



Educación emocional para familias

Aprender a reconocer, canalizar y gestionar las emociones

Día a día, crece el número de familias que demanda mayor información a la hora de afrontar la educación y formación de sus hijos. Pensando en ellas, expertos y profesionales se asomarán a esta nueva ventana con un claro objetivo: ayudarnos a gestionar y canalizar las emociones en el ámbito escolar y familiar.

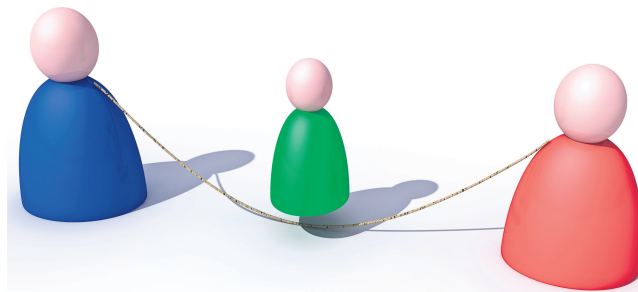
JUAN A. PLANAS. PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA. ORIENTADOR DEL IES TIEMPOS MODERNOS

■ Por mi experiencia profesional como orientador en un centro educativo, cada curso escolar constato la importancia creciente que tiene la inteligencia emocional en la educación. Cuando un alumno tiene problemas en el ámbito familiar o personal, se refleja, inmediatamente, en su rendimiento escolar. Por lo tanto, es imprescindible encontrar solución a este tipo de problemas antes de abordar las dificultades de aprendizaje.

He conocido múltiples casos de alumnos con una capacidad intelectual normalizada, e incluso superior, que por circunstancias derivadas de una mala gestión de su impulsividad, la escasa motivación, una deficiente atención familiar o debido a un conflicto entre iguales, fracasan en la escuela. Y el origen del problema no se encuentra en la falta de atención o de estudio, sino en esas otras causas que llamamos de tipo 'emocional'.

Así, pues, es fundamental que tanto las familias como los profesores e incluso el propio alumnado tengan una suficiente educación emocional. Es decir, que sepan reconocer sus propias emociones y las de los demás para, posteriormente, canalizarlas y gestionarlas convenientemente.

Expertos en psicología y pedagogía coinciden en la importancia que tiene la actitud de la familia en los primeros años de vida de los hijos, para conformar su personalidad. Que tengan una autoestima ajustada, que sean personas equilibradas, que controlen su impulsividad, posean valores humanos o tengan habilidades interpersonales, depende mucho de las experiencias vividas en el seno familiar. Por eso, es tan importante que en esa primera infancia, se dote a los pequeños de un ambiente de seguridad y previsibilidad. Los niños necesitan seguir unos criterios fijos y la certidumbre de que van a tener cerca a su madre o a su padre en el momento en que surja cualquier problema. Es fundamental acostumbrar a los hijos desde su más tierna infancia a resolver conflictos de una manera asertiva y no agresiva, a controlar su impulsividad, a tolerar la frustración, a demorar la recompensa, a responsabilizarse de sus acciones y a otras muchas más acciones de este tipo. Estas actitudes se deben experimentar y vivir a través del ejemplo de padres y



hermanos, y para lograrlo es fundamental que la familia también posea una buena educación emocional.

Después de todo lo dicho, la mayoría de especialistas no entendemos por qué las reformas educativas no ponen mayor empeño en estos aspectos emocionales y psicopedagógicos.

El alumno debería ser el centro alrededor del cual gire todo el sistema educativo. Pero, además, consideramos importantísima la formación inicial y permanente del profesorado en competencias emocionales. Recordemos nuestra infancia y veremos cómo los profesores mejor valorados eran aquellos que demostraban cariño y exigencia hacia sus alumnos. Esto mismo es aplicable en el seno familiar: es preciso mostrar por igual cariño y límites educativos. Educar supone invertir mucho tiempo y esfuerzo.

A través de esta sección, los expertos en psicopedagogía pretendemos ofrecer una serie de pautas o sugerencias sencillas y concretas, consejos innovadores, fundamentados en los principios de la psicología y la pedagogía, que puedan contribuir a la mejora de la educación emocional en el ámbito familiar y escolar.

Estamos convencidos de que si aplicamos la prevención, seremos capaces de evitar castigos... y problemas mayores.

ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA
www.psicocaragon.es

De pizarras y tabletas

¡Y AHORA, LLEGAN LAS TABLETAS!

PAUL BOUTROUX

■ Con este curso que ahora comienza queremos estrenar una nueva etapa en esta sección. Después de tres años bajo el título 'Tu pizarra digital', este espacio pasa a llamarse 'De pizarras y tabletas'. Nos gusta la ambigüedad que encierra. Como bien dice Lucía Serrano, coordinadora de Heraldo Escolar, parecen cosas muy antiguas, pero son... rabirosamente digitales.



A partir de hoy, y con periodicidad quincenal, por esta sección desfilarán artículos prácticos sobre el uso de las pizarras digitales interactivas y de las tabletas en las aulas: trucos, novedades, recomendaciones, formas de uso, apps educativas, consejos...

Como ya sabéis, las pizarras ya llevan unos años en las aulas aragonesas y las vamos conociendo, pero ahora llegan las tabletas digitales para ofrecernos nuevas y múltiples alternativas. Estas ya se utilizan en diferentes centros educativos, siguiendo distintos modelos tecnológicos y funcionales, de manera individual o en grupo con más o

menos autonomía por parte de los alumnos, y con diferentes usos: buscar y almacenar información, comunicación, realización de ejercicios, lectura de contenidos escritos, reproducción de documentos de vídeo o sonido, ejercicios de traducción, aprendizaje de ofimática o para juegos educativos, por ejemplo. Las posibilidades son muchas e intentaremos que las conozcáis todas desde aquí.

Pero tenemos más novedades. Para enriquecer esta sección, contaremos además con la colaboración de Domingo Santabarbara, maestro de educación infantil, que apuesta fuerte por las tecnologías en la escuela. Domingo ya utiliza la tableta en el aula y comparte también sus experiencias en su blog 'Nuestra ventana mágica al mundo' (<http://nuestraventanamagica.blogspot.com.es/>).

Paul Boutroux, www.lapizarradigital.es

Me apetece...

ESPÍRITU DEPORTIVO Y ALGUNAS PALABRICAS

MARISANCHO MENJÓN

DEPORTIVIDAD

■ Ahora que empiezan las extraescolares y muchos de vosotros volvéis a formar parte de vuestros equipos deportivos, o empiezan a integrarse en nuevos, no está de más recordar que los valores del deporte son muchos y que casi todos están por encima de la competitividad. Es mucho mejor cooperar y disfrutar con el juego en equipo, sencillamente. Aprender, divertirse y tener muy presente el concepto de deportividad, que es «el compromiso de los atletas y entrenadores de jugar limpio y de mostrar un comportamiento ético e integridad». Para ser geniales no hace falta obsesionarse por ganar, ni siquiera ganar una vez tan solo. Los chicos del Margatània nos lo enseñan a la perfección en un vídeo delicioso titulado 'L'equip petit' (el equipo pequeño), en <http://www.youtube.com/watch?v=TVLV5ly6YDk>.



27 PALABRICAS

■ Es un álbum ilustrado que contiene el 'Primer abecedario aragonés para zagales y talludos'. Lo publicó Apila Ediciones y en él se hace un recorrido por palabras aragonesas como 'badil', 'magra', 'tozolón' o 'esbarizaculos', y por conceptos tan nuestros como 'dar mal', 'capuzar' o 'volada de cierzo'. Las ilustraciones han sido realizadas por un ramillete de artistas de aquí con estilos muy diversos y personales, aunque todos geniales: están David Guirao, Ana García Lartitegui, Álvaro Ortiz, Ana Lóbez, David Vela, Clara Marta, José Luis Cano, Alberto Gamón... y así hasta veintisiete. A los pequeños os va a encantar, pero probad a enseñárselo a un mayor, probad....



LA ESCALA DEL UNIVERSO

■ Os proponemos un alucinante viaje por los tamaños: de lo más pequeño a lo más grande. ¿Os suena raro? Pues es genial. Con solo darle a la ruedecita del ratón hacia atrás o hacia adelante, recorrerás la escala del Universo, desde las partículas más pequeñas de los átomos hasta las galaxias lejanas, pasando por elementos significativos de nuestro mundo: animales, monumentos, países, montañas... Cada uno de esos elementos lleva información adjunta que se activa cuando se hace clic sobre él. Entrad y veréis: hay que ir a la dirección web <http://htwins.net/scale2> y clicar en 'Other languages' para ver la versión en español.

