

Yosoytuprofe 21 de julio 2021

<https://yosoytuprofe.20minutos.es/2021/07/21/la-educacion-emocional-evaluada-a-traves-de-1-799-estudiantes-en-el-estudio-en-sus-zapatos/>

Y S YO SOY
T P TU PROFE

20
minutos

NOTICIAS

La educación emocional evaluada a través de 1.799 estudiantes en el programa «En sus Zapatos»

Y S POR YOSOYTUPROFE
T P 21 JULIO, 2021

COMENTARIOS 0



La educación emocional avanza en las aulas a pasos de gigante, pero no siempre con rigurosidad ni con programas evaluados científicamente. Algo que, por otro lado, es esencial si lo que se pretende son resultados duraderos y no solo ser una moda; que como todas pasan y desaparecen.

Con la rigurosidad de expertos de las universidades Carlos III (Madrid) y la de Utrecht (P. Bajos), con la colaboración del INEE (Instituto Nacional de Evaluación Educativa, del Ministerio de Educación) y la Fundación Tomillo, se acaba de presentar el Informe de resultados de la evaluación del programa “En Sus Zapatos: Un Espacio de Empatía Activa” para la convivencia escolar.

“En Sus Zapatos” se trata de un programa de la Asociación Teatro de Conciencia, creado por Pax Dettoni, que alfabetiza emocionalmente a toda la comunidad escolar (docentes, familias y alumnados) a través de su metodología teatral, denominada Teatro de Conciencia, que escenifica las emociones haciéndolas visibles para aprender manera dinámica y visual cómo funcionan en nosotros, cómo reconocerlas y gestionarlas para llegar a la empatía activa, a la resolución de conflicto y al perdón.

La evaluación de dicho programa, se ha realizado en curso escolar 2019/2020 a 2.407 personas (docentes, alumnos y familias) de 23 centros de la Comunidad de Madrid. Midiendo conceptos como empatía, perdón, resolución de conflicto, escucha activa... mediante técnicas cuantitativas y cualitativas (cuestionarios pre y post, entrevistas personales, análisis de trabajos...).

Estos son algunos resultados:

- El 87% de los docentes considera que los alumnos resuelven los conflictos de una manera más positiva, sin llegar a la violencia física o verbal.
- Disminuye el 40% los gritos y castigos a menores.
- El 80% de los docentes considera que los alumnos se piden perdón de una manera más sincera.

“En mi centro logramos eliminar un 100% las expulsiones y castigos. Hemos optado por la técnica restaurativa y que los propios alumnos elijan cómo enmendar el daño que ha realizado”, testimonia Rafael Almazán, director de CEIP La Alhóndiga (Getafe. Madrid).

“Nunca antes se había usado el teatro y la Educación Emocional de una forma tan estructurada, ni integrada en la educación formal como ha conseguido “En Sus Zapatos”, explica el evaluador Joost de Laat, profesor de la Universidad de Utrecht (P. Bajos).

¿Y cómo lo han conseguido?

No se obtienen resultados por arte de magia ya que todo requiere tiempo, constancia, y también ver cuál es el punto de partida del alumnado y del centro. Sin embargo, hay aprendizajes del programa que siempre resultan útiles y eficaces; según ha demostrado la evaluación realizada.

A continuación te ofrecemos **3 recursos educativos de descarga gratuita** que forman parte de la formación anual de docentes en educación emocional, para que puedan facilitar el método “En Sus Zapatos” en sus centros escolares u otros y, que empezará su segunda edición semipresencial de 150 horas en septiembre (con créditos del Ministerio de Educación).

Estos y otros recursos se pueden [descargar gratis en el área de Recursos de la web del programa](#)

1. Póster de “El árbol”. Para llegar a la calma.
2. Póster de “Resolución de conflicto”. Pasos para resolverlo.
3. Guía didáctica del cuento “Talambote” para los más pequeños.

El póster de “El árbol” para llegar a la calma.

La respiración es un recurso muy sencillo y muy útil cuando uno nota que alguna emoción le está secuestrando y no puede controlarla; usando esta técnica uno cambia de marcha a una inferior y se distancia un poco de lo sucedido, pudiéndolo luego abordar el tema desde un estado de mayor tranquilidad. “El árbol” es uno de los recursos preferidos tanto a los niños y niñas como de los adultos que ha realizado la formación de este programa. Esta técnica consiste en levantar lentamente los brazos, mientras se inspira profundamente; y luego bajarlos mientras se expira. Unas tres veces en los niños, para evitar hiperventilar. Esto se puede hacer físicamente, sobre todo con los más pequeños, pero también mentalmente.

Así, por ejemplo, un docente cuando ve que los alumnos no le prestan atención; entonces en vez de amonestarle con dureza y gritarles. Entonces para, luego respira unas cuantas veces profundamente. Así baja el nivel de intensidad de la rabia (en su formato frustración: “no me hacen ni caso”) y se calma al menos un poco. Siendo dueña de su emoción así la docente podrá resolver de otra manera: permaneciendo en silencio hasta que se den cuenta los alumnos, cambiando la dinámica, lanzando una pregunta desconcertante...

En el caso de un alumno, cuando le han dado una patada en el recreo jugando y corre hacia él para pegarle. Respira tres veces profundamente y la emoción que le domina (bien puede ser rabia por ser agredido o miedo a no ser aceptado si no reacciona) baja su potencia, entonces será más fácil controlarla y resolver el conflicto de un modo no violento.



2 El poster de la “Resolución de conflicto”.

Este poster muestra, a modo de guía práctica, tres pasos a seguir para afrontar un problema con otras personas. Puede ser entre alumnos, entre docentes, docente con alumnos, docente con familias... Sirve para todos, ya que todos tenemos emociones que en muchas ocasiones nos pueden “ganar la batalla” y llevarnos a hacer cosas que dañen a otras personas, cosas...

En la experiencia del programa “En Sus Zapatos” suele ser muy usado por alumnos de primeros cursos de la ESO. Los 4 pasos son:

- 1 **Calmarse.** Para reflexionar sobre lo sucedido. Aquí podría usarse la técnica anterior de la respiración del árbol.
2. **Escuchar.** Lo que el otro piensa, siente y necesita.
3. **Hablar.** De lo que pienso, siento y necesito.
4. **Acordar.** Una solución mutuamente beneficiosa. Una solución en la que todas las partes ganen (win-win).



3 Cuento “Talambote”, con un manual de implementación para el aula sobre educación emocional

“Talambote” es un cuento escrito por la creadora de “En Sus Zapatos”, Pax Dettoni, para iniciar a los más pequeños en el reconocimiento de las emociones básicas (la rabia, el miedo, la alegría y la tristeza).

A través de la historia de Miguelito, un niño que se encuentra a un cachorro abandonado, se muestra a niños y niñas a partir de los 3 años las emociones para que aprendan a reconocerlas. También se enseña que las emociones no son buenas, ni malas; lo que es bueno o malo es lo que hacemos con ellas.

El cuento tiene el manual «Jugar-Aprender con Talambote», con 14 sesiones formativas, que puedes [descargar aquí de forma gratuita](#). Un recurso educativo que ya utiliza en centros de enseñanza.

