

Educación emocional : De escuelas para familias & maestros

La educación emocional: presente y futuro de todos los sistemas educativos

JUAN ANTONIO PLANAS DOMINGO. PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA

La Asociación Aragonesa de Psicopedagogía, en colaboración con otras instituciones, celebró en Zaragoza, del 18 al 21 de mayo, el III Congreso de Inteligencia Emocional y Bienestar. La cita, que congregó a más de 500 expertos, demuestra el valor que, día a día, cobra la educación emocional tanto en el ámbito familiar como educativo

■ Por su alta participación, con más de 500 especialistas en el tema; por la elevada calidad de sus ponentes, de reconocido prestigio nacional e internacional; y por la cantidad de experiencias prácticas que se pusieron en común, el III Congreso de Inteligencia Emocional y Bienestar, celebrado en Zaragoza del 18 al 21 de mayo, ha sido un éxito sin precedentes, a todos los niveles. Lo que nos lleva a proponer que Zaragoza, a partir de ahora, sea considerada como la Ciudad Internacional de la Inteligencia Emocional. Pero, de momento, toca elaborar las conclusiones, para compartirlas con la sociedad aragonesa, entre las que destaca, por encima de todas, una: que la educación emocional es el presente y el futuro de todos los sistemas educativos, y que debe ser transversal, es decir, ha de trascender mucho más allá de la tutoría y la orientación, debe integrarse en el currículum escolar y tratarse en todas las materias. Y, por eso, es preciso que, además de los centros docentes, las familias contribuyamos también a que nuestros hijos e hijas crezcan emocionalmente de forma positiva.

Sin duda, la neuroeducación está llamada a ser una disciplina clave en los próximos años. Hay que tener en cuenta que nuestro alumnado está hiperconectado a múltiples dispositivos y que ya no tiene sentido contraponer emoción y cognición; al contrario, sin emoción difícilmente podrá haber aprendizaje. En relación con la neurociencia, hemos detectado que el abuso de internet puede afectar negativamente a los mecanismos neuronales, que precisan tiempo y 'silencio' para el proceso de estudio y de aprendizaje. Sobre todo en educación, necesitamos una cultura de la lentitud.

También es muy necesario destacar la importancia del juego, ya que, a edades tempranas, el juego es el disfraz con el que se camufla el aprendizaje.

Otro de los aspectos que se ha tratado en el congreso es el relativo al 'tiempo atencional' y los ritmos circadianos, nuestro reloj biológico que regula las funciones; y, en este sentido, se ha constatado que nuestros sistemas de aprendizaje y de memoria están siendo alterados en una sociedad hiperconectada. Y este es uno de los aspectos que más deberíamos tener en cuenta cuando se debate, cuando se habla, sobre los tiempos y horarios escolares.



■ La gestión de las emociones se trabajó en diferentes talleres. CARLOS MUÑOZ



Proponemos que, desde el comienzo de la infancia, se aprendan dos o tres idiomas, para que, así, queden grabados en el cerebro en circuitos neurales separados. De esta manera, el alumnado adquiere nuevas estrategias de aprendizaje, se potencia la memoria y también las reservas cognitivas, que le servirán para ser utilizadas a lo largo de su vida y para retrasar la aparición de las demencias.

Un alumno alegre, una clase con un clima emocional adecuado, una familia con valores positivos, son los medios donde todo verdadero aprendizaje debería darse, de ahí la importancia del humor como herramienta pedagógica. Por lo tanto: la letra con sangre... no entra. El dolor es un refuerzo negativo que el cerebro trata de no repetir y de olvidar pronto. Por el contrario, aprender con alegría es un refuerzo positivo que se trata de repetir y mantener más tiempo lo aprendido en la memoria.

Durante las jornadas, se ha hecho especial hincapié también en otros aspectos que debemos poner en valor, como:

- Aumentar las actividades de nuestros escolares al aire libre.
- Incentivar la observación como método de aprendizaje.
- Tener en cuenta la neuroarquitectura para favorecer la innovación y la movilidad del alumnado.
- Fomentar la creatividad, la participación y la innovación.

Y, por supuesto, creemos firmemente que un programa eficaz de educación emocional debería servir para prevenir e intervenir en los casos de acoso escolar.

ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA
www.psicoaragon.es

CARTA DE UNA MAESTRA

VÍCTOR JUAN. DIRECTOR DEL MUSEO PEDAGÓGICO DE ARAGÓN

■ Quería escribir un texto especial para mi última columna del curso. Lo cierto es que, desde hace cuatro años, cada quince días, he procurado escribir una columna especial para 'De escuelas & maestros'. Esta vez ha sido muy fácil. Una maestra me envió una carta al Museo Pedagógico y me parece tan importante lo que cuenta, que me voy a limitar a copiarla aquí. Les deseo a todos un feliz verano.



«Querido Víctor:

Cada día vuelvo a casa agotada y con miles de historias que contar, las historias que me han permitido vivir los chicos de mi clase: sus dudas, sus preocupaciones, sus ilusiones, sus miedos, sus progresos, sus sueños... Llego a final de curso con las fuerzas muy justas. Como cada año por estas fechas, tengo un sentimiento ambivalente. Por una parte, quiero que el curso termine y, por otra, no quiero despedirme de mis alumnos. Cuando mejor estamos, cuando mejor nos entendemos, cuando más cosas me unen a ellos, a sus familias y a mis compañeros, termina el curso. Durante el año, hemos creado un mundo con palabras, miradas y complicidades. No puedo evitar pensar qué será de todo lo que con tanta paciencia e ilusión hemos construido.

Soy maestra de Educación Infantil y cuando conocí a los niños de mi clase tenían 3 años. Han estado conmigo media vida. Al empezar la escuela algunos subían las escaleras con dificultad, no conocían ni controlaban su propio cuerpo, estaban desarrollando el lenguaje, eran incapaces de compartir los materiales del aula, no respetaban las reglas de los juegos, necesitaban una protección permanente... El próximo septiembre llevarán libros de mayores, jugarán en el recreo de los mayores, entrarán por la puerta de los mayores y algunos, ay, no me saludarán cuando nos crucemos en el pasillo. Para las maestras, cada septiembre empieza una era: alumnos nuevos, familias nuevas, problemas nuevos y alegrías nuevas, que frecuentemente olvidamos decir lo felices que nos hace nuestro trabajo. Estos días recogeré los recuerdos y los restos de la felicidad que nos ha iluminado durante todo el año.

Sé que empezaré septiembre con tantas ganas como si fuera mi primer septiembre, pero cada mes de junio siento que dejo al mejor grupo que he tenido nunca. Me cuesta dejarlos marchar, pero se irán, aunque les quiera tanto. Tienen que irse. Todo está bien cuando se van.

He trabajado con ellos cada día como si fueran a estar siempre conmigo, como si no supiera que las maestras estamos de paso en la vida de nuestros alumnos, poniéndolo, cada vez y para cada uno de ellos, todo».

Caja de herramientas TIC

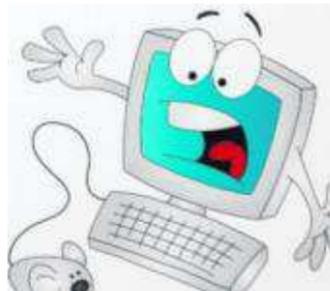
GIFS ANIMADOS

DIEGO ARROYO MURILLO. ASESOR DE FORMACIÓN DEL CIFE JUAN DE LANUZA UFI-ZUERA

■ Cuando hablamos de 'gifs animados' pueden venirnos a la cabeza un sinfín de conceptos. Tan presentes en las redes sociales, blogs y webs, ya nos hemos acostumbrado a ellos. Son muchas las funciones educativas asociadas a su uso y, desde la perspectiva del 'Visual Thinking', se nos abre un gran abanico de posibilidades, desde comprimir en una o varias imágenes contenidos hasta el trabajo de la creatividad en todas las áreas curriculares. Existen muchos servicios y he-

rramientas para trabajar estas imágenes en movimiento. Hoy, os mostramos algunos:

- **Gif Movie Gear:** servicio para construir gifs a partir de fotos y/o gráficos, que podemos usar durante 30 días de prueba.
- **Gifcam:** desde la captura de pantalla, podemos elaborar gifs a partir de videos, fotos, imágenes...
- **Recordit:** es una herramienta rápida de fácil manejo y muy intuitiva.



• **Gimp:** programa gratuito para generarlos.

• **Photoscape:** editor gratis de fotos, con la herramienta de creación de gifs animados.

• **Gifup:** sencilla aplicación 'online' para subir imágenes desde el ordenador, la webcam, un sitio web...

Múltiples servicios para elaborar estos gifs animados, que resultan ser muy motiva-

dores y enriquecedores para el aula. Un recurso más con el que enriquecer nuestras prácticas y actividades y hacerlas más emocionantes, que es de lo que se trata.

ESCOLAR es un suplemento didáctico editado por HERALDO DE ARAGÓN con la colaboración de la Fundación Telefónica. Coordina: Lucía Serrano Pellejero

