornos que disminuyan las funciones cognitivas; mostrar empatía; y generar esperanza. Este modelo ha estado en continua evolución y actualmente afirma que la inteligencia emocional está formada por cuatro dimensiones compuestas a su vez por diferentes competencias:

1. El conocimiento de uno mismo. Esta dimensión está compuesta por la competencia del autoconocimiento emocional. Las capacidades ligadas a esta competencia son: atender las señales internas; valorar en qué medida afectan los sentimientos propios en el desempeño laboral; prestar atención

a la intuición; y ser capaces de hablar abiertamente de las emociones que se experimentan para poder emplearlas como guía.

2. La autorregulación. Dimensión relacionada con el modo en el que la persona gestiona su mundo interior para su beneficio y el de los demás. Las competencias que incluye esta dimensión son: autocontrol emocional, orientación a los resultados, adaptabilidad y optimismo.
3. La conciencia social. Dimensión imprescindible a la hora de entablar una buena relación interpersonal. Las competencias que han de tenerse por tanto son empatía y conciencia organizacional.
4. La regulación de relaciones interpersonales. Esta dimensión hace hincapié en aspectos como la persuasión o influencia sobre los demás. Está formada por las siguientes competencias: inspiración de liderazgo, influencia, manejo de conflicto y trabajo en equipo.

Según Goleman (1996), una persona que posea un buen nivel de inteligencia emocional puede que no domine a la perfección todas las competencias emocionales, ya que este concepto solo describe la capacidad que tiene esa persona para el uso de habilidades intrapersonales e interpersonales.

Por otro lado, el modelo de Bar-On (1997) habla sobre la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades y competencias que indican cómo de efectivas son las personas para entender a los demás y comprenderlos, expresar sus emociones y hacer frente a las demandas de la vida cotidiana. Partiendo de esta base, el autor elabora el modelo denominado ESI (*Emotional Social Intelligence*), el cual comprende cinco dimensiones básicas:

1. Intrapersonal. Consiste en la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y su autoexpresión. Las competencias que posibilitan esto son: autorreconocimiento, autoconciencia emocional, asertividad, independencia y autoactualización.
2. Interpersonal. Dimensión basada en la conciencia social y las relaciones interpersonales. Sus competencias son: empatía, responsabilidad social y establecimiento de relaciones interpersonales adecuadas.
3. Manejo de estrés. Dimensión centrada en el manejo y regulación emocional. Formada por las siguientes competencias: tolerancia al estrés y control de impulsos.
4. Adaptabilidad. La base de esta dimensión es el manejo del cambio. Sus competencias son: observar la realidad, flexibilidad y resolución de conflictos.

5. Humor. Dimensión relacionada con la habilidad de la persona para guiar su vida. Las competencias que la forman son: optimismo y felicidad.

Los modelos mixtos han servido para visibilizar la inteligencia emocional, sin embargo, son criticados como se ha mencionado anteriormente. Se encuentran otro tipo de modelos alternativos como el Modelo de Habilidad de Mayer y Salovey (1990). Estos autores parten de una perspectiva contemporánea de la emoción, es decir, consideran que las emociones son una ayuda para el desarrollo del pensamiento y que además, son una parte fundamental del procesamiento de información que realiza el cerebro. El concepto de inteligencia emocional que ellos proponen aúna el componente cognitivo y afectivo dando lugar a cuatro habilidades básicas de la inteligencia emocional:

a. Percepción, valoración y expresión de las emociones. Es la habilidad más básica y hace alusión a la seguridad con la que las personas pueden identificar las emociones y el contenido de estas, tanto en ellas mismas como en los demás. Se incluyen aquí el registro, la atención y la identificación de los mensajes emocionales. Está compuesta por cuatro subhabilidades: habilidad para identificar las emociones en las sensaciones; habilidad para identificar emociones en otras personas; habilidad para expresar las emociones de manera adecuada y las necesidades relacionadas con los sentimientos; y habilidad para distinguir si la expresión de los sentimientos es o no adecuada u honesta o deshonestas.

b. Facilitación emocional del pensamiento. Esta habilidad mantiene relación con la capacidad de usar las emociones como parte de algún proceso cognitivo como por ejemplo, la creatividad o la resolución de problemas. Está formada a su vez por otras cuatro subhabilidades: priorización y redirección del pensamiento según los sentimientos; uso de las emociones en beneficio del juicio y la memoria; capitalización de las fluctuaciones en los estados emocionales que capacitan a la persona para cambiar de perspectiva y tener en cuenta diferentes puntos de vista; y empleo de diversos estados emocionales para proporcionar formas específicas de solventar un problema o de emplear el razonamiento y la creatividad.

c. Comprensión de las emociones. Esta habilidad hace referencia al conocimiento del sistema emocional, es decir, conocer el modo en el que se procesa la emoción a nivel cognitivo y cómo influye el empleo de la información emocional en los procesos de razonamiento. Al igual que las dimensiones anteriores, está compuesta por cuatro subhabilidades: habilidad para etiquetar emociones e identificar las relaciones que tienen estas con las palabras. Por ejemplo, las relaciones entre gustar y amar; habilidad para expresar emociones que mantengan una relación

lógica con los hechos. Por ejemplo, que la tristeza siempre acompaña a una pérdida; habilidad para comprender emociones complejas como sentimientos de amor y odio que en ocasiones se experimentan de manera simultánea; y habilidad para reconocer posibles cambios entre emociones como la transición del enojo a satisfacción o tristeza.

d. Regulación reflexiva de las emociones. Habilidad relacionada con la capacidad de aceptar tanto los estados emocionales positivos como los negativos, reflexionar sobre ellos y discernir si la información que los acompaña es útil, sin llegar a reprimirla o exagerarla, así como para la regulación de las emociones propias y ajenas. También se encuentra formada por cuatro subhabilidades: habilidad para aceptar los sentimientos, sean estos agradables o no; habilidad para aproximarse o distanciarse de manera reflexiva de una emoción determinada dependiendo de la información o utilidad que nos aporte; habilidad para monitorear las emociones en uno mismo y en otros reconociendo si estas son importantes, razonables, puras o comunes; y habilidad de manejar las emociones en uno mismo y en los demás disminuyendo sus efectos negativos e incrementando los positivos y sin reprimirlas o exagerarlas en el momento de expresarlas.

Este modelo, contrariamente a los anteriores, explica que la inteligencia emocional está compuesta por una serie de habilidades de procesamiento de información, y no por competencias.

La educación emocional, por su parte, surge para dar respuesta a las necesidades sociales que no se atienden de manera adecuada en el currículum académico ordinario. Las necesidades de las que se hablan son, entre otras, la presencia de ansiedad, estrés, depresión, consumo de drogas, etc. Se puede afirmar que, en gran medida, la consecuencia de todo lo anterior es el analfabetismo emocional (Bisquerra, 2011).

Por tanto, la educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de las competencias que engloban la inteligencia emocional. Estas se pueden definir como el compuesto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes requeridas para ser capaces de tomar conciencia, comprender, expresar y regular de manera adecuada los fenómenos emocionales. Si se descompone este conjunto se encuentra que sus componentes son la conciencia y regulación emocional, la autonomía emocional, las competencias sociales, las habilidades de vida y el bienestar.

El desarrollo de esta serie de competencias precisa de una práctica continuada. Esto hace que la educación emocional deba estar presente desde la educación infantil, y que continúe durante todo el ciclo vital de la persona. Igualmente, debe llevarse a cabo de forma temprana en el contexto familiar (Bisquerra, 2011).

En el campo de las competencias emocionales, se encuentran también varios modelos teóricos. En este trabajo se desarrollarán dos: el modelo de competencias emocionales de Carolyn Saarni (1999) y el modelo de competencias emocionales de Rafael Bisquerra (2003).

4.4. Modelos de competencias emocionales

En primer lugar, el modelo de Saarni (1999) habla sobre la existencia de ocho competencias básicas:

1. Conciencia emocional de uno mismo. Se basa en la capacidad de experimentar múltiples experiencias emocionales, diversos niveles de madurez emocional y ser conscientes de los procesos emocionales que aparentemente son inconscientes.
2. Habilidad para discernir y entender las emociones de otros. Para llevarla a cabo la persona debe basarse en el contexto y en las pistas emocionales sobre las que exista consenso social acerca de su significado.
3. Habilidad para emplear el lenguaje y las expresiones propias de la emoción. Esta habilidad debe mantener siempre relación con las culturas y subculturas propias de la persona.
4. Capacidad de mostrar empatía. Consiste en tener la capacidad de reconocer y comprender las experiencias emocionales de los demás.
5. Habilidad para diferenciar la experiencia emocional subjetiva interna de la expresión emocional externa. Esta habilidad se encuentra relacionada con estrategias de autopresentación y debe emplearse tanto con uno mismo como con los demás.
6. Habilidad para la resolución adaptativa de conflictos. Se lleva a cabo para reducir el impacto de las situaciones adversas que se presentan a lo largo de la vida.
7. Conciencia de comunicación emocional en las relaciones. Se centra en la capacidad para expresar de forma genuina la emoción, así como el grado de reciprocidad capaz de generarse en los demás.
8. Capacidad de autoeficacia emocional. Esta habilidad permite que la persona se sienta tal y como desea hacerlo. Se trata de un balance emocional entre lo personal, lo social y lo cultural.

Este modelo está íntimamente relacionado con el desarrollo humano y las teorías cognitivas de la emoción. Por lo tanto, se separa claramente de las teorías de la inteligencia emocional. En segundo lugar, se encuentra el modelo de Rafael Bisquerra (2003) quien asegura

que las competencias emocionales son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes indispensables para comprender, tomar conciencia, regular y expresar de manera adecuada los fenómenos emocionales, los cuales tienen el objetivo de promover el bienestar personal y social. Basándose en lo anterior, elabora un modelo compuesto por las siguientes competencias emocionales:

a. Conciencia emocional. Se define como la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones. Está formada por cuatro subcompetencias: lograr conciencia de las propias emociones, dar nombre a las emociones, comprender las emociones ajenas y ser consciente de la interacción existente entre emoción, cognición y comportamiento.

b. Regulación emocional. Esta competencia se utiliza para emplear las emociones de manera adecuada. Se compone también de cuatro sucompetencias: expresión emocional adecuada, regulación de las emociones y el conflicto, desarrollo de habilidades de afrontamiento y capacidad para autogenerar emociones positivas.

c. Autonomía emocional. Se basa en el compuesto de características relacionadas con la autogestión emocional, entre las que destacan la autoestima, la responsabilidad, la actitud positiva o la autoeficacia personal. Está formada por siete subcompetencias: autoestima, automotivación, autoeficiencia, responsabilidad, actitud positiva, análisis crítico de normas sociales y resiliencia.

d. Competencia social. Hace referencia a la capacidad para establecer buenas relaciones con otras personas. Se compone de nueve subcompetencias: dominar las habilidades sociales básicas, respetar a los demás, llevar a cabo una comunicación receptiva, mantener una comunicación expresiva, compartir emociones, establecer un comportamiento prosocial, cooperación, asertividad, prevención y solución de conflictos y capacidad para gestionar situaciones emocionales.

e. Competencias para la vida y el bienestar. Consiste en la capacidad para llevar a cabo comportamientos adecuados y responsables a la hora de resolver conflictos personales, familiares, profesionales y sociales. Está formada por seis subcompetencias: determinar objetivos adaptativos, toma de decisiones, buscar ayuda y recursos, ciudadanía activa, bienestar emocional y capacidad de fluir.

Actualmente, el estudio de las emociones se ha convertido en un importante campo de investigación en diversos ámbitos y, en especial, en la investigación educativa. Este ascendente interés ha dado lugar a un elevado número de investigaciones con el fin último de evaluar los

efectos de las emociones en diferentes contextos (Fernández-Berrocal, Cabello y Gutiérrez-Cobo, 2017).

La inteligencia emocional, evaluada en niños y adolescentes, ha puesto de manifiesto beneficios en multitud de variables de gran relevancia para el desarrollo de un contexto escolar positivo. Por ejemplo, se ha encontrado que la inteligencia emocional se relaciona con diferentes aspectos como son tener una mejor salud física y mental, mayor bienestar y menor conducta de consumo de sustancias. Muy importante es también la relación que se ha encontrado de la inteligencia emocional con respecto al rendimiento académico y las conductas agresivas, observándose un mayor rendimiento y menor número de conductas agresivas. En cuanto al profesorado, se estudia la posible influencia por parte de las emociones en aspectos como la identidad profesional del profesorado, el cansancio emocional, la salud y el bienestar, etc. (Berrocal et al., 2017).

Sin embargo, el creciente interés por el estudio minucioso de las competencias emocionales en el ámbito educativo no está exento de inconvenientes. Uno de los más graves es que ciertas investigaciones no siempre se han llevado a cabo con el rigor científico necesario, dando lugar a confusión en cuanto a la conceptualización teórica del término. Esto ha desembocado en una dificultad para el estudio y la comprensión de dichas competencias emocionales, generando así una enorme cantidad de instrumentos para su evaluación, complicando así su aplicación psicoeducativa en el aula (Berrocal et al., 2017).

Aun así, la importancia de la inteligencia emocional y de las competencias emocionales es reconocida internacionalmente por diferentes organismos. Un ejemplo de tales organismos es la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), la cual reconoce que los cambios acontecidos tanto en las empresas como en la economía en general, se están produciendo en gran medida por el creciente énfasis en los elementos de la inteligencia emocional. Esto repercute en las exigencias que se les hace a los universitarios por parte del mercado laboral. En la actualidad no solo se otorga valor a los conocimientos académicos, sino también a las habilidades sociales y emocionales (Fragoso-Luzuriaga, 2015). De ahí la importancia de que estas competencias sean adquiridas desde una temprana edad, como se viene fundamentando a lo largo del escrito.

Sin embargo, los docentes se encuentran en ocasiones perdidos en cuanto a la implementación de la educación emocional en las aulas. Algunos estudios (Cassinda-Vissupe, Angulo-Gallo, y Guerra-Morales, 2017) encuentran que los educadores y educadoras desconocen los contenidos referentes a la educación de las emociones. Relacionan el término educación emocional con educación en valores. Por ejemplo, se les enseña qué es el compañerismo, la amistad, la solidaridad o la honestidad. O simplemente, relacionan la educación emocional con la potenciación de las emociones positivas. El 49% define la formación en

educación emocional recibida para ejercer su profesión como aceptable, el 13% suficiente, el 25% insuficiente y el 13% restante la define como nula. En cuanto a la formación recibida después de graduarse, solo el 15,1% de educadores ha realizado cursos de los que hayan adquirido información para la educación emocional. No obstante el 98,1% admite que es muy importante el trabajo de las emociones en el aula, siendo solo el 1,9% defensor de que esta labor es únicamente obligación de las familias.

La mayoría de los educadores advierte sobre la carencia de conocimientos acerca de metodologías o recursos prácticos existentes para llevar a cabo una enseñanza efectiva de las emociones. Por tanto, el docente aborda estos contenidos de manera intuitiva y basándose en la experiencia, ya que no cuenta con los conocimientos apropiados sobre el tema, pero sí intenta buscar soluciones ante las diversas manifestaciones emocionales de su alumnado.

Tal preocupación por formar a las personas para que adquieran la habilidad de adaptarse a las exigencias del mundo actual se ve reflejada en la recomendación de organismos internacionales como la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), la cual plantea cuatro cimientos básicos en los cuales se debería apoyar la educación para el siglo XXI. Estos son aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. Estando los dos últimos íntimamente relacionados con las habilidades sociales y emocionales que fomentarían el desarrollo integral del alumnado a lo largo de su vida (Fragoso-Luzuriaga, 2015).

La educación emocional que se lleva a cabo en las instituciones educativas suele hacerse a través del diseño de programas. Tratan de garantizar la intervención planificada y sistemática para lograr el desarrollo de las competencias emocionales. Tras el trabajo de Goleman (1996), la elaboración y la puesta en práctica de programas de educación emocional en las aulas ha sido cada vez más frecuente. Sin embargo, aunque existen factores comunes entre ellos, poseen gran disparidad de objetivos, orientaciones, habilidades que tratan de desarrollar, contenidos, metodologías y resultados. Se deduce por tanto, que la naturaleza de la educación emocional y sus fundamentos no están lo suficientemente consolidados aún. Además, cabe mencionar que los fundamentos teóricos en los que se basan los programas desarrollados en España pertenecen a la teoría de la inteligencia emocional, mientras que los llevados a cabo en otros países suelen incorporar otros aspectos importantes como la moral, la comunicación y las habilidades sociales. Suelen basarse además, en las aportaciones provenientes de la pedagogía o la neurociencia (Sánchez-Calleja, García-Jiménez y Rodríguez-Gómez, 2016).

A continuación, se llevará a cabo el análisis de una serie de programas de educación emocional, mencionando tanto sus puntos fuertes como sus limitaciones, si las existiera.

4.5. Programas de educación emocional

El programa Aulas Felices (Arguís et al., 2011) es el primer programa de Psicología Positiva, en lengua castellana. Sus autores son el equipo SAIT, un grupo de maestros/as y asesores del Centro de Profesores y Recursos Juan de Lanuza de Zaragoza.

Este programa cuenta con un amplio conjunto de recursos aplicables a alumnos de 3 a 18 años. Los objetivos principales que persigue este programa son: potenciar el desarrollo personal y social del alumnado y promover la felicidad del alumnado, profesorado y familias. Estos objetivos se integran en los siguientes elementos del currículum educativo: competencias básicas (autonomía e iniciativa personal, social y ciudadana, y aprender a aprender), acción tutorial y educación en valores. En cuanto a los componentes del programa se encuentran los siguientes: la atención plena y el desarrollo de las fortalezas personales. Dado que las fortalezas tienen una vertiente triple (cognitiva, emocional y conductual), las actividades que se realizan no suponen una simple reflexión, sino que se emplean acciones que las pongan en juego.

En cuanto a sus beneficios o inconvenientes no se encuentran en la literatura resultados como tal de su efectividad, sino que se realizan varios análisis sobre la importancia de trabajar los contenidos que este programa incluye, sin llegar a concretar si el programa lo hace de manera realmente efectiva o no.

Asimismo, se encuentra el programa Dulcinea (Cejudo, 2015). Este programa parte de la intervención preventiva en el campo de la educación. Parte de los supuestos de las teorías sobre inteligencia emocional. Con lo cual, tanto los objetivos, como los contenidos, actividades, técnicas y procedimientos de intervención, pretenden recoger un amplio dominio muestral de la inteligencia emocional.

Conforme Cejudo (2015), el programa está dirigido a alumnos/as de entre 12 y 18 años. Está formado por 17 sesiones y un total de 70 actividades que procuran conseguir en el alumnado la autorreflexión, el conocimiento y comprensión emocional propia y ajena, la empatía y la regulación emocional, tanto en procesos intrapersonales como en las interacciones interpersonales. Cada sesión cuenta con una ficha técnica en la que se deben incluir los objetivos, la descripción, el desarrollo de la actividad, el material necesario, el tiempo estimado de duración y la forma de distribución grupal para su puesta en marcha. Además, se pretende que sean los tutores del grupo quienes desarrollen la actividad en la hora destinada a tutoría con la que cuenta la ESO. Los objetivos

generales son: favorecer el desarrollo emocional del alumnado, promover la adaptación social del alumnado y mejorar la adaptación escolar del alumnado. En cuanto a su puesta en práctica, el programa cuenta con las siguientes fases: sensibilización a la comunidad educativa sobre la necesidad de trabajar la educación emocional en las aulas, seminario de formación al profesorado, análisis de necesidades, elaboración y diseño del proyecto de innovación, aplicación del proyecto y evaluación de los resultados del programa.

Para evaluar este programa se lleva a cabo la aplicación de diferentes baterías de test durante cuatro sesiones de 55 minutos cada una, tanto en la fase pretest como en la fase posttest (seis meses después).

En cuanto al análisis de los datos recogidos, por un lado se analiza el cambio en las variables objeto de estudio, y por otro, se analiza la información contenida en los cuestionarios de evaluación del programa. Además, se tiene en cuenta la información cualitativa ofrecida en dichos cuestionarios. Se utiliza tanto estadística descriptiva como inferencial y se recoge el tamaño del efecto de las diferencias entre los grupos.

Respecto a los resultados, se observa que las diferencias en las puntuaciones medias del profesorado y del alumnado en cada una de las sesiones es muy baja, lo cual puede indicar que existe un grado de acuerdo muy elevado en las valoraciones de cada una de las sesiones del programa. El grado de satisfacción tanto en el alumnado, como en el profesorado es muy alto, estando siempre por encima de 8 puntos en todas las sesiones. En general, las puntuaciones aportadas por el profesorado son ligeramente superiores a las aportadas por el alumnado. Por un lado, los aspectos positivos que estos destacan del programa son: facilitación de las relaciones interpersonales, mejora de los procesos de enseñanza-aprendizaje y mejora de la inteligencia intrapersonal. Por otro lado, consideran que los aspectos mejorables son: la temporalización de las actividades, puesto que consideran que en algunas necesitan más tiempo y que existen muchas actividades de lápiz y papel. Por último, la valoración del alumnado sobre la percepción de mejora tras la realización del programa es muy positiva (Cejudo, 2015).

Finalmente, se encuentra el programa AedEm (Sánchez-Calleja et al., 2016). Este programa surge debido a las carencias que se detectaron en un instituto de educación secundaria por parte del profesorado en cuanto al nivel de educación emocional de los alumnos. Consecuentemente, se elaboró una propuesta de programa para integrarse dentro del currículum escolar. Para su puesta en práctica se tuvieron en cuenta cuatro características básicas:

1. Fundamentación teórica. Para llevar a cabo el programa se partió de investigaciones en diferentes áreas: psicología, pedagogía, neurociencia, etc. El modelo teórico en el que se basa es el de Goleman (1966).

2. Aplicación sistemática. El programa constituye una asignatura de libre disposición de los centros de educación secundaria dentro del horario lectivo. Va destinada a los grupos de 1º y 2º de ESO siendo obligatoria. Además, se ofrece como optativa para el alumnado de 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato.

3. Interactividad y participación. Se emplea una metodología interactiva, participativa y flexible, partiendo de situaciones reales emergentes del grupo de trabajo. Se da cabida a los intereses del alumnado con el objetivo de incrementar la atención y participación de estos. Además, se ofrecen diversidad de métodos y técnicas didácticas.

4. Implicación familiar y formación del profesorado. En el centro se creó un taller para las familias. Tiene lugar una vez a la semana y solamente asisten mujeres. En cuanto al profesorado, este se formó de manera específica en la temática y aún hoy sigue formándose.

Este programa consta de 38 actividades y en cada sesión se establecen tres momentos diferentes: habituación, desarrollo de la sesión y cierre. Para llevar a cabo esta variedad de actividades se emplea una hora a la semana durante todo el curso y se hace uso del aula de educación emocional del centro. Las actividades son empleadas por el docente dependiendo de las demandas y necesidades del grupo.

Los objetivos que pretenden cubrir son los siguientes: desarrollar las competencias emocionales para favorecer el desarrollo integral del alumnado, proveerle de las herramientas adecuadas para su día a día, favorecer sus relaciones interpersonales y el autoconocimiento. Por tanto, los bloques que constituyen este programa son: conciencia y regulación emocional; autoestima; y habilidades instrumentales, de vida y socioemocionales.

Para evaluar el programa se emplea una escala tipo Likert con cuatro opciones de respuesta: nada, poco, bastante y mucho. Los expertos deben marcar una de estas opciones de acuerdo con las afirmaciones que se plantean. Además, se dispone de un apartado de observaciones para que cada uno aporte los comentarios que considere pertinentes. Las afirmaciones o ítems presentados se dividen en cuatro categorías: relevancia, pertinencia, adecuación y utilidad. El segundo procedimiento utilizado para evaluar el programa es el análisis de cuellos de botella, consistente en detectar o prever los posibles

inconvenientes que puedan dificultar la aplicación del programa (Sánchez-Calleja et al., 2016).

En cuanto al análisis de los datos recogidos, se emplea el coeficiente de concordancia W de Kendall. Se aplica con el objetivo de conocer el grado de asociación entre k conjuntos de rangos (Escobar-Pérez y Cuervo-Martínez, 2008). Suele emplearse para delimitar el grado de acuerdo entre expertos en la valoración de un determinado constructo. Además, se hace uso de un análisis de frecuencias con relación a la valoración asignada a cada uno de los ítems de la escala. Los cuellos de botella identificados por los expertos se dividen en 16 categorías y se determina la distribución de frecuencias de aparición de cada uno de ellos. Respecto a los resultados, se observa que el 80% valora como 'mucho' el ítem *los contenidos del programa son coherentes con los objetivos y la secuencia de aprendizaje previstos* incluido en la categoría de adecuación. En cuanto al porcentaje más alto en la valoración 'poco' se halla dentro de la misma categoría, concretamente en el ítem *la evaluación es acorde con los objetivos y los resultados esperados del programa*. En general los expertos valoran el programa como relevante, útil y pertinente con los respectivos promedios de valoración: 43,33%, 51,25% y 46%. Finalmente, el valor promedio de adecuación es 47,14%, por lo que se concluye que el programa es considerado por los expertos como muy adecuado.

La puesta en marcha del programa AedEm (Sánchez-Calleja et al., 2016) requiere de la implicación absoluta del alumnado. Esta implicación va más allá de la mera participación en las actividades o tareas propuestas. El programa puede conseguir sus objetivos únicamente si el alumnado supera su resistencia a compartir los problemas personales y las emociones y si están dispuestos a comprometerse con el fortalecimiento de las habilidades de sus compañeros.

Como se observa a lo largo de la presente revisión, y tal y como se explica desde el principio, la educación emocional es de vital importancia en cualquier etapa educativa, siendo imprescindible iniciar la formación en ella desde una edad bien temprana. Por ello el diseño del programa que se presentará a continuación cobra sentido e irá encaminado a potenciar los recursos ya existentes en esta área y a intentar paliar los inconvenientes que han estado vigentes hasta ahora.

5. PROGRAMA DE ORIENTACIÓN E INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA. EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA. DISEÑO DE UN PROGRAMA DE ORIENTACIÓN E INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA PARA ALUMNADO DE 1º ESO

5.1. Planificación

El presente programa de educación emocional se llevará a cabo con alumnado de primer ciclo de la ESO, en concreto con todos/as los/as alumnos/as de 1º. El curso se encuentra dividido en cuatro grupos: 1º A, 1º B, 1º C y 1º D. Cada grupo está formado por 25 alumnos/as aproximadamente.

La duración del programa será de once semanas. Las dos primeras áreas de intervención (Acción Tutorial y Atención a la Diversidad) ocuparán cuatro semanas cada una y la última área (Orientación Académica y Profesional) constará de tres semanas.

Desde la Acción Tutorial se trabajará el contenido de educación emocional con toda la comunidad educativa. Es decir, el programa estará dirigido a las familias, el profesorado (tutores/as de cada grupo) y el alumnado. En cuanto a la Atención a la Diversidad y la Orientación Académica y Profesional el programa irá destinado solamente al alumnado.

5.2. Diseño del programa

5.2.1. Objetivos

- 1) Adquirir un mejor conocimiento de las emociones propias y ajenas.
- 2) Desarrollar la capacidad para controlar todos los tipos de emociones.
- 3) Potenciar la capacidad de relacionarse de forma satisfactoria.

5.2.2. Competencias

Las competencias que se trabajan en el presente Programa de Orientación e Intervención Psicopedagógica son las relativas al currículo

de Educación Secundaria Obligatoria recogidas en el artículo 2.2. del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre:

- a) Comunicación lingüística.
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- c) Competencia digital.
- d) Aprender a aprender.
- e) Competencias sociales y cívicas.
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- g) Conciencia y expresiones culturales.

5.2.3. Unidades de actuación

Las unidades de actuación que se trabajan en el presente Programa de Educación Emocional son las correspondientes a las tres áreas de intervención de la Orientación Educativa:

- a) Acción tutorial.
- b) Atención a la diversidad.
- c) Orientación académica y profesional.

5.2.3.1. Acción Tutorial

5.2.3.1.1. Justificación

Según lo establecido en el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el cual se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, la orientación educativa y la acción tutorial tienen una especial importancia en el currículo debido a su aportación en la personalización e individualización de los procesos de enseñanza y aprendizaje, favoreciendo así al alumnado para que logre los objetivos propios de cada etapa en función de sus capacidades, necesidades, intereses y posibilidades.

La acción tutorial está orientada a la promoción de metodologías adecuadas mediante la coordinación con la acción educativa del profesorado. Interviene en todo el alumnado posibilitando el trabajo

colaborativo entre docentes, familias y todos aquellos sectores sociales e institucionales que puedan tener alguna implicación en la educación.

Es por tanto imprescindible trabajar la educación emocional desde este ámbito para conseguir que tanto el profesorado, como las familias y el alumnado adquieran un mayor conocimiento de esta y puedan emplearla en aras del bienestar educativo y social.

5.2.3.1.2. Destinatarios

El programa irá destinado en este ámbito a toda la comunidad educativa. Tanto la familia como el profesorado tendrán un espacio destinado al aprendizaje de la educación emocional. Los/as alumnos/as por su parte ocuparán la mayor parte del programa debido a la mayor accesibilidad para trabajar con ellos/as en el horario escolar.

5.2.3.1.3. Objetivos

- 1) Reconocer la importancia de la educación emocional por parte del profesorado y las familias.
- 2) Conocer qué son las emociones y para qué sirven.
- 3) Desarrollar las habilidades sociales mediante manejo el emocional por parte del alumnado.
- 4) Fortalecer el autoconocimiento, la regulación emocional y la comunicación asertiva por parte del alumnado.

5.2.3.1.4. Competencias

Las competencias concretas que se trabajan mediante la acción tutorial se encuentran en el currículo de Educación Secundaria Obligatoria recogidas en el artículo 2.2. del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre:

- a) Comunicación lingüística.
- b) Aprender a aprender.
- c) Competencias sociales y cívicas.
- d) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- e) Conciencia y expresiones culturales.

5.2.3.1.5. Metodología

La metodología empleada desde este ámbito se basará principalmente en la cooperación y la participación activa de todos los miembros implicados en el programa. Para ello se hará uso de actividades e instrumentos actuales que contribuyan a la motivación, iniciativa y colaboración. Será de vital importancia tener en cuenta la diversidad del alumnado, adaptando todas las actividades a su ritmo de trabajo y comprensión. Además, se propiciará el clima adecuado para el debate y la reflexión que permita al alumnado expresar sus intereses, dudas o sugerencias de manera asertiva.

5.2.3.1.6. Actividades

Las actividades realizadas en esta unidad de actuación se llevarán a cabo durante el primer trimestre. Concretamente, el programa ocupará cuatro semanas dentro de esta área de intervención. Tendrá comienzo la segunda semana de octubre y finalizará la última semana de este mismo mes. Se llevará a cabo durante este período para que al alumnado le dé tiempo suficiente a conocer a sus compañeros/as y profesores/as durante el comienzo del curso en septiembre.

Todas las actividades tendrán una duración máxima de 45 minutos en el caso de las que van dirigidas al alumnado y de 60 minutos aproximadamente las dirigidas al profesorado y la familia. En el caso del alumnado, las actividades se llevarán a cabo durante el horario de tutoría de cada grupo, mientras que en el caso del profesorado y la familia se realizarán por la tarde en las horas laborables del profesorado. Además, serán impartidas por el orientador/a del centro acompañado del profesorado en las actividades realizadas con el alumnado. Se solicitará ayuda profesional externa en el caso de existir incompatibilidad horaria entre las horas de tutoría de los diferentes grupos.

En las siguientes tablas (Tabla 1,2,3 y 4) se presentan las actividades propuestas para esta unidad de intervención con su correspondiente descripción.

Tabla 1

Elementos curriculares del área de Acción Tutorial. Actividad 1.

Actividad 1	<i>¿Qué es la educación emocional?</i>
Objetivo	Reconocer la importancia de la educación emocional por

	parte del profesorado y las familias.
Contenidos	- Qué es la educación emocional. - Cómo puede ayudar el conocimiento de esta a los alumnos/as (en caso del profesorado) y a los hijos/as (en el caso de las familias).
Desarrollo	Las familias se dividirán en grupos según la clase a la que asistan sus hijos (1ºA, 1ºB, 1ºC Y 1ºD). Cada una de ellas asistirá a la sesión en días de la semana diferentes con el correspondiente tutor de cada clase. El/la orientador/a elaborará material educativo acerca de la educación emocional para las familias y el profesorado. Expondrá la información más importante de manera breve y teniendo en cuenta el nivel educativo de toda la audiencia. A continuación, se llevará a cabo una actividad que permita a los padres poner en práctica lo aprendido. Esta consistirá en pedirle a los familiares y al profesor/a que piensen en el último tipo de emoción que han experimentado (u otra emoción de cualquier otro momento que deseen contar) y que le asignen un color. Deberán escribir el color en dos trozos de papel distinto numerados por orden de lista siendo el/la profesor/a el número 1 y posteriormente introducirán uno de ellos en una urna que facilitará el orientador/a. Una vez que todos/as hayan introducido su papel el orientador/a los repartirá de manera aleatoria. Cada familia y el/la profesor/a deberá decir a qué emoción cree que pertenece ese color. La familia o el/la profesor/a que contenga el papel correspondiente confirmará si la respuesta es correcta y explicará por qué ha elegido ese color y el momento que le provocó dicha emoción. Con esto las familias y el/la profesor/a practicarán de manera lúdica el reconocimiento de las emociones y comprobarán como la experiencia de cada uno hace que haya visiones diferentes. Además, es una actividad que podrán practicar en casa y en clase para reforzar con los hijos/as y el alumnado lo aprendido en el programa. Finalmente se dedicará tiempo para resolver todas las dudas que se planteen, así como las reflexiones a las que se hayan llegado.
Evaluación	Encuesta de satisfacción (Anexo 1) .

Recursos	- Aulas alumnado de 1º ESO. - Pantalla y proyector o pizarra digital. - Urna. - Folios y bolígrafos.
Duración	60 minutos aproximadamente.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 2

Elementos curriculares del área de Acción Tutorial. Actividad 2.

Actividad 2	Presentación + Emociones ¿Qué es eso?
Objetivos	1) Establecer un ambiente distendido y que el alumnado se conozca mejor. 2) Conocer qué son las emociones y para qué sirven.
Contenidos	- Dinámica de presentación del alumnado. - Explicación de qué son las emociones y para qué sirven.
Desarrollo	En primer lugar, se realizará una dinámica de presentación. Cada alumno/a deberá decir su nombre, explicar qué espera del presente curso escolar, nombrar una de sus aficiones y elegir un objeto que lleve consigo en ese momento mostrándolo y dando el motivo de por qué lo representa. En segundo lugar, se realizará la actividad. El orientador/a explicará al alumnado qué son las emociones, sus tipos y qué función tienen mediante material audiovisual. Posteriormente el alumno/a deberá identificar en una ficha (Anexo 2) qué tipo de emoción está viendo y describir una situación en la que crea que esta emoción surge.
Evaluación	Se utilizará la ficha empleada en el desarrollo de esta actividad también para la evaluación. Con ella se podrá determinar si el alumnado ha comprendido la información expuesta y si es capaz de llevarla a la práctica.
Recursos	- Aula con proyector y pantalla o pizarra digital. - Fichas emociones y bolígrafos.

Duración	45 minutos (15 minutos presentación + 30 minutos actividad).
-----------------	--

Fuente: elaboración propia.

Tabla 3

Elementos curriculares del área de Acción Tutorial. Actividad 3.

Actividad 3	<i>¿Para qué sirve controlar mis emociones?</i>
Objetivo	Desarrollar las habilidades sociales mediante el manejo emocional
Contenidos	- Los beneficios de saber regular las emociones. - Establecimiento de relaciones adecuadas entre los compañeros/as.
Desarrollo	El orientador/a presentará al alumnado un vídeo en el que se ejemplifiquen dos tipos de situaciones. Una en la que no se hace un buen manejo emocional y otra en la que sí. Posteriormente el alumnado deberá debatir sobre cuáles creen que serían las consecuencias en ambos casos.
Evaluación	Se hará uso de la observación sistemática por parte del orientador/a. Deberá tener en cuenta si todo el alumnado está participando en el debate y si los argumentos de estos se encuentran en consonancia con lo aprendido en la sesión.
Recursos	Aula con proyector y pantalla o pizarra digital.
Duración	45 minutos.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 4

Elementos curriculares del área de Acción Tutorial. Actividad 4.

Actividad 4	<i>Role-playing</i>
Objetivo	Fortalecer el autoconocimiento, la regulación emocional y la comunicación asertiva del alumnado.
Contenidos	Desarrollo del autoconocimiento y la regulación

	emocional.
Desarrollo	Los alumnos se dividirán en seis grupos y cada uno de los grupos deberá pensar y representar una situación en la que se ponga de manifiesto cada uno de los tipos de emociones básicas. Es decir, cada grupo se encargará de una emoción. Además, deberán explicar cuál sería la mejor opción para manejar dicha situación.
Evaluación	Se empleará de nuevo la observación sistemática con la misma finalidad que la actividad anterior.
Recursos	Aula.
Duración	45 minutos.

Fuente: elaboración propia.

5.2.3.1.7. Cronograma

A continuación, se presenta el cronograma correspondiente a esta unidad de actuación (Tabla 5).

Tabla 5. *Cronograma de las actividades del programa desde la Acción Tutorial.*

DÍA/ ACTIVIDAD	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1	2
Actividad 1 (60 minutos)	5 Grupo A	6 Grupo B	7 Grupo C	8 Grupo D	9
Actividad 2 (45 minutos)	12 Grupo A	13 Grupo B	14 Grupo C	15 Grupo D	16
Actividad 3 (45 minutos)	19 Grupo A	20 Grupo B	21 Grupo C	22 Grupo D	23
Actividad 4 (45 minutos)	26 Grupo A	27 Grupo B	28 Grupo C	29 Grupo D	30

5.2.3.1.8. Evaluación

En cuanto a la evaluación de esta unidad de actuación, se pretende conocer en qué grado las actividades realizadas han sido de interés para los destinatarios con la finalidad de implementar el programa en otros centros educativos. Para ello se emplearán dos tipos de cuestionarios diferentes. Uno dirigido al profesorado y a las familias (**Anexo 3**) y otro destinado al alumnado (**Anexo 4**).

5.2.3.2. Atención a la diversidad

5.2.3.2.1. Justificación

La Consejería de Educación y Deporte de la Junta de Andalucía define la atención a la diversidad como la unidad de actuación que abarca el compuesto de actuaciones o medidas educativas que tienen el objetivo de dar respuesta a las diversas capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, intereses y motivaciones, así como situaciones socioeconómicas, culturales, lingüísticas y de salud del alumnado. El fin último de estas actuaciones es facilitar que todo el alumnado adquiera las competencias clave y logre los objetivos generales de cada etapa.

Para llevar a cabo esta labor, todos los centros educativos adoptarán, dentro del proyecto educativo, las medidas de atención a la diversidad necesarias que les permitan ofrecer una atención personalizada al alumnado en función de sus necesidades educativas.

El presente programa destinado a la educación emocional pretende desde esta área promocionar y fomentar el aprendizaje de las competencias emocionales en todo el alumnado. Se pretende ir más allá de la mera integración llevando a cabo todas y cada una de las actividades de una manera inclusiva.

5.2.3.2.2. Destinatarios

El programa irá destinado en este ámbito a todo el alumnado de 1º ESO con independencia de la modalidad de escolarización a la que pertenezca.

5.2.3.2.3. Objetivos

- 1) Comprender la importancia que tiene saber reconocer las emociones ajenas.

- 2) Gestionar adecuadamente las emociones en cualquier tipo de situación.
- 3) Comunicarse de manera adecuada teniendo en cuenta la individualidad de cada uno.

5.2.3.2.4. Competencias

Las competencias concretas que se trabajan mediante la atención a la diversidad se encuentran en el currículo de Educación Secundaria Obligatoria recogidas en el artículo 2.2. del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre:

- a) Comunicación lingüística.
- b) Aprender a aprender.
- c) Competencia digital.
- d) Competencias sociales y cívicas.
- e) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- f) Conciencia y expresiones culturales.

5.2.3.2.5. Metodología

La metodología empleada desde este ámbito se basará principalmente en la cooperación y la participación activa de todos los miembros implicados en el programa. Para ello se hará uso de actividades e instrumentos actuales que contribuyan a la motivación, iniciativa y colaboración. Será de vital importancia tener en cuenta la diversidad del alumnado adaptando todas las actividades a su ritmo de trabajo y comprensión. Además, se propiciará el clima adecuado para el debate y la reflexión que permita al alumnado expresar sus intereses, dudas o sugerencias de manera asertiva.

5.2.3.2.6. Actividades

En esta unidad de actuación se llevará a cabo una única actividad denominada *La rotonda de las emociones* que constará de cuatro sesiones. Tendrá lugar también durante el primer trimestre. En concreto comenzará el primer día lectivo del mes de noviembre, y ocupará todo el mes completo. Se llevará a cabo durante este período para reforzar y continuar todo lo aprendido desde la acción tutorial.

El orientador/a junto con el/la tutor/a correspondiente de cada grupo empleará la hora de tutoría (45 minutos aproximadamente) semanal de cada grupo, incluyendo al alumnado del aula de apoyo

(modalidad de escolarización C) y los/as correspondientes profesionales que trabajan con ellos. Estos/as alumnos/as se dividirán en los diferentes grupos ordinarios según sea necesario para llevar a cabo la realización de esta actividad. Se solicitará ayuda profesional externa en el caso de existir incompatibilidad horaria entre las horas de tutoría de los diferentes grupos.

Dicha actividad consistirá en la elaboración de seis *stand* o puestos que representen cada una de las emociones básicas aprendidas anteriormente. Cada clase se dividirá en seis grupos y cada grupo deberá encargarse de elaborar el *stand* de la emoción que le haya tocado representar mediante sorteo. Para ello contará con la guía del orientador/a y el/la tutor/a en cada una de las tutorías. La última semana de noviembre cada grupo empleará la hora de tutoría y la hora anterior o posterior a esta para exponer sus *stand* y llevar a cabo la última parte de esta actividad. Se dispondrán los *stand* de forma circular en el patio del centro y los/as alumnos/as irán pasando uno por uno escuchando la explicación de sus compañeros/as, así como preguntando las dudas que les surjan o comentando qué les parece el *stand* con las dos únicas condiciones o normas que consisten en respetar los turnos de palabra y hacer únicamente críticas constructivas.

Con esta actividad se pretende que el alumnado alcance los objetivos previamente mencionados y además comprenda que al igual que las rotondas tienen diversas salidas, las personas también actúan de formas diferentes experimentando emociones diferentes. De esta forma el alumnado aprenderá de forma lúdica todos estos contenidos relacionados con la educación emocional. En las siguientes tablas (Tabla 6, 7, 8 y 9) se presentan las sesiones propuestas para la actividad de esta unidad de intervención con su correspondiente descripción.

Tabla 6

Elementos curriculares del área de Atención a la Diversidad. Sesión 1.

Sesión 1	<i>La rotonda de las emociones I</i>
Objetivos	1) Comprender la importancia que tiene saber reconocer las emociones ajenas. 2) Gestionar adecuadamente las emociones en cualquier tipo de situación. 3) Comunicarse de manera adecuada teniendo en cuenta la individualidad de cada uno.
Contenidos	- Reconocimiento de las emociones ajenas. - Gestión de las propias emociones. - Comunicación.

Desarrollo	Elaboración <i>stand</i> de las emociones I. Cada grupo debe elegir un personaje real o ficticio que represente la emoción que le ha tocado. Para ello deberán tener en cuenta la diversidad de compañeros/as y escoger a alguien que todos puedan reconocer. Una vez escogido tienen que elaborar un dibujo sobre él, emplear una foto o crearlo con los materiales que se consideren necesarios para exponerlo a los/as compañeros/as. Estos materiales deberán ser fáciles de manejar por todos/as los/as alumnos/as.
Evaluación	Observación sistemática.
Recursos	- Aula. - Ordenadores. - Materiales variados (folios, bolígrafos, lápices de colores, cartulina, lana, goma eva, etc.). - Impresora (si fuera necesario).
Duración	45 minutos.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 7

Elementos curriculares del área de Atención a la Diversidad. Sesión 2.

Sesión 2	<i>La rotonda de las emociones II</i>
Objetivos	1) Comprender la importancia que tiene saber reconocer las emociones ajenas. 2) Gestionar adecuadamente las emociones en cualquier tipo de situación. 3) Comunicarse de manera adecuada teniendo en cuenta la individualidad de cada uno.
Contenidos	- Reconocimiento de las emociones ajenas. - Gestión de las propias emociones. - Comunicación.
Desarrollo	Elaboración <i>stand</i> de las emociones II. Cada grupo elaborará tarjetas que contengan palabras, símbolos, colores, etc., que definan a ese personaje y por qué

	representa esa emoción. A continuación tendrán que pensar y redactar una situación en la que dicho personaje ha mostrado tener esa emoción (historia ficticia en el caso de que el personaje también lo sea).
Evaluación	Observación sistemática.
Recursos	- Aula. - Ordenadores. - Materiales variados (folios, bolígrafos, lápices de colores, cartulina, lana, goma eva, etc.). - Impresora (si fuera necesario).
Duración	45 minutos.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 8
Elementos curriculares del área de Atención a la Diversidad. Sesión 3.

Sesión 3	<i>La rotonda de las emociones III</i>
Objetivos	1) Comprender la importancia que tiene saber reconocer las emociones ajenas. 2) Gestionar adecuadamente las emociones en cualquier tipo de situación. 3) Comunicarse de manera adecuada teniendo en cuenta la individualidad de cada uno.
Contenidos	- Reconocimiento de las emociones ajenas. - Gestión de las propias emociones. - Comunicación.
Desarrollo	Elaboración <i>stand</i> de las emociones III. Cada miembro del grupo tiene que redactar una situación en la que ha visto la emoción que les ha tocado trabajar en las personas de su entorno. Deberá explicar cómo esa emoción beneficia o perjudica a las personas y de qué modo puede controlarse o gestionarse. Finalmente harán una puesta en común para opinar y reflexionar sobre cada situación.

Evaluación	Observación sistemática.
Recursos	- Aula. - Ordenadores. - Materiales variados (folios, bolígrafos, lápices de colores, cartulina, lana, goma eva, etc.). - Impresora (si fuera necesario).
Duración	45 minutos.

Fuente: elaboración propia.

Tabla 9

Elementos curriculares del área de Atención a la Diversidad. Sesión 4.

Sesión 4	<i>La rotonda de las emociones IV</i>
Objetivos	1) Comprender la importancia que tiene saber reconocer las emociones ajenas. 2) Gestionar adecuadamente las emociones en cualquier tipo de situación. 3) Comunicarse de manera adecuada teniendo en cuenta la individualidad de cada uno.
Contenidos	- Reconocimiento de las emociones ajenas. - Gestión de las propias emociones. - Comunicación.
Desarrollo	Exposición <i>stand</i> de las emociones IV. Se dispondrán los <i>stand</i> de forma circular en el patio del centro. Cada uno de los <i>stand</i> se delimitará mediante bancos, colchonetas, y demás utensilios necesarios. Los/as alumnos/as irán pasando por cada uno de los <i>stand</i> para observar el material elaborado por sus compañeros/as y escuchar cada una de las explicaciones: 1. Personaje real o ficticio. 2. Tarjetas que describen el personaje y situación en la que expresa la emoción asignada. 3. Situación descrita por cada uno/a de los/as compañeros/as del grupo en la que se describe esa emoción reflejada en una persona del entorno y

	explicación de cómo esa emoción beneficia o perjudica a las personas y de qué modo puede controlarse o gestionarse.
Evaluación	Observación sistemática.
Recursos	- Bancos, colchonetas, etc.
Duración	90 minutos.

Fuente: elaboración propia.

5.2.3.2.7. Cronograma

A continuación, se presenta el cronograma correspondiente a esta unidad de actuación (Tabla 10).

Tabla 10. *Cronograma de las actividades del programa desde la Atención a la Diversidad.*

DÍA/ SESIÓN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Sesión 1 (45 minutos)	² Grupo A	³ Grupo B	⁴ Grupo C	⁵ Grupo D	⁶
Sesión 2 (45 minutos)	⁹ Grupo A	¹⁰ Grupo B	¹¹ Grupo C	¹² Grupo D	¹³
Sesión 3 (45 minutos)	¹⁶ Grupo A	¹⁷ Grupo B	¹⁸ Grupo C	¹⁹ Grupo D	²⁰
Sesión 4 (90 minutos)	²³ Grupo A	²⁴ Grupo B	²⁵ Grupo C	²⁶ Grupo D	²⁷

5.2.3.2.8. Evaluación

En cuanto a la evaluación de esta unidad de actuación, se llevará a cabo la observación sistemática por parte del orientador/a y del tutor/a durante todas las sesiones para valorar la eficacia de la actividad teniendo en cuenta los siguientes parámetros:

- Los miembros de cada grupo trabajan de forma cooperativa.

- Los miembros de cada grupo se escuchan y tienen en cuenta todas las opiniones.
- Los miembros del grupo tienen en cuenta la diversidad de compañeros/as y adaptan el ritmo de trabajo a todos/as.
- El alumnado ha comprendido qué son las emociones y qué importancia tiene reconocerlas en los demás.
- El alumnado sabe distinguir cuando las emociones se gestionan de forma adecuada.
- El alumnado se muestra participativo y motivado con la actividad.

5.2.3.3. Orientación académica y profesional

5.2.3.3.1. Justificación

La Delegación Territorial en Granada de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte de la Junta de Andalucía entiende la orientación académica y profesional como la ayuda que se presta al alumnado para que sea capaz de descubrir su vocación, y para que supere exitosamente las metas intermedias que le llevarán a la realización de esa vocación cuando alcance la edad adulta.

Tradicionalmente, la orientación académica y profesional era denominada como orientación profesional y vocacional. En sus inicios, a principios del siglo XX, consistía en una ayuda para conseguir que la persona se ajustase al lugar de trabajo más adecuado a sus características personales. Fue durante la década de los 50 cuando se amplió ésta restringida concepción y se acuñó el término de orientación para la carrera, es decir, para todo el ciclo vital. La carrera se entendía como la secuencia de roles profesionales por los que iba transitando una persona a lo largo de toda su vida.

Actualmente, el sistema educativo obliga al alumnado a elegir a lo largo de su formación entre diferentes posibilidades. Estas elecciones irán afectando a su itinerario por lo que es necesario una orientación tanto profesional como educativa.

Desde el presente trabajo se pretende incorporar el aprendizaje de las competencias emocionales para integrarlo con el resto de herramientas empleadas en la toma de decisiones, así como dotar al alumnado de mayor capacidad para enfrentarse a un mundo laboral que exige cada vez con mayor frecuencia personal capaz de controlar sus emociones y comunicar sus necesidades, entre otros aspectos.

5.2.3.3.2. Destinatarios

El programa irá destinado en este ámbito a todo el alumnado de 1º ESO. Pese a estar iniciando la etapa educativa de secundaria, es importante empezar a tratar estos contenidos para que los vayan interiorizando lo más tempranamente posible y les ayuden a ir tomando todas y cada una de las decisiones académicas, profesionales y personales necesarias a lo largo de su vida.

5.2.3.3.3. Objetivos

- 1) Tomar decisiones teniendo en cuenta las emociones generadas.
- 2) Aplicar el manejo emocional en situaciones decisivas.
- 3) Trabajar en grupo demostrando los conocimientos adquiridos en educación emocional.

5.2.3.3.4. Competencias

Las competencias concretas que se trabajan mediante la orientación académica y profesional se encuentran en el currículo de Educación Secundaria Obligatoria recogidas en el artículo 2.2. del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre:

- a) Comunicación lingüística.
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- c) Competencia digital.
- d) Aprender a aprender.
- e) Competencias sociales y cívicas.
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- g) Conciencia y expresiones culturales.

5.2.3.3.5. Metodología

La metodología empleada desde este ámbito se basará principalmente en la cooperación y la participación activa de todos los miembros implicados en el programa. Para ello se hará uso de actividades e instrumentos actuales que contribuyan a la motivación, iniciativa y colaboración. Será de vital importancia tener en cuenta la diversidad del alumnado adaptando todas las actividades a su ritmo de

trabajo y comprensión. Además, se propiciará el clima adecuado para el debate y la reflexión que permita al alumnado expresar sus intereses, dudas o sugerencias de manera asertiva.

5.2.3.3.6. Actividades

Las actividades realizadas en esta unidad de actuación se llevarán a cabo durante el segundo trimestre. Concretamente, el programa ocupará tres semanas dentro de esta área de intervención. Tendrá comienzo la tercera semana de enero y finalizará la última semana de este mismo mes. Se llevará a cabo durante este período para evitar las posibles interrupciones del programa durante el mes de diciembre a causa de los días festivos, así como para permitir que el alumnado pueda centrarse en los exámenes finales del primer trimestre.

Todas las actividades se realizarán en el horario de tutoría de cada grupo y tendrán una duración aproximada de 45 minutos. Se solicitará ayuda profesional externa en el caso de existir incompatibilidad horaria entre las horas de tutoría de los diferentes grupos.

En las siguientes tablas (Tabla 11, 12 y 13) se presentan las actividades propuestas para esta unidad de intervención con su correspondiente descripción.

Tabla 11

Elementos curriculares del área de Orientación Académica y Profesional. Actividad 1.

Sesión 1	<i>Aprendiendo a decidir</i>
Objetivo	1) Conocer los diferentes tipos de situaciones en las que las emociones adquieren un papel importante. 2) Tomar decisiones teniendo en cuenta las emociones generadas . 3) Entender la importancia de tener en cuenta las emociones en las decisiones de la vida diaria.
Contenidos	- Toma de decisiones. - Importancia de las emociones en las decisiones.
Desarrollo	El/la orientador/a presentará al alumnado varios ejemplos de situaciones en las que las emociones nos aportan información relevante. (Por ejemplo: qué tipo de emoción nos generan las diferentes asignaturas, qué tipo de actividad extraescolar nos hace sentir más felices o

	motivados/as, etc). Actividad 1. A continuación, cada alumno/a deberá escribir en un papel una situación en la que haya tenido que tomar una decisión importante o que tenga que tomar en poco tiempo. Después deberá elaborar dos caminos y al final de cada uno de ellos tendrá que relatar las diferentes soluciones a ese dilema. En el curso del camino deberá escribir las emociones que le genera cada alternativa para que tome conciencia de que en muchas ocasiones las emociones nos dan información muy valiosa a la hora de decidir y de la que no somos conscientes. Actividad 2. Los alumnos forman parejas. A cada pareja se les entrega un folio en el que aparece la historia académica y personal de una persona (toda la información es ficticia). La historia relata como dicha persona debe elegir qué hacer cuando acabe el instituto pero el final no aparece (Anexo 5). A cada persona de la pareja se le entrega un final (Anexos 6 y 7) para esta historia que es completamente distinto. En uno de los finales esta persona sopesa cada una de sus opciones teniendo en cuenta sus gustos, preferencias, emociones, etc. En el otro final el/la protagonista simplemente tiene en cuenta qué opción le aportará más beneficio económico o estatus social. Cada miembro de la pareja deberá elaborar una reflexión sobre el final que le ha tocado. A continuación se lo expondrá a su compañero y juntos redactarán una conclusión final en la que muestren su opinión acerca de cada final e incluyan qué importancia creen que tiene observar las emociones y tenerlas en cuenta en este tipo de decisiones.
Evaluación	Actividad 1. La representación de la toma de decisiones de cada alumno/a será empleada a su vez para evaluar si el alumnado ha adquirido la información expuesta. Actividad 2. Conclusión final redactada por cada pareja.
Recursos	- Aula. - Papel y bolígrafos. - Fichas historia y finales alternativos.

Duración	45 minutos (20 minutos aproximadamente por cada actividad).
-----------------	---

Fuente: elaboración propia.

Tabla 12

Elementos curriculares del área de Orientación Académica y Profesional. Actividad 2.

Sesión 2	<i>¡En mis emociones mando yo!</i>
Objetivo	Aplicar el manejo emocional en situaciones decisivas.
Contenidos	- Conocimiento emociones propias y ajenas. - Regulación emocional.
Desarrollo	Actividad 1. Los/las alumnos/as deberán formar parejas. Cada uno de ellos recibirá una ficha con la descripción de un anuncio sobre la oferta de un empleo (Anexo 8) y otra ficha con preguntas que suelen hacer los entrevistadores de trabajo (Anexo 9). Por turnos deberán actuar primero como entrevistador y luego como entrevistado. Deberán realizar la entrevista haciendo uso del manejo emocional sabiendo controlar las emociones que dicho trabajo les suscita y empleando todos estos conocimientos para llevar a cabo una conversación fluida y adecuada a la situación. Actividad 2. Los/las alumnos/as deberán elaborar de manera independiente un listado de al menos 10 profesiones que conozcan. A continuación las clasificarán según crean que estas profesiones hacen feliz o no a las personas que las desempeñan, explicando por qué creen que es así. Posteriormente harán una puesta en común de sus clasificaciones. Mediante este debate el orientador/a conducirá al alumnado a la conclusión de que no es la profesión <i>per se</i> la que otorga el bienestar a la persona, sino que dependiendo de las preferencias y gustos de cada persona cada profesión provocará unas emociones u otras. Por tanto, les hará hincapié, en la importancia de tenerlas en cuenta en cada una de las decisiones que se toman en la vida.
Evaluación	Actividad 1. Cada miembro de la pareja deberá evaluar a su compañero/a cuando este actúe como entrevistado. Deberá evaluarlo de forma cualitativa redactando en un folio los puntos fuertes de su compañero/a y aquellos

	aspectos en los que podría mejorar. Actividad 2. Clasificación elaborada por cada uno de los/as alumnos/as
Recursos	- Aula. - Folios y bolígrafos.
Duración	45 minutos (20 minutos aproximadamente por cada actividad).

Fuente: elaboración propia.

Tabla 13

Elementos curriculares del área de Orientación Académica y Profesional. Actividad 3.

Sesión 3	<i>Puzle emocional + Despedida</i>
Objetivo	Trabajar en grupo demostrando los conocimientos adquiridos en educación emocional para la realización de un puzle.
Contenidos	- Conocimiento emociones propias y ajenas. - Regulación emocional. - Cooperación. - Trabajo en equipo.
Desarrollo	El/la orientador/a elaborará seis puzles con la imagen de cada una de las emociones básicas y numerará las piezas. Para cada pieza elaborará la resolución de una pregunta relacionada con todo lo enseñado en el programa, así como operaciones matemáticas sencillas o adivinanzas para que el alumnado se motive más y no le resulte tan monótona la actividad. La clase deberá dividirse en seis grupos. Cada grupo contará con un ordenador que deberá emplear para la búsqueda de las preguntas correspondientes a cada pieza del puzle. Dispondrán de un máximo de 20 minutos para encontrar cada una de las pistas y conseguir la pieza correspondiente y de 10 minutos para formar el puzle. Deberán trabajar en equipo poniendo en práctica todas las habilidades adquiridas a lo largo del programa. Experimentarán la importancia de gestionarse y

	comunicarse de manera adecuada, al igual que si estuvieran en un trabajo que requiriese trabajar de manera conjunta.
Evaluación	Se hará uso de la observación sistemática por parte del orientador/a. Deberá tener en cuenta si todos los grupos están trabajando de manera adecuada y si consiguen completar el puzle.
Recursos	- Puzles. - Aula. - Ordenadores.
Duración	45 minutos (30 minutos la actividad + 15 minutos para la despedida del alumnado y el cierre del programa).

Fuente: elaboración propia.

5.2.3.3.7. Cronograma

A continuación, se presenta el cronograma correspondiente a esta unidad de actuación (Tabla 14).

Tabla 14. *Cronograma de las actividades del programa desde la Orientación Académica y Profesional.*

DÍA/ SESIÓN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	4	5	6	7	8
Sesión 1 (45 minutos)	11 Grupo A	12 Grupo B	13 Grupo C	14 Grupo D	15
Sesión 2 (45 minutos)	18 Grupo A	19 Grupo B	20 Grupo C	21 Grupo D	22
Sesión 3 (45 minutos)	25 Grupo A	26 Grupo B	27 Grupo C	28 Grupo D	29

5.2.3.3.8. Evaluación

En cuanto a la evaluación de esta unidad de actuación, se llevará a cabo un cuestionario (**Anexo 10**) que recoja la percepción que tienen los alumnos/as acerca de la importancia que tienen las emociones y la regulación emocional en la toma de decisiones, así como el nivel de importancia que otorgan a trabajar en equipo con armonía y buscando el bienestar emocional de todos/as.

5.2.4. Recursos

Los recursos que serán necesarios para el programa de educación emocional serán los siguientes:

a. Recursos materiales. Todos aquellos recursos necesarios para llevar a cabo la realización de las actividades:

- Pantalla y proyector o pizarra digital.
- Materiales variados (papel, bolígrafos, cartulina, lápices o rotuladores de colores, etc.).
- Fichas y cuestionarios de evaluación.

b. Recursos espaciales. Lugares del centro en los cuales se desarrollarán las actividades:

- Aulas de los grupos de 1º ESO.
- Patio.

c. Recursos humanos. Profesional necesario para implementar el programa:

- Orientador/a.
- Tutores/as (para la Atención a la Diversidad y la Orientación Académica y Profesional).
- Otro tipo de profesionales cualificados en el caso de existir incompatibilidad horaria entre los grupos.

5.2.5. Evaluación

La evaluación del programa tendrá un carácter continuo. Todas y cada una de las actividades serán evaluadas tras su realización. Además, cada unidad de intervención contará con una evaluación final del área en general.

En primer lugar, para llevar a cabo la evaluación inicial no se empleará ningún tipo de instrumento. Esta se realizará mediante la observación de los destinatarios durante las primeras actividades

realizadas en el área de Acción Tutorial. Esto permitirá esclarecer, *grosso modo*, cuáles son los conocimientos previos de los destinatarios.

La evaluación procesual consistirá en la continua evaluación de las actividades de cada área de intervención. Dependiendo del tipo de actividad se emplearán diversos modos de evaluación. Se llevarán a cabo tanto cuestionarios o fichas como la observación sistemática por parte del orientador/a.

Por último, el programa contará con una evaluación final de cada una de las áreas de intervención en la que se recoja tanto los conocimientos adquiridos con el programa, como la satisfacción de los destinatarios con este.

Este método de evaluación permitirá obtener información valiosa acerca del funcionamiento del programa de cara a ajustar los contenidos a las necesidades del alumnado así como llevar a cabo las mejoras que fueran necesarias.

5.2.6. Cronograma del programa

A continuación se presenta una tabla resumen (Tabla 12) que recoge el cronograma completo del programa.

Tabla 12. *Cronograma Programa de Educación Emocional para el alumnado de 1º ESO.*

OCTUBRE 2020

DÍA/ ACTIVIDAD	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1	2
Actividad 1 (60 minutos)	5 Grupo A	6 Grupo B	7 Grupo C	8 Grupo D	9
Actividad 2 (45 minutos)	12 Grupo A	13 Grupo B	14 Grupo C	15 Grupo D	16
Actividad 3 (45 minutos)	19 Grupo A	20 Grupo B	21 Grupo C	22 Grupo D	23
Actividad 4 (45 minutos)	26 Grupo A	27 Grupo B	28 Grupo C	29 Grupo D	30

NOVIEMBRE 2020

DÍA/ SESIÓN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Sesión 1 (45 minutos)	2 Grupo A	3 Grupo B	4 Grupo C	5 Grupo D	6
Sesión 2 (45 minutos)	9 Grupo A	10 Grupo B	11 Grupo C	12 Grupo D	13
Sesión 3 (45 minutos)	16 Grupo A	17 Grupo B	18 Grupo C	19 Grupo D	20
Sesión 4 (90 minutos)	23 Grupo A	24 Grupo B	25 Grupo C	26 Grupo D	27

ENERO 2021

DÍA/ SESIÓN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	4	5	6	7	8
Sesión 1 (45 minutos)	11 Grupo A	12 Grupo B	13 Grupo C	14 Grupo D	15
Sesión 2 (45 minutos)	18 Grupo A	19 Grupo B	20 Grupo C	21 Grupo D	22
Sesión 3 (45 minutos)	25 Grupo A	26 Grupo B	27 Grupo C	28 Grupo D	29

5.3. Aplicación y seguimiento

La aplicación del programa de educación emocional se inicia en el primer trimestre con el desarrollo de las actividades desde la Acción Tutorial y desde la Atención a la Diversidad. Tiene comienzo en el mes de octubre para dar la oportunidad al alumnado de que se conozca durante el mes de septiembre ya que al ser el primer curso de secundaria los/as alumnos/as no conocerán a muchos/as de sus compañeros/as hasta ese momento.

La Orientación Académica y Profesional, por su parte, será trabajada al comienzo del segundo trimestre para evitar los días festivos del mes de diciembre que podrían entorpecer el desarrollo del programa. Además, durante este mes el alumnado debe realizar los exámenes finales y el programa podría causarles algún tipo de estrés impidiendo que las actividades se llevaran a cabo con la mayor efectividad posible.

Las actividades del área de Acción Tutorial y del área de Orientación Académica y Profesional se llevan a cabo en el aula de cada grupo durante sus respectivas horas de tutoría. La Atención a la Diversidad también se llevará a cabo durante las horas de tutoría en el aula de cada grupo las tres primeras semanas. La cuarta y última semana requerirá de una hora más a parte de la hora de tutoría y la actividad será realizada en el patio del centro.

Desde el comienzo del programa el/la orientador/a realizará un seguimiento de este gracias al sistema de evaluación. Esto dotará al programa de flexibilidad para modificar aquellos aspectos que no estuvieran resultando todo lo eficaces que deberían.

5.4. Evaluación del programa

En cuanto a la evaluación global del diseño del programa de educación emocional se distinguen por un lado los puntos fuertes del programa, y por otro los puntos débiles o los aspectos susceptibles de mejora.

En cuanto a los puntos fuertes se encuentra que el programa trabaja con toda la comunidad educativa. Parte de la premisa de lo importante que es un trabajo conjunto por parte de las familias y el profesorado para lograr un aprendizaje más completo y enriquecedor por parte del alumnado.

Por otra parte las actividades desarrolladas tienen un carácter colaborativo intentando potenciar así la mejora de las habilidades sociales y las estrategias efectivas de comunicación entre los/as alumnos/as. Además, la flexibilidad de muchas de ellas hace posible que aquellos agentes que lo apliquen puedan ajustar los contenidos de dichas actividades a las características del alumnado.

Con respecto a los puntos débiles o los aspectos que podrían mejorarse se encuentra que las familias, aunque participan, no lo hacen en la misma medida que el resto de agentes educativos. Esto es debido a la difícil compatibilidad horaria de familias, profesorado y alumnado. Además, en ocasiones las actividades no suscitan el interés necesario ya sea por falta de motivación por parte de las familias o por el carácter poco participativo que tienen frecuentemente.

Finalmente, aunque el programa cuente con cierta variedad de métodos, podría ser dotado con mayor pluralidad si el tiempo con el que se contase para lograr la consecución completa del programa fuese más amplio.

5.5. Consideraciones finales

Una vez que el programa sea evaluado y se obtengan los resultados se podrá determinar si se han cumplido o no los objetivos planteados inicialmente. Se podrá observar por tanto si la educación emocional supone o no una mejora en el bienestar psicológico y en la calidad de vida de los destinatarios del programa.

Si se observa una mayor competencia en educación emocional por parte del alumnado, el cual percibe y demuestra conocer más acerca de sus propias emociones así como la de aquellos que lo rodean, y es capaz de regularlas en pro de una relación y comunicación adecuada, el programa habrá surtido efecto. En caso contrario, se deberá valorar qué aspectos son los que han impedido lograr los objetivos y de qué manera podrían ser mejorados.

No obstante, cualquier intervención provocará algún cambio con respecto a la situación inicial. Si, por otro lado el programa no alcanzara todos los objetivos esperados, siempre habrá colaborado para empezar a crear una conciencia distinta en cuanto a educación emocional se refiere, que podrá cultivarse más adelante con la mejora de este programa o con la aplicación de otro tipo de programas más adecuados o efectivos.

Además, el profesorado y la familia obtendrán también beneficio del programa aunque con el alumnado no se alcanzara todo el efecto deseado. Con independencia de los resultados obtenidos, la comunidad educativa puede mejorar en cuanto a la comunicación centro-familia, el trabajo en equipo por parte del profesorado y las familias, y el fortalecimiento de los vínculos familiares y afectivos entre el profesorado y sus alumnos/as.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Arguís, R., Bolsas, A.P., Hernández, S., y Salvador, M.M. (2011). Aulas felices. *Revista AMAzônica*, 6(1), 62-87.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 1(21), 7-43.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I): Technical Manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Cassinda-Vissupe, M.D., Angulo-Gallo, L., y Guerra-Morales, V.M. (2017). Características de la expresión emocional en los escolares primarios y su manejo desde la perspectiva del personal docente-educativo. *Revista Electrónica Educare*, 21(1), 2.
- Cejudo, P. (2015). *Diseño, desarrollo y evaluación del programa Dulcinea de educación emocional en un centro de educación secundaria desde la integración de modelos de inteligencia emocional* (tesis doctoral). UNED. Universidad Nacional de Educación a Distancia, España.
- Escobar-Pérez, J., y Cuervo-Martínez, A. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: Una aproximación a su utilización. *Revista Avances En Medición*, 6, 27-36.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1971). Constants across cultures in the face and emotion. *Journal of personality and social psychology*, 17(2), 124.
- Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., y Gutiérrez-Cobo, M.J. (2017). Avances en la investigación sobre competencias emocionales en educación. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 88, 15-26.
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?. *Revista iberoamericana de educación superior*, 6(16), 110-25.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Greenberg, L. (2000). *Emociones: una guía interna*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Junta de Andalucía. Consejería de Educación, Cultura y Deporte. Delegación territorial en Granada. Servicio de Ordenación Educativa. Área de Orientación del ETPOEP. *Guía de Orientación Académica y Profesional al finalizar 4º ESO*.

Junta de Andalucía. Consejería de Educación y Deporte. *Atención a la diversidad*.

Mayer, J. D., y Salovey, P. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, cognición y personalidad*, 9(3), 185-211.

Saarni, C. (1999). *The Development of Emotional Competence*. Nueva York: Guilford Press.

Sánchez-Calleja, L., García-Jiménez, E., y Rodríguez-Gómez, G. (2016). Evaluación del diseño del Programa AEdEm de Educación Emocional para Educación Secundaria. *RELIEVE (Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa)*, 22(2), art. 5. doi: <http://dx.doi.org/10.7203/relieve.22.2.9422>

Normativa:

Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía. Boletín Oficial de la Junta de Andalucía, n.º 122, 2016, 28 de junio.

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Boletín Oficial del Estado, n.º 3, 2015, 3 de enero.

7. ANEXOS

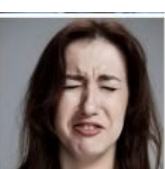
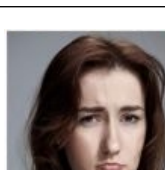
Anexo 1. Ficha evaluación actividad 1 de la Acción Tutorial

A continuación se le presentan una serie de afirmaciones en relación a la charla que acaba de tener lugar. Rodee con un círculo la opción que más se adecue a su opinión respecto a cada información sabiendo que el 0 indica que está completamente en desacuerdo y que el 5 significa que está completamente de acuerdo.

Creo que el tema es muy importante para mi hijo/a o alumno/a.	1	2	3	4	5
Me han parecido interesantes los contenidos expuestos en la charla.	1	2	3	4	5
Creo que esta información es necesaria para mis alumnado o hijos/as y para mí mismo.	1	2	3	4	5
Esperaba que se hablara de otro tema.	1	2	3	4	5
Me gustaría recibir más charlas de este tipo en el futuro.	1	2	3	4	5

Fuente: elaboración propia.

Anexo 2. Ficha emociones actividad 2 de la Acción Tutorial

Emoción	Tipo	Situación
		
		
		
		
		
		

Fuente: elaboración propia.

Anexo 3. Cuestionario para evaluar la Acción Tutorial por parte del profesorado y las familias

A continuación marque con un aspa (x) la opción que mejor describe su opinión sobre las siguientes cuestiones:

PREGUNTAS	MUCHO	ALGO	POCO
Estoy satisfecho/a con el progreso que ha hecho mi alumnado o hijo/a en cuanto a educación emocional.			
He observado una mejora en mi alumnado o hijo/a a la hora de definir y expresar sus emociones.			
He observado una mejora en mi alumnado o hijo/a a la hora de regular sus emociones.			
Creo que mi alumnado o hijo/a ha aprendido a comunicarse mejor.			
En general estoy satisfecho/a con el programa.			

Fuente: elaboración propia.

Finalmente escriba en el siguiente apartado aquello que crea que podría cambiarse o mejorar.

Observaciones:

Anexo 4. Cuestionario para evaluar la Acción Tutorial por parte del alumnado

A continuación marca con un aspa (x) la opción que mejor describe tu opinión sobre las siguientes preguntas:

PREGUNTAS	MUCHO	ALGO	POCO
¿Te han gustado las actividades que se han realizado en las tutorías?			
¿Te han parecido entretenidas las actividades sobre las emociones?			
¿Te has sentido bien trabajando en grupo?			
4. ¿Pondrás en práctica lo aprendido?			
5. ¿Te ha gustado aprender más sobre las emociones?			
6. ¿Crees que estas actividades te ayudarán a mejorar algo de ti?			

Fuente: elaboración propia.

Finalmente escribe en el siguiente apartado aquello que crees que podría cambiarse o mejorar.

Observaciones:

Anexo 5. Ficha historia de la actividad 2 de la sesión 1 de la Orientación Académica y Profesional

Alicia es una chica de 18 años que estudia 2º de Bachillerato de Ciencias. A lo largo de su vida Alicia siempre ha hecho caso a lo que sus padres le aconsejaban aunque en ocasiones algunas de esas decisiones no le han hecho del todo feliz. Siempre ha escogido las asignaturas que a sus padres les han parecido más apropiadas para su formación académica. También se ha rodeado de las personas que sus padres consideraban adecuadas.

Gracias a su esfuerzo y constancia Alicia siempre ha obtenido buenos resultados en cada uno de los cursos académicos y ahora se encuentra en el último año de instituto. Debe decidir qué hacer una vez que se acabe el curso. Alicia ha decidido...

Fuente: elaboración propia.

Anexo 6. Ficha final 1 de la historia de la actividad 2 de la sesión 1 de la Orientación Académica y Profesional

Alicia ha decidido que la mejor opción es estudiar biología. Desde pequeña le ha encantado todo lo relacionado con los animales, plantas, naturaleza, etc. Se siente muy bien cuando tiene que estudiar para algún examen de esta asignatura. Disfruta conociendo cada vez más sobre estos temas por lo que es feliz y se encuentra a gusto haciendo trabajos sobre esta asignatura o buscando información de manera independiente.

También solicitará los grados de veterinaria y enfermería. Aunque le gustan un poco menos también se siente bien ayudando a cualquier tipo de ser vivo y cree que estudiando alguna de estas carreras podrá llevar a cabo esa labor.

Sus padres quieren que sea abogada pero a ella no le gusta para nada esta opción así que les explicará que con lo que realmente se sentirá feliz es estudiando biología.

Fuente: elaboración propia.

Anexo 7. Ficha final 2 de la historia de la actividad 2 de la sesión 1 de la Orientación Académica y Profesional

Alicia ha decidido que la mejor opción es estudiar derecho y ser abogada como quieren sus padres. Aunque no le gusta mucho esta opción cree que podrá conseguir mucho dinero siendo abogada y además se rodeará de personas importantes y con una buena reputación.

Lo que realmente le gusta a Alicia es la biología. Se siente muy bien cuando tiene que estudiar para algún examen de esta asignatura. Disfruta conociendo cada vez más sobre estos temas por lo que es feliz y se encuentra a gusto haciendo trabajos sobre esta asignatura o buscando información de manera independiente. Sin embargo no hará caso a esas emociones y a su bienestar y estudiará derecho tal y como quieren sus padres.

Fuente: elaboración propia.

Anexo 8. Ficha anuncios oferta de empleo de la actividad 1 de la sesión 2 de la Orientación Académica y Profesional

OFERTA DE EMPLEO

Se oferta puesto de Auxiliar de Biblioteca en Martos (Jaén). La oferta sería de un contrato de media jornada, de 09:00 a 13:00 de lunes a sábado.

Se necesita incorporación inmediata. Para más información llamar al siguiente número: XXX XXX XXX.

Fuente: elaboración propia.

OFERTA DE EMPLEO

Se oferta puesto de dependienta de ropa en Martos (Jaén). La oferta sería de un contrato de media jornada, de 09:00 a 13:00 de lunes a sábado.

Se necesita incorporación inmediata. Para más información llamar al siguiente número: XXX XXX XXX.

Fuente: elaboración propia.

Anexo 9. Ficha preguntas entrevista de trabajo de la actividad 1 de la sesión 2 de la Orientación Académica y Profesional

1. ¿Por qué está interesado en este trabajo?
2. ¿Por qué cree que llevaría a cabo este trabajo de manera adecuada?
3. ¿Cuáles son sus principales cualidades?
4. ¿Qué cantidad de dinero espera cobrar?
5. ¿Por qué deberíamos contratarle a usted y no a otra persona?

Fuente: elaboración propia.

Anexo 10. Cuestionario para evaluar la Orientación Académica y Profesional

A continuación marca con un aspa (x) la opción que mejor describe tu opinión sobre las siguientes preguntas:

PREGUNTAS	SÍ	NO	ALGUNAS VECES
Cuando tenga que estudiar una asignatura que no me guste lo haré sin más y no me preocuparé por cómo me siento.			
En los cursos posteriores elegiré las asignaturas sin tener en cuenta cómo me hace sentir cada una.			
Cuando tenga que elegir un trabajo intentaré que este me haga sentir bien.			
Creo que es importante conocer mis emociones y las de los demás para trabajar en equipo.			
Me importa que mis compañeros/as se sientan bien cuando tenemos que trabajar juntos.			

Es importante tener en cuenta mis emociones siempre que tengo que tomar una decisión.			
---	--	--	--

Fuente: elaboración propia.