CAPACIDADES E EMOCIÓNS

Amparo Jiménez. Orientadora

O ser humano nace cunhas capacidades que se van desenvolvendo, en maior ou menor medida, de forma diversa ao longo da vida. Unha das capacidades básicas é a de emocionarse.

As persoas podemos sentir determinadas emocións que afectan as nosas relacións persoais e sociais. No caso das nenas e nenos, a primeira socialización ten lugar na familia e na súa contorna social, e logo na contorna escolar.

Un obxectivo básico da Educación é desenvolver as capacidades do alumnado ao máximo. Por iso, os obxectivos dos currículos nas diferentes etapas, ciclos e niveis educativos están formulados en termos de capacidades a desenvolver para lograr os mesmos.

Para dar resposta a algunhas das problemáticas ou dificultades do noso alumnado, neste curso e de forma experimental estanse a desenvolver dous programas:

PROGRAMA ESCOLAR DE DESENVOLVEMENTO EMOCIONAL

Este programa trata de favorecer un desenvolvemento equilibrado da personalidade do alumnado, tendo en conta o efecto positivo que o equilibrio emocional exerce sobre o rendemento académico.

Tratar de ensinar aos nenos e nenas outra forma de pensar moito máis funcional que lles axude a manexar as súas emocións.

En definitiva, queremos que os nenos se sintan felices e seguros para poder desenvolver dunha forma óptima as súas potencialidades e capacidades intelectuais.

Para que o programa sexa eficaz é imprescindible que se impliquen tamén os pais, porque o contexto principal de desenvolvemento dos nenos e das nenas é a súa familia. Nela é onde aprenden a utilizar determinados "esquemas de pensamento", onde se reforzan uns comportamentos e non outros.

Para desenvolvelo contamos con dúas versións, a do alumnado e a de pais, para ser traballadas de xeito paralelo.

O material para o alumnado está formada por 12 módulos ou temas que se poden desenvolver na aula. Á súa vez, ten un caderno de actividades para casa que complementa o traballado na aula en cada unha das sesións.

O material para os pais e nais está deseñado para ser traballado en 5 sesións, coa orientadora, a titora e dous mestras do centro escolar. Todas as sesións levan un material de lectura acorde ao tema tratado en cada unha das sesións. Á súa vez, ten un caderno de actividades para casa.

Na primeira sesión que tivemos co alumnado, explicámoslles o importante que é que nos paremos a pensar en nos mesmos:

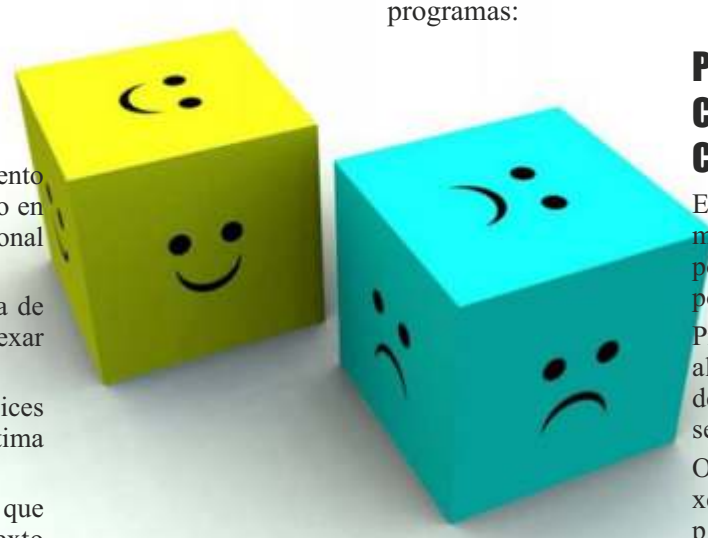
¿Pensastes algunha vez en como vos sentides? Por que vos sentides así e como vos gustaría sentirvos?Por que actuades así e non doutro xeito?

Moitas veces non o sabemos, simplemente actuamos sen pensar e logo nos arrepentimos. Outras veces non nos arrepentimos…

Podemos aprender a sentirnos ben, a relaxarnos para non sentirnos nerviosos. Tamén resolver algúns problemas que podamos ter como que haxa compañeiros que se rin de nós, que non nos deixen xogar con eles…

Imos tratar de aprender a:

a. pensar nos demais
b. resolver os problemas que nos aparezan
c. ser positivos e non fixarnos só no negativo que nos ocorra.
d. non preocuparnos excesivamente



Se lles propoñen varias situacións reais nas que se poden ver inmersos e que pensen cómo se sentirían.

Qué sento? En qué situación sento…?

Esteamos na situación que esteamos, sempre sentimos algo. E si pensamos en cómo nos sentimos en situacións nas que nos podemos ver inmersos? É certo que podemos ter dificultades nun primeiro momento para poñer palabras ás nosas emocións e aos nosos sentimentos.

Qué emocións sentiriamos nesas situacións?

Os nenos e nenas deben pensar nalgunhas situacións da súa vida e como se senten de "ben" ou de "mal" en cada unha delas. Unha vez cubertas as situacións e as súas emocións correspondentes deben puntuar ¿cánto? É dicir, canto de triste ou de alegre se senten, puntuando de 1 a 10.

Na primeira sesión que fixemos coas familias fíxose unha exposición teórica sobre que son os trastornos emocionais e a xénese dos sentimentos e das condutas.

Os trastornos emocionais, como a depresión e a ansiedade, son os máis comúns nos nenos que estudan Educación Primaria.

A depresión e a ansiedade infantil son os dous trastornos máis coñecidos dos trastornos internalizados. Dise que son internalizados porque se desenvolven e se manteñen ocultos dentro dos nenos.

Fronte a estes problemas internalizados atópanse os problemas externalizados. Son identificados facilmente porque se poden observar de forma directa no comportamento dos nenos e nenas. Son as condutas de agresividade, a hiperactividade, as condutas antisociais, etc.

Logo, indicámoslles o imprescindible que é a realización das tarefas para casa. É onde realmente poden xurdir as dúbidas e preocupacións da súa vida cotía dunha forma máis meditada.

PROGRAMA DE ENRIQUECEMENTO CURRICULAR PARA ALUMNADO DE ALTAS CAPACIDADES

Este programa trata de proporcionar experiencias, materiais e recursos a fin de que os nenos e nenas poidan expresar, na medida do posible, todo o seu potencial intelectual.

Pretende estimular a creatividade en cada alumno ou alumna mediante o uso dos recursos intelectuais máis destacados dentro do seu perfil, favorecendo tamén o seu axuste socio-emocional.

Os nenos e nenas con altas capacidades senten, polo xeral, unha enorme curiosidade, desexo de coñecer, de pedir explicacións, etc. Tendo en conta estas características, tratamos de ofrecerlles apoio para que sexan capaces de observar e ver as cousas desde puntos de vista diferentes, desenvolvendo habilidades co obxecto de cambiar a perspectiva propia, e reformulando e aprendendo a buscar varias alternativas á hora de solucionar un problema.

Estes nenos e nenas, nalgúns casos, tenden a un traballo máis individualizado que cooperativo polo que teñen algunhas dificultades para relacionarse ou para controlar as súas propias emocións. Por iso se traballan unha serie de actividades que potencian o axuste socio emocional, estimulando habilidades de comunicación verbal e non verbal (dialogar, negociar, consensuar), mellorando as destrezas de comunicación e procurando unha conduta altruísta entre iguais, así como a cooperación cos compañeiros (dar e recibir axuda para contribuír a un fin común), acatando as normas do grupo e do xogo.

As actividades estanse a desenvolver con dous grupos de alumnos, un de 7 nenos e nenas de 2º e 3º de Educación Primaria e outro de 8 nenos e nenas de 3º e 4º de Educación Primaria.

A metodoloxía de traballo con estas actividades ten en conta os intereses do alumnado, mantendo un carácter lúdico no seu desenvolvemento, de forma que os escolares "van xogar" e non a realizar tarefas contempladas no currículo ordinario.

Durante o curso se traballarán as seguintes áreas: Área de axuste socioemocional, Área de creatividade lingüística, Área de creatividade matemática, Taller de imaxina, inventa e crea; Taller de xogos lóxicos manipulativos e Taller de multimedia

É importante sinalar que hai que aceptar aos nenos e nenas como son e non esperar que destaquen en todo. Estimulalos sen forzalos e aceptar a súa curiosidade aínda que non sempre teñamos respostas.

As nenas e nenos necesitan afecto e os aspectos emocionais son, cando menos, tan importantes como os aspectos exclusivamente intelectuais.