



UNIVERSIDAD SIGLO 21  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN  
TRABAJO FINAL DE GRADO  
PLAN DE INTERVENCIÓN

Educación Emocional Transversal para alumnos del Nivel Secundario de la Escuela  
I.P.E.M. N° 193 José María Paz de Saldán, Provincia de Córdoba, Argentina.

Autora: Erica Maricel Rueda

Tutora: Magda Dávila

Rosario, 22 de noviembre de 2019

## Índice

Resumen	5
Palabras claves	5
Introducción	6
Presentación de la línea temática escogida	7
Síntesis de la organización seleccionada	8
Delimitación del problema objeto de la intervención	11
Objetivo general	14
Objetivos específicos	14
Justificación	15
Marco teórico	17
Plan de trabajo	22
Actividades	22
Ejes	22
Tabla de contenidos por eje	23
1.1. Diagnóstico emocional	23
1.2. Reconociendo emociones	25
1.3. Diversos lenguajes	25
1.4. Valentía	26
1.5. Apreciación de la belleza	26
1.6. Sentido de la vida	27
1.7. Empatía	27
2.1. Expresión de la emoción	28
2.2. Autocontrol	29

2.3. Esperanza	29
2.4. Tolerancia a la frustración	30
2.5. Prudencia	31
2.6. Postergar la satisfacción	31
2.7. El valor del esfuerzo	32
3.1. Autoestima	32
3.2. Proyecto de vida	33
3.3. Responsabilidad	33
3.4. Motivación interior	34
3.5. Perseverancia	34
3.6. Pensamiento crítico	34
3.7. Resiliencia	35
4.1. Asertividad	36
4.2. Respeto y prejuicios	37
4.3. Comunicación	37
4.4. Perdón	37
4.5. Cooperación	38
4.6. Resolución de conflictos	39
4.7. Altruismo	39
5.1. Toma de decisiones	40
5.2. Ayuda	40
5.3. Logros y metas	41
5.4. Gratitud	41
5.5. Creatividad	42

5.6. Sentido del humor	42
5.7. Optimismo	42
Para continuar trabajando	43
Cronograma	46
Recursos materiales	47
Recursos humanos	47
Presupuesto	47
Evaluación	47
Resultados esperados	48
Conclusión	48
Referencias	50
Anexo 1	53
Anexo E	56

**Resumen**

La educación tradicional, abocada al desarrollo de la inteligencia académica no ha incluido la formación integral de la persona abarcando la inteligencia emocional y espiritual que son tan importantes para desarrollar una vida plena. Esta investigación tuvo como objetivo principal el desarrollo de las competencias emocionales de los alumnos de primer año de educación secundaria para posteriormente hacerse extensivo a todo el nivel. Las actividades abarcaron las cinco competencias básicas: conciencia de las emociones, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar. La metodología fue la construcción colectiva del aprendizaje, a través del diálogo y del arte. Se pensó de manera flexible para acomodarse a los emergentes grupales y contextuales. Con miras al futuro se ha visto la necesidad de brindar formación docente sobre la temática para optimizar los resultados.

**Palabras claves**

Inteligencia. Inteligencia emocional. Inteligencia espiritual. Competencias emocionales.

## **Introducción**

A principios del siglo XX, el Ministerio de Educación de Francia solicitó al pedagogo y psicólogo Alfred Binet que creara una forma para evaluar la inteligencia con la finalidad de enviar a instituciones especiales a quienes no obtuvieran los resultados requeridos para transitar por la escolaridad común. Luego, este instrumento que calculara el Coeficiente Intelectual, teniendo en cuenta algunos aspectos de la “inteligencia”, se utilizó durante la Primera Guerra Mundial para medir las capacidades de los soldados y decidir sus funciones.

Transcurrido más de medio siglo, en la década de los '80, el investigador neozelandés James Flynn observó que el CI (coeficiente intelectual) aumentaba desde 1950 a razón de 3 puntos por década a nivel general en la población mundial. A este incremento paulatino se lo llamó “Efecto Flynn”. Sin embargo, el psicólogo y escritor estadounidense, Martin Seligman, advirtió que al mismo tiempo que la población presentaba un crecimiento progresivo de su coeficiente intelectual, ascendía el índice de depresión y suicidios en la sociedad. (Bisquerra Alzina, 2009)

Por lo tanto, esta coincidencia creó la inquietud de investigar cuáles eran las razones que fundamentaban el hecho de que “ser más inteligentes” (léase, para dicha época, tener un mayor coeficiente intelectual) no significara, ser más felices en la vida, tener mejores logros y realizarse más plenamente. Esto lo llevó a revisar el significado de inteligencia que para ese entonces se reducía especialmente a habilidades lingüísticas y matemáticas.

Si bien la temática de las inteligencias múltiples (Gardner, 1983) es relativamente nueva, varias son las corrientes que han ofrecido diversas explicaciones: desde la biológica, psicofisiológica, conductista, cognitiva y constructorista social. A pesar de

los diferentes enfoques, las críticas a los diversos autores y las conceptualizaciones que se han realizado, hay acuerdo en aceptar que existen habilidades distintas a las del CI, que son competencias emocionales, que permiten transitar por la vida más plenamente, que se pueden enseñar y aprender, asimismo tienen efectos importantes a nivel integral de la persona y la sociedad (Bisquerra Alzina, 2009).

Muchos autores coinciden en que estas habilidades deben ser objeto de enseñanza a lo largo de todo el ciclo vital. No solamente en los centros de educación formales sino en diversos ámbitos sociales, ya que sus consecuencias significan una mayor calidad de vida y de relaciones personales que derivan en sociedades más tolerantes, pacíficas, con un elevado nivel de bienestar general. Entre estos investigadores cabe mencionar a Bisquerra Alzina, 2009; Malaisi, 2016; Goleman, 1995; Ibarrola, 2017.

Por todo lo expuesto, se propone realizar un proyecto transversal de educación emocional para los alumnos del secundario, forjando competencias que ayuden a los jóvenes a elegir actitudes constructivas, a mantener relaciones saludables, a realizar planes que puedan sostenerse a largo plazo por una motivación intrínseca y un espíritu de superación.

### **Presentación de la línea temática escogida**

Una sana convivencia, implica la aceptación de uno mismo y del otro como un igual, el respeto, el diálogo democrático y conciliador, la justicia, la solidaridad, la formulación y cumplimiento de acuerdos y normas que regulan la vida en sociedad. A convivir se aprende y, por lo tanto, se enseña.

La formación integral de la persona humana incluye la educación emocional, al hablar de la misma nos referimos tanto a la inteligencia intra como a la interpersonal

(Gardner, 2011), indispensables para lograr desde la motivación intrínseca hasta una convivencia pacífica, democrática y colaborativa.

Los valores que la sustentan se encuentran formulados en el marco legal de nuestro país, Ley de Educación N° 26.206 (2006), que en el Título 1 Capítulo 2 expresa los fines de la política educativa nacional y en el Título 2 Capítulo 4 refiere más específicamente a la Educación Secundaria. Particularmente, la Provincia de Córdoba, en la Resolución 149/10 (2010) insta la necesidad de “establecer acuerdos normativos de convivencia con la participación de toda la comunidad educativa”.

Asimismo, Delors (1996) en su Documento para la UNESCO menciona cuatro pilares fundamentales de la educación para el siglo XXI: aprender a ser, a hacer, a conocer y a convivir. Para aprender a ser hay que conocerse a sí mismo, reflexionar sobre los principios que sustentan los actos, crecer en el autodomínio y el ejercicio de la libertad. Para aprender a convivir es fundamental reconocer a los demás como semejantes, aprender a ponerse en el lugar del otro, respetar, trabajar colaborativamente, aceptar diversos puntos de vista, entre muchos otros aspectos.

El avance de las Neurociencias ha demostrado ampliamente la importancia que las emociones tienen para el aprendizaje y el desarrollo pleno del ser humano (Cotrufo y Ureña Bares, 2018). Por este motivo, un proyecto de educación integral debe abordar esta temática de manera transversal a lo largo de toda la escolaridad.

### **Síntesis de la organización**

Nombre de la escuela: I.P.E M. N° 193 José María Paz.

Dirección postal: Vélez Sarsfield N° 647

Localidad: Saldán

Departamento: Colón

Provincia: Córdoba

Misión: la escuela surge para dar respuesta a la necesidad de ofrecer a los niños que terminaban la educación primaria la posibilidad de continuar sus estudios sin tener que irse a estudiar a otras localidades, brindándoles además formación para el trabajo en áreas de comercio y servicios.

Fundada en 1965 por acción de un grupo de vecinos y representantes de la Municipalidad, en sus inicios no contaba con un terreno propio. A lo largo del tiempo, ha ido creciendo y modificándose de acuerdo con las necesidades y las políticas educativas vigentes, también a partir de la colaboración de sus miembros.

Entre los hitos históricos fundamentales para comprender su constante proceso de desarrollo, cabe mencionar:

- En 1966 funcionó como escuela privada en un edificio prestado por la escuela Nogal Histórico y se nombró a su primer director, el Sr. José Sixto Almeida.

- En 1971, se terminó de incorporar el quinto año y se creó el Centro de Estudiantes.

- En 1972, se realizó un encuentro folklórico que aportó con sus ganancias, sumadas a los aportes de padres y docentes, para la compra del terreno donde se comenzó a construir un edificio propio.

- En 1993, con la implementación de la Ley Federal de Educación N° 24.195 (1993) se determinaron las orientaciones del Ciclo de Especialización y entre todos los actores institucionales se formuló el Proyecto Educativo Institucional (PEI) resaltando la impronta del valor de la competencia folklórica, la cual le da una identidad, un sentido particular de ser a la escuela.

- En 2003 – 2004 se produjo la última etapa de mejoras edilicias, incluyendo nuevos baños, el gabinete para informática, la división de aulas grandes, entre otros.

- En 2004, la escuela incorporó el Programa Nacional de Becas estudiantiles para permitir a alumnos en situación de vulnerabilidad económica concluir sus estudios.

- En 2005, a través del Programa Eductrade, la escuela obtuvo un laboratorio de informática de última generación.

- En 2008, luego de participar en el Programa de Mejoramiento del Sistema Educativo (PROMSE) obtuvo equipamiento informático, elementos electrónicos y dinero para desarrollar el proyecto institucional. Además, incorporó dos profesionales de Psicología.

- Durante los años siguientes, se continuó invirtiendo en la parte edilicia, comprando equipamientos para las aulas, se construyó un playón deportivo.

- Actualmente, se trabaja especialmente para fomentar la permanencia de los alumnos en la escuela hasta la finalización de los estudios. Entre las causas de abandono escolar investigadas por la institución se nombra “la sobreedad de los estudiantes, el consumo problemático de sustancias, repetición reiterada de año, situaciones familiares y problemas de convivencia en las aulas (bullying)” (Universidad Siglo 21, 2019). Además, se realizan las tareas propias de la inclusión y el trabajo con las Necesidades Educativas Derivadas de la Discapacidad (NEDD), enmarcado en la Ley 276.206 (2006).

La comunidad se encuentra formada por familias cuyos ingresos son escasos y sus trabajos poco estables. La mayoría de los padres no completaron su educación secundaria. Los índices de abandono escolar de los alumnos son elevados, las problemáticas en la convivencia en las aulas es mencionado como uno de los motivos,

también el “consumo problemático de sustancias, repetición reiterada de año y situaciones familiares.” (Universidad Siglo 21, 2019)

Los valores que se destacan son “aquellos fundantes de los derechos básicos y universalmente reconocidos, tales como la tolerancia, la cooperación, la participación, la libertad para expresar y vivenciar ideas y la solidaridad, y así promover la formación y el ejercicio de prácticas ciudadanas.” (Universidad Siglo 21, 2019)

La Visión de la escuela es

Tender hacia una formación integral y permanente de sus educandos, brindándoles herramientas para el desarrollo del pensamiento crítico y la resolución de problemas en un espacio de intercambio enmarcado en la educación en valores que favorezca, en general, la realización personal y, en particular, la inserción en la vida sociocultural y en el mundo laboral, así como la continuidad en estudios superiores. (Universidad Siglo 21, 2019)

### **Delimitación del problema**

La escuela elaboró en 2001 su Proyecto de Convivencia, el mismo se revisa periódicamente. Tiene conformado un equipo de trabajo que evalúa y replantea los acuerdos, realizan encuestas a través de las cuales actualizan el Acuerdo Escolar de Convivencia (EAC), en el mismo participan también alumnos.

Los resultados de las encuestas refieren como situaciones de conflicto más frecuentes a la violencia física y psicológica, también a los robos.

Desde el Proyecto Educativo Institucional (PEI) se sostiene que

La convivencia implica un esfuerzo que se debe construir entre todos los actores sociales intervinientes en ella, con base en el respeto por las diferencias

entre las personas y la búsqueda de un conjunto de líneas de conducta que permitan, posibiliten y regulen las interacciones entre los individuos que la conforman. Todo esto, sin olvidar el aseguramiento de la participación democrática de docentes, familias, estudiantes y demás actores institucionales. (Universidad Siglo 21, 2019)

Se hace hincapié en la importancia de “habilitar la palabra”. Durante una entrevista, el Coordinador Juan Rojas, menciona la problemática del bullying, la creación del Consejo de Convivencia conformado por docentes y alumnos y el éxito de un Proyecto interdisciplinario de convivencia elaborado para los alumnos que cursan el primer año del nivel secundario, el mismo los impulsa a realizar en el futuro cercano convivencias en otros cursos ya que la problemática social de la violencia continúa presente en la escuela. (Universidad Siglo 21, 2019)

El Proyecto “Paz. Proyecto Aula Saludable”, tiene una duración de tres meses, está conformado por diecisiete encuentros de diversas asignaturas tales como Educación Física, Lengua, Biología, Ciencias Naturales y Educación Artística. En general, las temáticas propuestas se refieren a Educación Integral de la Sexualidad y a la Convivencia.

La problemática surge cuando se eligen comportamientos destructivos, ya sea hacia la propia persona o hacia los demás. Por este motivo, los jóvenes necesitan un seguimiento y formación constante en su desarrollo afectivo a lo largo de toda la etapa escolar.

El Programa de Educación Emocional se desarrolla a partir de actividades que permitan el crecimiento de la autoestima y el autoconocimiento, la capacidad de diálogo, apertura, escucha y empatía, las prácticas de construcción colectiva de

significados utilizando significantes del arte y la literatura, el trabajo colaborativo, estrategias de enseñanza-aprendizaje activas y participativas que contribuyan al desarrollo de las habilidades sociales, las competencias emocionales y la creación de un clima de bienestar con relaciones basadas en la confianza y los valores democráticos, como la libertad de expresión, la tolerancia, la inclusión y el respeto mutuo.

**Objetivo general**

Elaborar un Proyecto de Educación Emocional Transversal para la promoción de comportamientos constructivos en los alumnos de primer año de educación media del Instituto Provincial de Enseñanza Media IPEM N° 193 José María Paz de Saldán, provincia de Córdoba, Argentina.

**Objetivos específicos**

- Diseñar actividades para el reconocimiento y comprensión de las emociones propias y ajenas.
- Brindar herramientas para la regulación emocional, su canalización y sana expresión.
- Fomentar las habilidades sociales y las relaciones interpersonales satisfactorias.

## **Justificación**

El sistema educativo formal se ha ocupado durante mucho tiempo básicamente del desarrollo del aspecto académico-cognitivo, fundamentado en la concepción del coeficiente intelectual introducida por Stern en 1912 (Bisquerra Alzina, 2009), para medir la inteligencia de los alumnos.

Sin embargo, la realidad demuestra que muchos jóvenes con un coeficiente intelectual (CI) elevado fracasan en sus carreras, en sus relaciones, en sus trabajos. Mientras que otros cuyo CI es medio, triunfan en sus vidas de una manera muy notoria. Esta primera concepción de inteligencia, fue superada por la Teoría de las Inteligencias Múltiples (Gardner, 2011) en la que postuló ocho formas de inteligencia, entre las cuales se halla la Emocional.

La Inteligencia Emocional se compone de la Inteligencia Intrapersonal e Interpersonal, siendo fundamentales para el desarrollo pleno del ser humano. Desde el nacimiento se van desarrollando diversas competencias para la comprensión del mundo interior y del contexto vital de cada uno. Ambas capacidades, la que permite descubrir y desplegar la interioridad y la que ayuda a la relación interpersonal, se implican mutuamente.

Tal como lo demostró Antonio Damasio (Damasio, 1997), con sus investigaciones, no basta sólo la razón, a la hora de tomar decisiones, recordar y aprender, las emociones juegan un papel importante. (Cotrufo, y Ureña Bares, 2018).

Para Goleman el CI aportaría sólo un 20% de factores determinantes para el éxito y el 80% restante se relaciona con otros factores. Estos son las habilidades sociales, las capacidades emocionales, aquellas que hacen la diferencia entre una persona que puede regular sus emociones, comprender lo que siente el otro, actuar solidariamente,

reflexionar sobre sus sentimientos, motivarse, no actuar por impulso, integrarse y formar parte de un grupo de amigos, esforzarse, encontrar sentidos profundos, postergar la satisfacción en pos de algo mejor, expresar lo que le pasa, canalizar las frustraciones, desarrollar herramientas para manejar el estrés, entre muchas otras aptitudes que permiten alcanzar el desarrollo pleno de la persona consigo misma y en la sociedad. (Goleman, 1996)

Goleman analiza el costo del analfabetismo emocional en la juventud, mencionando los altos índices de arrestos, tasas de suicidios adolescentes, violencia escolar, impulsividad, agresividad, embarazos precoces, consumo de drogas y alcohol, trastornos de ansiedad y depresión, perturbaciones en la conducta alimentaria, dificultades de aprendizaje, problemas de atención, deserción escolar, rechazo y marginación social. (Goleman, 1996)

Como contrapartida, el autor, analiza los resultados de proyectos de Educación Emocional llevados a cabo en diversas instituciones escolares de Norteamérica. Los mismos son reveladores, los alumnos involucrados en dichos programas lograron mayores habilidades de resolución pacífica de conflictos, empatía, menor agresividad, mayor tolerancia a la frustración, clima más positivo de la clase, mayor autocontrol, disminución de la tristeza y la ansiedad, vínculos más positivos, mayor autoestima, aumento de la capacidad de aprender a aprender, entre otros. (Goleman, 1996).

En la evaluación del Proyecto Educativo Institucional (PEI) 2017 del Instituto Provincial de Enseñanza Media IPEM N° 193 José María Paz (Universidad Siglo 21, 2019), se identificó como problema central las trayectorias escolares incompletas y entre las causas señaladas aparece el escaso deseo de estudiar (falta de motivación). Además, entre los temas que se deben seguir trabajando, se mencionan el de las

adiciones y consumo problemático de sustancias, fortalecer el cumplimiento de las normas de convivencia para lograr un clima institucional donde se pueda enseñar y aprender más y mejor; asimismo, durante las encuestas se manifestó como resultados más frecuentes la problemática de los robos y la violencia psicológica y física.

En este contexto, en el marco de la educación integral de la persona, un Programa de Educación Emocional puede aportar el desarrollo de capacidades intrapersonales e interpersonales asertivas y prevenir la elección de conductas negativas de los jóvenes hacia sí mismos y hacia los demás, abriendo la posibilidad de alcanzar sus metas y construir un camino de desarrollo personal y social más satisfactorio.

### **Marco Teórico**

¿Qué es la inteligencia? Existen muchas respuestas diferentes para esta pregunta. Para Gardner, es “la capacidad de resolver problemas, o de crear productos, que sean valiosos en uno o más ambientes culturales” (Gardner, 2001, p.5). No existe una sino varias formas de inteligencia: Lingüística, Lógico – Matemática, Espacial, Musical, Corporal – Cinestésica, Naturalista, Emocional (Intrapersonal e Interpersonal) y Espiritual. Esto supone que se nace con algunas inclinaciones, no obstante, es posible desarrollar todas las habilidades que se profundicen.

La Inteligencia Emocional es “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones” (Malaisi, 2016, p. 39). Este concepto implica un aspecto intrapersonal, el conocimiento de uno mismo, motivarse; y otro, interpersonal, el reconocimiento de las emociones de los demás, ponerse en el lugar del otro, comprenderlo, desarrollar habilidades sociales para relacionarse satisfactoriamente.

La Inteligencia Espiritual, según Zohar y Marshall (2001), es aquella que nos hace preguntarnos por el sentido profundo de las cosas y los hechos. Los autores expresan:

Por ÍES me refiero a la inteligencia con que afrontamos y resolvemos problemas de significados y valores, la inteligencia con que podemos poner nuestros actos y nuestras vidas en un contexto más amplio, más rico y significativo, la inteligencia con que podemos determinar que un curso de acción o un camino vital es más valioso que otro. ÍES es la base necesaria para el eficaz funcionamiento tanto del CI como de la IE. Es nuestra inteligencia primordial. (Zohar y Marshall, 2001, p. 19)

Para Torralba, es una inteligencia que nos faculta para preguntar acerca del sentido de la vida, contemplar la realidad y maravillarse ante ella, interrogarse sobre los valores, ideales y creencias, reconocerse como parte de un todo, experimentando unidad a través de una conexión profunda con la existencia y los seres. Asimismo, la inteligencia espiritual amplía la mirada por sobre lo material, ayuda a interpretar y comprender los símbolos, a proyectar, a descubrir la sabiduría de la vida (Torralba, 2012). El ser humano ante una situación límite, se interroga sobre el por qué y el para qué de la existencia, es capaz de dotar de sentido el dolor, de contemplar, de meditar, filosofar y descubrir lo que subyace. Esta capacidad es propia de la persona y de su interioridad. En este mundo tan agitado, es fundamental detenerse, reflexionar, ingresar al interior de los acontecimientos, descubrir, contemplar, develar la verdad.

¿Qué es la emoción? Según Goleman (2019), se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan. Continuando la línea del autor, menciona las emociones básicas a las siguientes:

- Ira
- Tristeza
- Miedo
- Alegría
- Amor
- Sorpresa
- Aversión
- Vergüenza

Paul Ekman (Meyer, 2010), realizó una investigación en la que demostró que existen cuatro tipos de emociones cuyas expresiones faciales se reconocen a nivel universal. Estas son: alegría, tristeza, ira y miedo. Aunque las personas pertenezcan a culturas muy diferentes, el lenguaje de los gestos del rostro referidas a las emociones citadas son reconocidas sin problemas.

El objetivo de la Educación Emocional es desarrollar las competencias emocionales. El reconocimiento de nuestros estados emocionales puede ayudarnos a modificar nuestros estados de ánimo.

Según expone Ibarrola (2017), existen diversos modelos de competencias emocionales, el modelo pentagonal diseñado por el Group de Recerca en Orientación Psicopedagógica de la Universidad de Barcelona las reúne en cinco:

- Conciencia emocional: percibir los propios sentimientos, nombrarlos, comunicarlos de forma verbal y no verbal, comprender las emociones de los demás.
- Regulación emocional: tomar conciencia de la interacción de la emoción, la cognición y el comportamiento, la expresión adecuada de las emociones, capacidad de

regular los propios sentimientos, habilidades para afrontar las emociones negativas, capacidad de autogenerar emociones positivas y tolerar la frustración.

- Autonomía emocional: autoestima, automotivación, actitud positiva, responsabilidad, análisis crítico de normas sociales y resiliencia.

- Competencia Social: dominio de habilidades sociales básicas como saludar, agradecer, pedir por favor; respeto hacia los demás, solución de conflictos de manera positiva, comunicación receptiva y expresiva, comportamiento pro-social, cooperación, asertividad y capacidad para defender y expresar sus derechos y sentimientos.

- Habilidades para la vida y el bienestar: capacidad para tomar decisiones, pedir ayuda, buscar recursos, fijar objetivos positivos y realistas, gozar del bienestar subjetivo y transmitirlo, aprender a fluir y generar experiencias positivas.

Para el cultivo de la inteligencia espiritual, podemos nombrar múltiples formas, entre ellas cabe destacar las siguientes: la práctica de la soledad, el gusto por el silencio, la contemplación estética, la práctica de la meditación, el diálogo socrático e incluso el ejercicio físico. (Torralba, 2012)

Existen numerosos antecedentes acerca de la importancia de la autoestima y el desarrollo de habilidades sociales para alcanzar el bienestar personal y social, como las investigaciones de Diener (1984) sobre el bienestar subjetivo y la incidencia de la valoración sobre los acontecimientos para alcanzar la felicidad (Bisquerra Alzina, 2009).

Importantes aportes de la Psicología Positiva (Seligman, 2002) han sido tomados para desarrollar programas de educación emocional desde el nivel inicial hasta el secundario como el Programa “Aulas Felices” (Arguís Rey, Bolsas Valero, Hernández Paniello, y Salvador Monge, 2010) en el cual se desarrollan actividades para el

crecimiento personal sustentado en “la idea de que la felicidad es una actitud interior del ser humano y, además, es educable, pues implica un proceso de cambio y autodesarrollo personal.” (Arguís Rey, Bolsas Valero, Hernández Paniello, y Salvador Monge, 2012, p.15) Entre los fundamentos del programa se encuentran el desarrollo de fortalezas personales derivadas de seis virtudes: Sabiduría, Coraje, Humanidad, Justicia, Moderación y Trascendencia. Además de la práctica de la atención plena o mindfulness para alcanzar paz interior. Expresan que a través de los mismos se logra potenciar “los cinco componentes básicos de la felicidad (emociones positivas, compromiso, significado, relaciones y logros), que favorecerán el bienestar y los aprendizajes.” (Arguís Rey, Bolsas Valero, Hernández Paniello, y Salvador Monge, 2012, p. 29).

El desarrollo de las competencias emocionales se da a lo largo de toda la vida, es esencial emprenderlo de manera planificada e ir profundizando su abordaje a partir de las situaciones reales que suceden en el contexto. Un programa de educación emocional debe abarcar el reconocimiento y comprensión de las emociones tanto propias como ajenas, la regulación de las mismas, las habilidades sociales básicas, la construcción de relaciones interpersonales satisfactorias. Para ello, la modalidad deberá ser de reflexión, donde se ponga en juego el trabajo colaborativo, la empatía, la creación de un clima de confianza y apertura hacia los demás. El presente trabajo sugiere la propuesta para el primer año del nivel secundario que luego se hará extensiva a los demás años a lo largo de toda la escolaridad, continuando el trabajo de los cinco ejes y actividades relativas a los mismos.

## **Plan de trabajo**

### **Actividades**

Se propone la realización de treinta y cinco actividades a lo largo del año, de una hora semanal de duración. Su implementación es interdisciplinaria y en horas de tutoría, siendo flexible y abierta de acuerdo a los emergentes grupales. Siempre es conveniente partir de la realidad, del contexto, planificar a partir de lo que los jóvenes traen a la escuela, sus inquietudes, necesidades, problemáticas para poder brindar respuestas, reflexiones, diferentes miradas sobre los aspectos que les interesan e interpelan.

El trabajo paralelo de respiración sólo lleva unos minutos y puede implementarse diariamente al iniciar o finalizar una clase. Técnicas para relajarse y concentrarse que favorecen la predisposición al aprendizaje y el intercambio positivo.

De los treinta y cinco encuentros, pueden realizarse siete actividades de cada uno de los ejes. Para definir estos ejes, se toma la división de las competencias emocionales que realizan Goleman (2019), Bisquerra (2009), Malaisi (2016) e Ibarrola (2017) y dentro de los contenidos propuestos se consideran las veinticuatro fortalezas personales que postula Seligman (2002).

### **Ejes**

- 1- Conócete a ti mismo. (Autoconocimiento interior)
- 2- Ser libre es actuar con conciencia. (Regulación emocional)
- 3- Crea tu propio camino. (Autonomía Emocional)
- 4- Somos uno. (Competencia social)
- 5- El mejor momento para ser feliz. (Habilidades para la vida y el bienestar)

**Tabla de contenidos por ejes**

Ejes Contenidos	Conócete a ti mismo	Ser libre es actuar con conciencia	Crea tu propio camino	Somos uno	El mejor momento para ser feliz
1	Diagnóstico emocional	Expresión de la emoción	Autoestima	Asertividad	Toma de decisiones
2	Reconociendo emociones	Autocontrol	Proyecto de vida	Respeto y prejuicios	Ayuda
3	Diversos lenguajes	Esperanza	Responsabilidad	Comunicación	Logros y metas
4	Valentía	Tolerancia a la frustración	Motivación interior	Perdón	Gratitud
5	Apreciación de la belleza	Prudencia	Perseverancia	Cooperación	Creatividad
6	Sentido de la vida	Postergar la satisfacción	Pensamiento crítico	Resolución de conflictos	Sentido del humor
7	Empatía	El valor del esfuerzo	Resiliencia	Altruismo	Optimismo

Fuente: Elaboración propia, 2019

### **1.1. Diagnóstico emocional** (Puede realizarse en el espacio de Tutoría o Lengua)

Durante el primer encuentro, en una ronda de diálogo, se presenta el proyecto explicando que se trata de fortalecer nuestras competencias emocionales, la autoestima y las relaciones con los demás, para lograr un bienestar no sólo en la escuela sino en la vida cotidiana. Que cada uno va a enriquecer y a aportar algo valioso, ya que este aprendizaje es una construcción que se irá realizando entre todos.

Para comenzar, se les reparte el “Diagnóstico Emocional” (Anexo 1) que deben responder en forma personal, con sinceridad y sin obligación de compartirlo con el resto del grupo.

Luego, se explica cómo obtener los resultados para sacar las primeras conclusiones.

También se dispone de un “Buzón áulico” para que los alumnos puedan escribir (anónimamente o no) sus inquietudes respecto de las emociones, situaciones que sucedan y necesiten ser abordadas, temas propuestos, apreciaciones, entre otros.

Una vez que todos terminan, se propone que el que así lo desee comparta algo de la actividad.

Se realiza un cierre con la siguiente poesía:

Todos compartimos  
la vulnerabilidad,  
hay que aceptarlo,  
no escaparemos de ella...  
Es lo que nos paraliza,  
lo que enciende el llanto,  
conmueve los nervios  
o despierta la risa.

Lo importante  
es abrazarla,  
hacerla tan nuestra,  
adrenalina y coraje...  
Mirarnos a los ojos,  
compartirla,  
despertar del letargo  
y atrevernos a vivir.

(Rueda, Erica Maricel, 2019; inédita)

Los alumnos podrán continuar el trabajo en el área de Lengua escribiendo sus propios textos a partir de la idea de “vulnerabilidad”, también desde el área artística se pueden realizar pinturas con la misma temática.

## **1.2. Reconociendo emociones** (Puede realizarse en el área de Ciencias Naturales)

A partir de recortes de revistas se presentan imágenes de personas. En grupos, deben seleccionar algunas, debatir y escribir qué emoción expresan a través de sus rostros, deben hallar al menos cinco diferentes. Se comparten los trabajos hechos en afiches, cada grupo explica brevemente lo realizado, si todos estuvieron de acuerdo rápidamente o tuvieron que discutirlo un poco, por qué les parece que esa persona expresa la emoción que eligieron y no otra.

Además de la expresión en el rostro, se trabajan los indicadores emocionales, “marcadores somáticos” según Damasio (de Meyer, 2010) que el cuerpo nos presenta para poder dilucidar la emoción que sentimos y, de esta manera, comprenderla, regularla y responder de forma adecuada.

Se realiza la puesta en común, exponiendo ejemplos donde claramente se vea que a partir de un mismo hecho, distintas personas reaccionan de manera diversa. Esto significa que podemos regular con el pensamiento aquello que sentimos y podemos aprender a manejar las emociones de una manera positiva.

## **1.3. Diversos lenguajes**

En Arte, puede realizarse una tertulia artística sobre obras actuales como “El orden del caos” de Luis Felipe Noé. Luego de observar en silencio la obra, cada alumno escribe aquella impresión que le suscita. El docente, es el moderador de la tertulia y pregunta qué jóvenes quieren leer o comentar lo que percibieron sobre la obra de arte contemplada. Después de cada exposición, anota las personas que quieren opinar o agregar algo a lo dicho por el compañero. Se debe respetar el orden, no se puede interrumpir, el docente no emite juicios de valor sobre los aportes de los estudiantes. Se

trata de una construcción colectiva de sentido. Esta misma técnica se puede utilizar con lecturas de poesías, cuentos, cualquier otro tipo de texto u obra artística.

#### **1.4. Valentía**

Se comienza el encuentro compartiendo el cortometraje “Piper” de Pixar (<https://www.youtube.com/watch?v=3KlpoD7yMhQ>). Para abrir el diálogo, los que así lo desean, dan su parecer. Se continúa compartiendo vivencias y apreciaciones sobre los miedos que cada uno tiene. Cuál es el significado del miedo, cómo se manifiesta en cada uno y cómo se afronta, qué sucede si nos gana el temor, si es algo negativo sentir miedo, para qué sirve.

A partir de los aportes de todos, se propone realizar un cuadro similar al del Programa Aulas Felices (Arguís Rey, Bolsas Valero, Hernández Paniello y Salvador Monge, 2010) en el que se consigne una columna para el Miedo, otra para el Origen, otra para las Manifestaciones y una última para las Consecuencias.

Luego de leer cómo queda conformado el cuadro, se comparten las conclusiones. Además, se destacan las divergencias entre lo que asusta a unos y a otros, cómo cambiar el miedo en desafío y encontrar el valor para enfrentarlo con la esperanza de hallar nuevas soluciones, nuevas oportunidades a partir de aquello que decidimos enfrentar con coraje y cómo nos sentimos cuando logramos vencerlo.

#### **1.5. Apreciación de la belleza (Arte)**

Sentados en medio de la naturaleza, en una posición cómoda y erguida, se cierran los ojos y se comienza a percibir los sonidos que nos rodean, las sensaciones (si hay brisa, el calor del sol, aromas...) Inhalan por la nariz imaginando que llevan ese aire al

abdomen, exhalan por la nariz, haciendo ambos movimientos respiratorios en la misma cantidad de tiempo. Mientras, abren los ojos y en silencio contemplan el paisaje.

Se comparte aquello que más les haya gustado, se observa que la belleza está en nuestra capacidad de descubrirla y apreciarla, que mientras más contemplemos lo que nos rodea, más cosas descubriremos para disfrutar y agradecer.

Cada uno realiza en el lugar una pintura libre acerca de la belleza contemplada, le coloca nombre y se expone en la escuela.

### **1.6. Sentido de la vida**

Se comparte la película “En busca de la felicidad” (Director Gabriele Muccino, 2006) y a partir de ella se dialoga sobre cuál es el sentido que tiene la vida, a qué llamamos felicidad y cómo podemos alcanzarla. Aún en medio de las adversidades, debemos fijarnos objetivos claros, mantener nuestros ideales para dirigir el rumbo de nuestras acciones.

En un nuevo encuentro puede leerse un fragmento de “El hombre en busca de sentido” (Frankl, 1991) y descubrir cuál es la última de las libertades que nadie nos puede robar: la actitud con la que decidamos afrontar la vida, sin importar las situaciones.

### **1.7. Empatía**

El grupo clase se reúne de a pares, una parte es escultura y la otra el escultor. El juego consiste en que el escultor acomoda a su escultura como le parece, por ejemplo, los brazos, las manos, la cabeza. La escultura se acomoda a la forma que el escultor le da. No se puede hablar. Se escucha música suave. Una vez concluida la obra, se muestra

y se intercambian los roles. (Esta técnica no es de mi autoría, puede encontrarse en Rodríguez García, 2008)

Al finalizar la actividad, se comparten los sentimientos suscitados por la actividad, si el escultor tuvo en cuenta posturas cómodas, cómo fue la comunicación no verbal durante la dinámica, qué sucedió al invertir los roles, si el escultor pudo realizar lo que deseaba y cuál es el significado que le atribuye, si logró percibir lo que sentía la escultura y lo tuvo en cuenta, qué sintió luego al ser él la escultura... Qué nos sucede en lo cotidiano al relacionarnos con los demás, a veces buscamos imponer nuestros deseos sin tener en cuenta lo que el otro siente al respecto o siempre lo percibimos y respetamos.

## **2.1. Expresión de la emoción**

Se lee el texto “El cacique” (Anónimo, 2004)

Un viejo indio estaba hablando con su nieto. Le decía: - Me siento como si tuviera dos lobos peleando en mi corazón. Uno se los dos es un lobo enojado, violento y vengador. El otro está lleno de amor y compasión.

El nieto preguntó: - Abuelo, ¿cuál de los dos lobos va a ganar la pelea en tu corazón?

El abuelo contestó: - Aquel que yo alimento.

A partir de la lectura, se dialoga sobre las emociones que sentimos a diario y cuáles alimentamos, cómo las manifestamos. No está mal sentir tristeza, no hay que quedarnos en la depresión. No está mal enojarnos, hay que resolver las situaciones dialogando, negociando, con respeto y apertura.

Se conversa sobre situaciones que estén sucediendo en el curso o en la vida de los alumnos. Se diferencian las diversas formas de responder ante una situación: de manera sumisa, agresiva, asertiva. Se dan ejemplos cotidianos.

## **2.2. Autocontrol**

Reflexionamos acerca de las consecuencias de los actos, que a veces se realizan por impulso sin pensar y después nos arrepentimos, pero no podemos modificar lo sucedido.

Se intercambian ejemplos de situaciones donde sucede lo anteriormente explicado.

Completan cuadros con los hechos: Situación, Emoción, Pensamiento, Acción, Consecuencias. Se intenta cambiar lo que se puede elegir la próxima vez que se esté frente a un suceso similar: el pensamiento, la acción y, por supuesto, las consecuencias.

Esta actividad está adaptada de Pola Rossi, 2017.

## **2.3. Esperanza**

Se conversa sobre las situaciones que a veces se nos presentan como obstáculos en la vida. Se lee el texto: La piedra (Anónimo, recopilado por Prieto, 2009)

“El distraído tropezó con ella...

El violento la utilizó como proyectil...

El emprendedor, construyó con ella...

El campesino, cansado, la utilizó como asiento...

Para los niños, fue un juguete...

David, mató a Goliat...

Michel Ángelo hizo la más bella escultura.

En todos estos casos, la diferencia no estuvo en la piedra

sino en el hombre.

No existe piedra en tu camino que no puedas aprovechar para tu propio crecimiento.”

A continuación, cada alumno que quiera hacerlo, puede compartir la frase que resonó en su corazón y explicar por qué.

Para finalizar, se cantará la canción “Color Esperanza” de Diego Torres. Mientras, se reparten piedras cantos rodados para que cada uno la pinte con acrílicos o témperas de color esperanza, de sus sueños, como más le guste... Se pueden colocar en algún cantero o lugar compartido por el alumnado o elegir llevársela para no olvidarse que “siempre habrá una forma de lograr tus sueños”.

#### **2.4. Tolerancia a la frustración.**

Se presentan los casos de científicos famosos que han fracasado muchas veces antes de lograr inventar algo útil. Como Nikola Tesla, Thomas Alva Edison, Henry Ford, Alexander Graham Bell, Leonardo da Vinci. Se solicita a los alumnos que busquen información acerca de casos que les interesen, puede realizarse en el área de Informática.

Se comparten las historias. También se pueden agregar historias actuales como la vida de algún jugador de fútbol que fue difícil hasta que logró cumplir sus sueños (por ejemplo: Carlos Tévez).

Se comentan las características comunes de las situaciones presentadas. Se aplica a la realidad de los alumnos, cuáles son sus sueños y los obstáculos, cuál es la actitud a seguir para lograr las metas que se proponen. Realizan un texto personal sobre lo trabajado.

## **2.5. Prudencia**

Se lee la reflexión de los tres tamices de Sócrates o se observa el video “Sócrates y los tres filtros” (Remon, 2015) y se aplican a casos hipotéticos o reales que surjan del contexto. Muchas veces decimos cosas innecesarias que pueden dañar a otros, o repetimos algo que no estamos seguros que sea cierto, o simplemente no es algo constructivo, entonces es mejor callar.

Ser prudente se aplica también a otros ámbitos, por ejemplo el de las acciones. Se dialoga sobre actitudes imprudentes que pueden ocasionar consecuencias no deseadas como cruzar la calle sin mirar, caminar por la calle solos a altas horas de la noche, contarle a un desconocido por internet datos o quedar en encontrarnos con desconocidos.

Se conversa sobre cómo la prudencia nos ayuda a cuidarnos. Se hacen carteles con las conclusiones y se exponen en la escuela.

## **2.6. Postergar la satisfacción**

Se observa el video “La prueba del malvavisco” (Olagaray, s.f.) El mismo se basa en la prueba del bombón y el seguimiento del grupo de niños a lo largo de su vida, iniciada por el Psicólogo Walter Mischel en la década de los años 60 (Goleman, 2019). Dicha investigación se refiere a los logros que se obtienen a través del control de los impulsos y la capacidad de contener las emociones en pos de beneficios futuros.

Se conversa sobre el mismo, se mencionan los resultados del estudio a largo plazo acerca del significado de poder posponer la gratificación inmediata en miras a un objetivo mayor.

Se comparten experiencias acerca de la fuerza de voluntad en la vida diaria y las situaciones donde se pone en juego. Se intercambian ideas para lograrlo y se escriben en un afiche las conclusiones.

## **2.7. El valor del esfuerzo**

Se comparte la lectura “Walt Disney. Cineasta norteamericano” (Shua, 2017) con modalidad de tertulia literaria. El docente es el moderador, también puede serlo un alumno de la clase. Luego de que cada uno marque en el texto la frase que le resuena, se comunica, respetando turnos y realizando una construcción colectiva de sentido.

Se conversa acerca del esfuerzo que deben realizar en sus vidas, quizás alguien deba dedicarle más tiempo al estudio de una materia, otro deba ayudar en casa, se trabaja sobre la planificación de las acciones en el tiempo, se propone realizar un calendario con acciones concretas que sirvan para lograr sus objetivos a corto y mediano plazo. Cada alumno realiza el suyo.

## **3.1. Autoestima**

Cada alumno dibujará un árbol en un afiche y le colocará su nombre, cada compañero pasará a escribir en el mismo una cualidad o característica positiva de su dueño. Luego, cada uno leerá en voz alta lo que le han escrito y copiará en una carta destinada a sí mismo, las cualidades que lo describen. Se realiza una ronda de diálogo sobre la actividad realizada, qué veo de mí, cómo me ven los demás, hay atributos que los otros me encuentran que yo desconocía y viceversa, qué cualidades quisiera desarrollar más, cómo lo puedo lograr. Qué sucede cuando me concentro en lo bueno que hay en las personas, incluyéndome.

### 3.2. Proyecto de vida

Se comparte la reflexión “A la sombra de tu ideal” (Gasparini, 2005). Se dialoga sobre cuáles son sus ideales, qué es aquello que desean alcanzar en la vida. De qué manera pueden hacerlo realidad.

A continuación, sobre el dibujo de los peldaños de una escalera cada alumno escribe las acciones que deberían seguirse para llegar a la meta. Una inscripción debajo expresa, “hasta el viaje más largo comienza con el primer paso”. Pueden exponerse los trabajos o armar uno en común, por ejemplo, acerca de las acciones que nos llevarán a la meta de graduarse.

### 3.3. Responsabilidad

Se propone a los alumnos cambiar las siguientes afirmaciones por otras más adecuadas: (Ibarrola, 2017)

- Debo agradecer a todos los que me rodean para que me presten ayuda.
- Por más que me esfuerce nunca voy a lograr una buena nota.
- La culpa de todo lo que me pasa la tienen los demás, soy una víctima.
- Nunca sé qué elegir, por eso miro lo que hace la mayoría, así no me voy a equivocar.
- Siempre me toca a mí hacer los peores trabajos.
- Soy como soy y al que no le guste que no me mire.

Una vez que se modifican las frases, se comparte y se analiza lo que se ha corregido. Se arriba a conclusiones tales como: es necesario asumir la vida con compromiso, responder por las consecuencias de nuestros actos, perseverar en aquello que creemos.

### **3.4. Motivación interior**

Escuchan y cantan el tema de Patricia Sosa “Aprender a volar”.

Analizan la letra. Dialogan sobre qué significa aprender a volar, qué deseamos alcanzar con la libertad, qué cosas no son fáciles, por qué expresa que no habrá tiempo de descansar, qué frase les impactó fuerte y por qué.

Crean una estrofa en equipo para agregarle a la canción y después la comparten.

### **3.5. Perseverancia**

Se solicita que busquen historias como si fueran reporteros de personas de su entorno que hayan tenido que perseverar en la vida para obtener grandes logros, las traen a la escuela. Las comparten, también se puede invitar a alguien que venga a contar su experiencia. Se publican las historias en el transparente de la escuela, se puede solicitar un espacio en la radio del lugar para ir a contar cómo perseverar es fundamental para alcanzar los sueños y las metas en nuestras vidas.

Cada alumno escribe en qué siente que debe perseverar para alcanzar sus sueños. Se compromete a esforzarse y dar lo mejor de sí para lograrlo, y si falla, debe volver a intentarlo.

Comparten la lectura del poema “Vuelve a empezar” de Cecilia Prezioso o la canción “Vuelve a empezar” del grupo Rescate.

### **3.6. Pensamiento crítico**

Se reparten al azar tarjetas con dichos y refranes populares opuestos como los siguientes:

“Al que madruga, Dios lo ayuda”

“No por mucho madrugar, se amanece más temprano”

“Más vale pájaro en mano que cien volando”

“El que no arriesga, no gana”

“El pasado, pisado”

“Donde hubo fuego, cenizas quedan”

“La unión hace la fuerza”

“Muchas manos en un plato, hacen muchos garabatos”

“Cuando la limosna es grande, hasta el santo desconfía”

“A caballo regalado, no se le miran los dientes”

Cada alumno deberá fundamentar su postura ante el que posee el dicho opuesto. Finalmente, expresará lo que piensa en realidad sobre el tema, llegando a una conclusión sobre el mismo.

Es fundamental comprender que no todo lo que se dice popularmente es necesariamente cierto, ni lo que se dice en los medios, ni lo que proponen los famosos... la verdad está en el interior de cada uno y se encuentra a través de la reflexión y el diálogo con personas que aporten sus aprendizajes de la vida. También es interesante realizar esta actividad a través del análisis de las publicidades que prometen, por ejemplo, la felicidad y libertad por beber tal o cual gaseosa o usar determinada marca de zapatillas.

Comparten de manera creativa sus conclusiones.

### **3.7. Resiliencia**

Se ve el cortometraje “El circo de las mariposas” (Weigel, 2009). A partir del mismo, se comparten las reflexiones. Qué significa la resiliencia. Comentan sus

impresiones y aprendizajes. Qué sucede si nos quedamos con lo negativo, qué sucede si no nos animamos a descubrir el maravilloso poder que anida en nuestra alma, qué cosas podemos cambiar en nuestras vidas para sentirnos más felices y realizados. Qué me enseñó esta historia. Se realiza la escritura personal de lo aprendido y posterior puesta en común.

#### **4.1. Asertividad**

Esta actitud es imprescindible para no ceder ante las presiones del grupo, para mantener con firmeza la postura y valores personales y aceptar con respeto las diferencias. La asertividad está en el punto de equilibrio entre la pasividad y la agresividad, se trata de una actitud socialmente válida. Decir “no” cuando no queremos algo, es muy importante para una vida saludable.

Se realiza la dinámica propuesta por Juegos Educativos Orientar, <https://www.youtube.com/watch?v=-QER-0Enhdl>. Se trata de darle un globo a cada alumno y un clip o mondadientes, el juego es así, cada uno infla su globo y gana quien lo pueda mantener intacto, durante más de 60 segundos. Cuando comienza el juego, se puede observar que algunos intentan pinchar el globo de los otros...

Finalmente, se reflexiona acerca de las actitudes, ya que la consigna decía que ganaba quien mantenía su globo inflado por más de un minuto, podrían haber ganado todos si fueran asertivos, nadie hubiera pinchado el globo del otro... Interesante propuesta para reflexionar sobre nuestras actitudes.

## **4.2. Respeto y prejuicios**

Se lee la historia del paquete de galletas (Bucay, 2016) o se ve el cortometraje “El paquete de galletas”, <https://www.youtube.com/watch?v=A1sNAG3v20k>. (Fundación Sophia, 2014).

A continuación, se abre el diálogo, qué cosas pensaba la mujer sobre el muchacho que comía las galletas, en cambio, qué actitud tenía él. Cuántas veces hacemos juicios a priori, antes de conocer las circunstancias y nos equivocamos. Realizan una lista con prejuicios que se observen en la sociedad y en la escuela, y comparten ideas para superarlos.

## **4.3. Comunicación**

Puestos de a pares, espalda con espalda, se le entrega a uno un dibujo y al otro una hoja en blanco con un lápiz. La consigna es que el que está mirando el dibujo, sin nombrar lo que está dibujado, tiene que orientar de la mejor manera posible con instrucciones orales a su compañero para que realice una copia lo más parecida posible a lo que recibió.

Luego, se observan los resultados y se dialoga sobre la comunicación que hubo entre ambos. Se identifican los elementos de la comunicación, los ruidos, los significados y significantes, el feedback, el código, los sobreentendidos y malentendidos, entre otros. Se sacan conclusiones entre todos. Se realiza un decálogo de la comunicación.

## **4.4. Perdón**

Para esta actividad se seleccionó la propuesta del Programa “Aulas Felices” (Arguís Rey, Bolsas Valero, Hernández Paniello y Salvador Monge, 2012) tomada de un

proceso formulado por Worthington (2003), recomendada por Seligman (2002) ya que los resultados de esta estrategia han sido constatados científicamente.

La estrategia se llama REACE a modo de sigla por las iniciales de las palabras que la conforman:

- ✓ Recuerdo del daño
- ✓ Empatía
- ✓ Altruismo
- ✓ Compromiso de perdonar públicamente
- ✓ Engancharse al perdón

Se trata de comenzar recordando de la manera más objetiva posible, alguna situación en la que alguien nos hizo daño. Luego, tratar de ponerse en el lugar del otro para poder pensar en qué razones pudo tener para hacer lo que hizo. Después, traemos a la memoria alguna vez en la que nosotros ocasionamos un mal a otro y fuimos perdonados. A partir de esta sensación de haber recibido el perdón, regalamos ese perdón a quien nos ofendió. Se puede redactar un certificado de perdón. El hecho de engancharse al perdón significa dejar de lado los rencores, cambiar la forma en que veíamos esos recuerdos y sentir paz por haber comprendido y perdonado.

Esta actividad se puede realizar en un cuadro para ejercitarla asiduamente.

#### **4.5. Cooperación**

Se trabaja con juegos cooperativos donde el objetivo sea compartido y sea necesario ayudarse mutuamente para lograrlo. Por ejemplo, la dinámica de cruzar el río. Se divide el grupo clase en tres, se delimita con una tiza o cinta adhesiva sobre el suelo un río que tenga de ancho al menos 3 metros, los integrantes de cada equipo deberán posicionarse

todos sobre una misma orilla y se les entregará de 3 a 5 hojas de diario. Se les comunica que el objetivo de cada equipo es cruzar el río sin tocar el agua y que deben hacerlo en el menor tiempo posible. (Adaptado de

<https://dinamicasgrupales.com.ar/dinamicas/conocimiento/dinamica-cruzar-rio/>)

Con esta dinámica se puede ver el rol que asume cada integrante del grupo, las actitudes, la comunicación, la flexibilidad y aceptación de las ideas de los demás. Se analizan todos los aspectos mencionados para sacar conclusiones entre todos.

#### **4.6. Resolución de conflictos**

A partir de técnicas de mediación, se escribirán anónimamente algunos conflictos y se trabajará al azar con ellos utilizando la estrategia de role playing donde dos alumnos serán las partes encontradas y otro, el mediador. El resto de la clase participará en la medida que el docente vaya haciendo preguntas u observaciones sobre la evolución del caso.

El objetivo es aprender a mediar en un conflicto, buscar formas de negociación, ponerse en el lugar del otro, encontrar la solución pacífica de situaciones problemáticas.

#### **4.7. Altruismo**

Se comparte la lectura de la historia del hombre que corre al encuentro de un monje y le pide la piedra preciosa (de Mello, 1993). Es una historia donde se muestra la generosidad desinteresada que nace del corazón. A partir de ella, realizan un árbol de la ayuda, cada uno escribe en una hoja algo que está dispuesto a ofrecer a quien lo necesite. Puede tratarse de compartir la merienda, de escuchar, brindar un consejo, enseñar algún tema que haya entendido bien, acompañar, interceder... Durante quince

días, quien lo necesite, podrá recoger la hoja y acceder a la ayuda, con el correlato de devolver a alguna otra persona un gesto de ayuda.

“Haz el bien y arrójalo a un río. Un día te será devuelto en el desierto.” (Rumi)

### **5.1. Toma de decisiones**

Se trabaja con cuatro grupos diferentes a los que se les plantea una situación difícil, puede ser un dilema moral, un hecho de presión para el consumo de alcohol u otra sustancia nociva u otra problemática acorde al contexto en la que deban tomar una buena decisión. Cada grupo representa una situación diferente, expone las posibles elecciones y las consecuencias. También ensaya varias maneras de decir que no, de exponer las propias ideas, de hacer valer las propias decisiones.

Al finalizar, se comenta la experiencia y se extraen conclusiones, dando tiempo a la expresión e intercambio comunicativo de los alumnos.

### **5.2. Ayuda**

Hay situaciones en las que debemos solicitar ayuda, cuando algo no está bien, tenemos un problema, alguien nos está presionando. Conversan acerca de estas circunstancias en las que se necesita pedir ayuda y callar significa un gran daño. Pueden partir de noticias publicadas o de experiencias relatadas. Se genera el diálogo y luego se arman carteles con mensajes para diversas situaciones donde es necesario buscar ayuda, explicitando cómo hacerlo, no sentir miedo ni vergüenza y a quién recurrir.

También es importante estar dispuestos a brindar ayuda a quien lo necesita, a veces notamos algo en los demás, podemos acercarnos y dar el punta pie inicial para asistirlo. Se asume el compromiso de ayudarnos, de estar atentos, de pedir ayuda y confiar en los

que nos rodean, cuando uno necesita ayuda, debe reconocer a quien puede prestársela y recurrir a él.

### **5.3. Logros y metas**

Entre todos piensan y anotan en la pizarra los logros más importantes que ha tenido la humanidad. En este momento surgirán acuerdos y desacuerdos, distintas miradas sobre lo que significan los logros. Se dialogará al respecto haciendo hincapié en que hace un siglo atrás era imposible imaginar tal o cual avance... también se verá que se encontrarán muchos avances tecnológicos, algunos avances éticos, y otros estancamientos o retrocesos morales.

Todo enriquece el abordaje de la temática, puesto que a partir de allí deben escribir sus logros personales en una hoja. A partir del análisis crítico realizado, cada uno debe plantearse al menos tres metas en su vida y una meta que desearía que alcanzara la humanidad.

Se puede compartir en forma total o parcial lo realizado en forma individual. Se abre el diálogo y se abordan conclusiones colectivas.

### **5.4. Gratitud**

Se escucha la canción “Gracias a la vida” de Violeta Parra (1966).

Se les solicita a los alumnos que realicen una lista de cosas que tienen para agradecer, a continuación escribirán un texto poético similar a la canción, también le pueden agregar música y cantarla.

Si los agradecimientos se refieren a personas, se escribirán tarjetas de agradecimiento para entregarles.

Se comparte la alegría de sentir gratitud, se observa la cantidad de cosas por las cuales debemos estar agradecidos.

### **5.5. Creatividad**

A partir de instructivos o consejos recortados de revistas, los alumnos deberán crear trabajando de a dos, nuevos textos conservando el formato, pero con temas espirituales o emocionales. Por ejemplo, a partir de una receta para hacer dulce, crear una receta para una buena amistad; a partir de instrucciones para exterminar cucarachas, hacer instrucciones para exterminar el mal humor o la tristeza... Actividad adaptada (Rojo y Somoza, 1991).

Se realiza la puesta en común y se exponen los trabajos en una cartelera.

### **5.6. Sentido del humor**

Se realizará una investigación y luego una maratón de anécdotas graciosas contadas por los abuelos, puede inspirar la actividad alguna historia de Landriscina o de los Les Luthiers. Reunirse en grupos y realizar la presentación invitando a los familiares.

Como correlato, poder trabajar en la enseñanza de que la vida con humor es más llevadera, que todos cometemos errores y podemos reírnos de nosotros mismos en vez de ofendernos, así aprendemos y nos acercamos a todos los demás, porque somos humanos.

### **5.7. Optimismo**

El siguiente ejercicio está extraído del Programa “Aulas Felices” (Arguís Rey, Bolsas Valero, Hernández Paniello y Salvador Monge, 2012), basado en el modelo

ACCRR desarrollado por Seligman (2002). El nombre es un acrónimo de las palabras que se detallan a continuación:

- ✓ Adversidad
- ✓ Creencias
- ✓ Consecuencias
- ✓ Rebatimiento
- ✓ Revitalización

En principio, se piensa en alguna situación adversa. Luego, en los pensamientos y creencias negativas que la misma ocasiona y cuáles son las consecuencias de esas ideas negativas. La parte principal del ejercicio es buscar ideas que demuestren que dichos pensamientos negativos son erróneos, analizar causas alternativas de la situación, evitar el pensamiento catastrófico, minimizar la aparente fatalidad y encontrar formas de modificar la situación a futuro.

También se puede desarrollar a través de un cuadro con situaciones reales e hipotéticas, haciendo del mismo un ejercicio cotidiano, se obtienen beneficios a largo plazo.

### **Para continuar trabajando...**

Esta es una propuesta abierta y flexible para dar respuestas a las necesidades reales que se presenten. Otras propuestas sugeridas pueden ser:

\* Analizar canciones como “Soy pan, soy paz, soy más...” de Mercedes Sosa y Piero. Expresar qué hay que sacar afuera “para que adentro nazcan cosas nuevas”.

Componer canciones que hablen de lo que sienten y realizar una exposición para los padres y la comunidad.

\* En el área de Lengua, realizar un “Diario de las Emociones” o una “Libreta de los sentimientos” como propone Santos Guerra (2015) para guardar en ella las “preocupaciones, demandas, angustias, conflictos y temores” (Santos Guerra, 2015, pág. 177) para poder compartir soluciones y puntos de vista.

\* “Reforestar el corazón” se fabrican carteles con mensajes positivos para colocar por todos lados, no solo en la escuela, sino en la plaza, negocios, en casa, en otras escuelas. Así como los árboles son los pulmones del mundo, ser positivos, ser felices, apoyarse unos a otros, da respiro a mucha gente agobiada por sus problemas.

\* Realización de una muestra fotográfica, ir por la ciudad, por la escuela, plasmando en fotografías (pueden hacerse con un celular, tablet o cámara) rostros de personas y ponerle nombres a esos gestos, a esas expresiones faciales, conversar sobre lo observado, sacar conclusiones, enseñarlo a sus familias, exponerlo en la escuela dando mensajes por ejemplo de cómo sobrellevar la tristeza, cómo perdonar, cómo disfrutar de las pequeñas alegrías cotidianas...

\* Hacia fin de año, preparar un gesto solidario, participar juntos en una acción comunitaria, como muestra de superación de lo individual y altruismo.

\* Utilización de dilemas morales para trabajar el discernimiento ante situaciones donde hay que tomar decisiones.

\* Debates, rondas de diálogo, aprendiendo a respetar diferentes puntos de vista y a fundamentar el pensamiento propio, pensar, por ejemplo, si lo dice la mayoría, ¿significa que es verdad?

\* Campañas sobre alcoholismo y drogadicción hacia la comunidad, pueden participar en un programa de radio.

\* Dramatización de alguna obra literaria de autor o creada por ellos, presentada a los demás, con mensaje. Para aprovechar el poder pedagógico de las historias.

\* Entrenamiento de mediadores de conflictos para que ellos mismos resuelvan en forma pacífica las diferencias.

\* Técnicas de relajación y respiración. Técnicas de mindfulness.

## Cronograma

Actividades	Meses									
	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Sept	Oct	Nov	Dic
1.1.	■									
1.2.										
2.1.	■									
2.2.	■									
3.1.		■								
3.2.		■								
4.1.		■								
4.2.		■								
5.1.			■							
5.2.			■							
1.3.			■							
1.4.			■							
2.3.				■						
2.4.				■						
3.3.				■						
3.4.				■						
4.3.					■					
4.4.					■					
5.3.						■				
5.7.						■				
1.5.						■				
2.5.						■				
3.5.							■			
4.5.							■			
5.5.							■			
1.6.							■			
1.7.								■		
2.6.								■		
2.7.								■		
3.6.								■		
3.7.									■	
4.6.									■	
4.7.									■	
5.6									■	
5.4.									■	

Evaluación

Ejes:

Conócete a ti mismo



Ser libre es actuar con conciencia



Crea tu propio camino



Somos uno



El mejor momento para ser feliz



## Recursos

**Recursos humanos:** Profesores de diversas áreas que quieran participar del proyecto: Arte, Educación Física, Música, Lengua, Seminario... Tutores.

**Recursos materiales/ técnicos:** fotocopias, afiches, fibrones, hojas, hojas de diario, globos, pizarra, tizas o fibrones de pizarra, cañón, notebook, parlantes, equipo de audio, pendrive.

## Presupuesto

**Materiales:** costo estimado \$2500.

**Mobiliario y equipos tecnológicos,** se utilizan los disponibles en la escuela.

**Personal:** 35 horas cátedra: a \$250 cada una, \$8750.

(<https://www.encuestasit.com/sueldos-de-profesor-a-2020>)

## Evaluación

La evaluación será procesual, a lo largo del año se observarán las competencias en acción que se hayan alcanzado. Al finalizar el ciclo lectivo, luego de la actividad de cierre (exposición, muestra, puesta en escena, obra solidaria) los mismos alumnos realizarán una autoevaluación que retome los ítems del diagnóstico hecho a principios de año (Anexo 1).

Según los ejes y las fortalezas trabajadas, el conocimiento de ellos mismos y los demás, el crecimiento interior reflejado en las actitudes hacia sus propias vidas y en sus relaciones interpersonales, también en los conflictos que sucedieron durante el año y la manera de resolverlos, qué aprendieron, qué les gustaría o falta aún aprender. Puesta en común y cierre con un trabajo de Gratitud.

### **Resultados esperados**

A través de las actividades propuestas, se espera lograr los objetivos enunciados. Que los alumnos logren desarrollar competencias emocionales que sirvan para afrontar las diversas situaciones en la escuela y puedan transferirse a otros ámbitos. Reconocer sus emociones y las de los demás, comprendiendo la relación entre los marcadores biológicos, lo cognitivo y lo comportamental. Manifestando conductas reguladas, interpretando diversos lenguajes donde se hace presente la emoción y el sentimiento. Identificándose con los demás en la forma de sentir, buscando el bien común, aprendiendo a ser asertivo, a resolver situaciones conflictivas de forma pacífica y creativa. Fomentar la solidaridad, el altruismo, la cooperación para lograr mantener relaciones interpersonales positivas y duraderas.

Estos aprendizajes deberían impactar en una mejora del clima áulico, en la forma de interactuar de los alumnos, la motivación por superarse y ayudarse, la apertura al diálogo, el descenso de la deserción escolar y la resolución de problemas sin recurrir a la violencia física ni verbal.

### **Conclusión**

El presente trabajo se realizó a partir de la problemática presentada por la escuela, sin embargo, no está hecho sobre el conocimiento de la población real a la cual va dirigido en primera instancia. Por lo tanto, debe ser flexible y acomodado a las necesidades identificadas en el grupo. Para obtener los mejores resultados debe ser contextualizado. Asimismo, queda pendiente un proyecto que abarque todo el ciclo y sea articulado con el ciclo anterior, para ir profundizando las competencias emocionales y abarcando nuevos contenidos de manera espiralada.

También, se observa la necesidad de formación en esta temática para los profesores que implementarán el proyecto. Esto, sin dudas, optimizará los resultados.

## Referencias

- Anónimo (2004) *A quien corresponda* (1a ed.) Buenos Aires: Santa María.
- Arguís Rey, R.; Bolsas Valero, A.; Hernández Paniello, S. y Salvador Monge, M. (2012) Programa Aulas Felices. Psicología Positiva aplicada a la Educación. Recuperado de <http://catedu.Es/psicologiapositiva/aulas%20felices.pdf>.
- Bisquerra Alzina, R. (2009) *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bucay, J. (2016) *Cuentos para pensar*. Barcelona: RBA bolsillo.
- Cotrufo, T. y Ureña Bares, J. M. (2018) *El cerebro y las emociones. Sentir, pensar, decidir*. Barcelona: Salvat.
- Damasio, A. (1997) *El error de Descartes*. Chile: Andrés Bello.
- Delors, J. (1996.): “Los cuatro pilares de la educación” en *La educación encierra un tesoro*. Informe a la UNESCO de la Comisión internacional sobre la educación para el siglo XXI, Madrid, España: Santillana/UNESCO.
- Frankl, V. (1991) *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder
- Fundación Sophia (2014) El paquete de galletas. Youtube. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=A1sNAG3v20k>
- Gardner, H. (2001) *Inteligencias Múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Gasparini, C. (Comp.) (2005) *Palabras, mensajes y abrazos*. (1ª ed.). Buenos Aires: Epifanía.
- Gobierno de Córdoba. Ministerio de Educación. (2010) Resolución 149.
- Goleman, D (2019) *La inteligencia emocional*. Buenos Aires: Ediciones B.
- Ibarrola, B (2017) *La educación emocional*. Buenos Aires: SM
- Malaisi, L. (2016) *Cómo ayudar a los niños y jóvenes de hoy. Educación Emocional*. San Juan: Editorial Educación Emocional Argentina.

- Mello de, A. (1993) *Caminar sobre las aguas*. Buenos Aires, Lumen.
- Meyer, C. (2010) *Los nuevos Psi. Lo que hoy sabemos de la mente humana*. Buenos Aires: Sudamericana.
- Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología de la Nación. (2006). Ley de Educación Nacional N° 26.206.
- Olagaray, M.F. (s.f.) Amstrong: Youtube. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=Ku-ctnnw18>
- Pola Rossi, M. (2017) *Sentir y pensar 7. Proyecto de educación emocional* (1a ed.) Buenos Aires: SM.
- Prezioso, C. (s.f.) *Vuelve a empezar*. Motivaciones.org. Recuperado de <http://www.motivaciones.org/MOTIV004/ctosevuelveaempezar.htm>
- Prieto, J.L. (2009) *Reflexiones para el Alma: edición para niños y adolescentes* (1ª ed.) Rosario: Ghione Impresores S.R.L.
- Remon, L. (2015) Youtube. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=GUjO784isow&t=37s>
- Rescate (s.f.) *Vuelve a empezar* del álbum No es cuestión de suerte. Youtube. Recuperado de [https://www.youtube.com/watch?v=5j4YmX6cK\\_I](https://www.youtube.com/watch?v=5j4YmX6cK_I)
- Rodríguez García, P. (2008) Mundo Escolar. Federación internacional de fe y alegría. Recuperado de <https://recursos.mundoescolar.org/items/show/10697>
- Rojo y Somoza (1991) *Tomemos la palabra –Taller de Escritura-* Buenos Aires: Troquel.
- Santos Guerra, M. A. (2015) *Ideas en acción. Ejercicios para la enseñanza y el desarrollo emocional*. Rosario: Homo Sapiens.
- Sosa, Patricia (s.f.) *Aprender a volar*. Youtube. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=0Eg0SvtRoQ0>
- Seligman, M. (2002). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Ediciones B.

Shua, A.M. (2017). *Vidas perpendiculares: veinte biografías de personajes célebres*. (10ª reimp). Buenos Aires: Norma.

Torralba, F (2012). *Inteligencia espiritual*. Barcelona: Plataforma Editorial.

Torralba, F (2016). *Inteligencia espiritual en los niños*. Barcelona: Plataforma Actual.

Universidad Siglo 21 (2019). Instituto Provincial de Enseñanza Media IPEM N° 193

José María Paz. Recuperado de:

<https://siglo21.instructure.com/courses/5491/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>

Universidad Siglo 21 (2019). Instituto Provincial de Enseñanza Media IPEM N° 193

José María Paz. Entrevista a la Directora. . Recuperado de:

<https://siglo21.instructure.com/courses/5491/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>

Universidad Siglo 21 (2019). Instituto Provincial de Enseñanza Media IPEM N° 193

José María Paz. Entrevista al Coordinador Juan Rojas. . Recuperado de:

<https://siglo21.instructure.com/courses/5491/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>

Weigel, J. (2009) *El circo de las mariposas*. Youtube: Estados Unidos. Recuperado de

<https://www.youtube.com/watch?v=od2lg1ZC20s>

Zohar, D. y Marshall, I. (2001) *Inteligencia espiritual*. Barcelona: Plaza & Janés

Editores

## **Anexo 1**

### **Diagnóstico emocional**

Coloca un número del 1 al 4 según corresponda:

- 1- Nunca
- 2- A veces
- 3- Frecuentemente
- 4- Siempre

### **Afirmaciones:**

- 1- Me doy cuenta de cómo me siento fácilmente
- 2- Cuando estoy enojado puedo pensar antes de reaccionar
- 3- Tengo pensamientos positivos acerca de mi vida
- 4- Me parece importante dialogar y escuchar a los demás
- 5- Si necesito ayuda, la pido
- 6- Puedo reconocer cómo se sienten mis amigos, mi familia con claridad
- 7- Si algo me sale mal, no me desanimo y puedo volver a intentarlo varias veces hasta lograrlo
- 8- Creo que los demás me aprecian
- 9- Si me equivoco no me cuesta pedir disculpas
- 10- Pienso los pro y contras antes de tomar una decisión
- 11- Hablo de mis emociones y sentimientos sin dificultad
- 12- Cuando tengo un problema, puedo dejarlo de lado y concentrarme en otra cosa con facilidad
- 13- Me acepto como soy

- 14- Disfruto trabajar con los demás
- 15- Disfruto ayudar a otros
- 16- Dedico tiempo para reflexionar sobre mis emociones y sentimientos
- 17- Puedo hacer sacrificios para lograr mis objetivos
- 18- Si otros opinan diferente a lo que yo pienso, puedo analizarlo sin sentirme afectado en lo personal
- 19- Si somos diferentes también podemos vivir en armonía
- 20- Tengo buen sentido del humor

**Para conocer la puntuación** se deben agrupar los ítems de la siguiente manera:

Conciencia emocional: 1- 6 – 11 – 16

Regulación emocional: 2 – 7 -12 -17

Autonomía Emocional: 3 – 8 – 13 -18

Competencia social: 4 – 9 – 14 – 19

Competencias para la vida y el bienestar: 5 – 10 – 15 – 20

### **Análisis de los resultados:**

La máxima puntuación por eje es de 16 puntos que equivale a un alto desarrollo de la competencia en cuestión.

A medida que este puntaje descende, significa que se debe trabajar más en el desarrollo de este eje.

Realizando este sencillo test, se obtendrá una aproximación, un mapa personal en el que cada uno podrá reconocer su estado actual y progresos en el área emocional de su vida. De esta manera, podrá hacer hincapié en los aspectos que necesite sin descuidar

los demás, ya que la diferenciación de los mismos se realiza para facilitar su abordaje, pero todos son parte de un todo mayor y el cultivo de uno repercute sobre los demás.

## ANEXO E – FORMULARIO DESCRIPTIVO DEL TRABAJO FINAL DE GRADUACIÓN

### AUTORIZACIÓN PARA PUBLICAR Y DIFUNDIR TESIS DE POSGRADO O GRADO A LA UNIVERSIDAD SIGLO 21

Por la presente, autorizo a la Universidad Siglo21 a difundir en su página web o bien a través de su campus virtual mi trabajo de Tesis según los datos que detallo a continuación, a los fines que la misma pueda ser leída por los visitantes de dicha página web y/o el cuerpo docente y/o alumnos de la Institución:

<b>Autor-tesista</b> <i>(apellido/s y nombre/s completos)</i>	Rueda, Erica Maricel
<b>DNI</b> <i>(del autor-tesista)</i>	
<b>Título y subtítulo</b> <i>(completos de la Tesis)</i>	Educación Emocional Transversal para alumnos del Nivel Secundario de la Escuela I.P.E.M. N° 193 José María Paz de Saldán, Provincia de Córdoba, Argentina.
<b>Correo electrónico</b> <i>(del autor-tesista)</i>	ericamaricel@hotmail.com
<b>Unidad Académica</b> <i>(donde se presentó la obra)</i>	Universidad Siglo 21

Otorgo expreso consentimiento para que la copia electrónica de mi Tesis sea publicada en la página web y/o el campus virtual de la Universidad Siglo 21 según el siguiente detalle:

<b>Texto completo de la Tesis</b>  <i>(Marcar SI/NO)<sup>[1]</sup></i>	SÍ
<b>Publicación parcial</b>  <i>(Informar que capítulos se publicarán)</i>	--

Otorgo expreso consentimiento para que la versión electrónica de este libro sea publicada en la página web y/o el campus virtual de la Universidad Siglo 21.

Lugar y fecha: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
**Firma autor-tesista**

\_\_\_\_\_  
**Aclaración autor-tesista**

Esta Secretaría/Departamento de Grado/Posgrado de la Unidad Académica:

\_\_\_\_\_ certifica que la

tesis adjunta es la aprobada y registrada en esta dependencia.

\_\_\_\_\_  
**Firma Autoridad**

\_\_\_\_\_  
**Aclaración Autoridad**

*Sello de la Secretaría/Departamento de Posgrado*

[1] Advertencia: Se informa al autor/tesista que es conveniente publicar en la Biblioteca Digital las obras intelectuales editadas e inscriptas en el INPI para asegurar la plena protección de sus derechos intelectuales (Ley 11.723) y propiedad industrial (Ley 22.362 y Dec. 6673/63. Se recomienda la NO publicación de aquellas tesis que desarrollan un invento patentable, modelo de utilidad y diseño industrial que no ha sido registrado en el INPI, a los fines de preservar la novedad de la creación.