



**Facultad de Ciencias Humanas y Sociales**

**Máster de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y  
Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas**

**Especialidad en Lengua castellana y literatura**

**Proyecto de fomento de la resiliencia en  
alumnos de secundaria. Una propuesta  
integrada en clase de lengua castellana.**

**María Rosa Simarro Flor**

**Trabajo de Fin de Máster**

**Curso 2015/2016**

**Tutorizado por Rosa Mateu Pérez**

# Prólogo

---

El trabajo de fin de máster presentado a continuación lleva el título de "Proyecto de fomento de la resiliencia en alumnos de secundaria. Una propuesta integrada en clase de lengua castellana". La base de esta investigación y la implementación del proyecto diseñado se ha llevado a término en el IES J.B. Porcar de Castellón. El trabajo ha sido escrito como parte de los requisitos de graduación para el programa de máster en formación del profesorado de educación secundaria de la Universitat Jaume I de Castellón. El período de investigación y redacción de este trabajo de fin de máster ha durado desde enero hasta octubre de 2016.

Es de agradecer la buena predisposición de todos los miembros del centro de secundaria, en especial del grupo formado por el Departamento de Lengua, destacando a mi tutor de prácticas Rufino Pérez, y de la orientadora Elena Blasco, quienes desde el primer día me han ofrecido todo su tiempo y apoyo. Gracias a su ayuda incondicional, las tareas desarrolladas como parte de este proyecto han resultado más sencillas y motivadoras.

Mi agradecimiento también a la Universitat Jaume I por la formación recibida en este máster y a mi supervisora Rosa Mateu por su excelente orientación y apoyo durante todo el proceso de realización de este trabajo.

# Resumen

---

El presente trabajo de final de máster es una propuesta de mejora educativa, siendo su principal objetivo fomentar las capacidades y habilidades resilientes en el alumnado de secundaria durante las clases de lengua castellana.

Este trabajo está basado en un proceso de investigación-acción y aborda el desarrollo de la resiliencia como factor de prevención en el ámbito escolar a través de la formación del alumnado en contenidos de inteligencia emocional.

En primer lugar, durante la fase de observación de las prácticas en el centro, se ha identificado que el alumnado presentaba dificultades en las relaciones interpersonales y que había algunos conflictos entre alumnos de la clase debido a la falta del desarrollo de las habilidades individuales y sociales.

Una vez detectados los aspectos a mejorar por el alumnado, se ha llevado a cabo una investigación en los estudios de resiliencia para encontrar una propuesta de actuación adecuada que, a su vez, pudiera integrarse en los contenidos específicos de la asignatura de lengua castellana.

A continuación, se ha diseñado la propuesta de mejora como un proyecto específico de intervención en resiliencia y se ha implementado en tres fases de actuación durante el período de prácticum del máster.

Posteriormente, se ha realizado el análisis de los datos recogidos durante el desarrollo del proyecto con el objetivo de encontrar evidencias de cambio con respecto a la situación previa a la implementación del mismo.

Por último, se ha llevado a cabo una reflexión final que sintetiza las conclusiones y valoraciones del presente trabajo, concluyendo que los resultados alcanzados a partir de la puesta en práctica del proyecto muestran que se ha logrado de manera satisfactoria desarrollar las habilidades y capacidades resilientes del alumnado.

# Índice

---

<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>2. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>4</b>
2.1 Qué es la resiliencia.....	4
2.2 Aportaciones de los estudios de resiliencia a la educación .....	5
2.2.1 ¿Cómo se genera la resiliencia? .....	5
2.2.2 Los factores de protección .....	6
2.2.3 Los pilares de la resiliencia de Wolin y Wolin (1993).....	7
2.3 Las escuelas resilientes.....	8
2.3.1 El papel de las escuelas .....	8
2.3.2 El modelo integrador en las escuelas .....	10
2.3.3 El modelo de verbalizaciones de Grotberg .....	11
2.3.4 El papel de los docentes .....	13
2.3.5 Contenidos de inteligencia emocional y resiliencia en el currículo de ESO.....	15
<b>3. MARCO PRÁCTICO .....</b>	<b>17</b>
3.1 Introducción .....	17
3.2 Objetivos generales .....	18
3.3 Objetivos específicos.....	18
3.4 FASE I. Evaluación del contexto inicial .....	19
3.4.1 Objetivos .....	19
3.4.2 Participantes .....	19
3.4.3 Instrumentos de evaluación.....	20
3.4.4 Procedimiento .....	21
3.4.5 Análisis de datos .....	22
3.4.6 Resultados .....	23
3.4.7 Síntesis .....	27
3.5 FASE II. Diseño e implementación del proyecto de fomento de la resiliencia.....	30
3.5.1 Objetivos .....	30
3.5.2 Contenidos .....	30
3.5.3 Participantes .....	32
3.5.4 Instrumentos de evaluación.....	32
3.5.5 Procedimiento .....	33
3.5.6 Análisis de datos .....	33
3.5.7 Resultados .....	34
3.5.8 Síntesis .....	38
3.6 FASE III. Evaluación del proyecto .....	40
3.6.1 Objetivos .....	40
3.6.2 Participantes .....	40
3.6.3 Instrumentos de evaluación.....	40
3.6.4 Procedimiento .....	40
3.6.5 Análisis de datos .....	41
3.6.6 Resultados .....	41
3.6.7 Síntesis .....	43
<b>4. CONCLUSIONES .....</b>	<b>44</b>
<b>5. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>47</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>48</b>

# 1. Introducción

---

Durante el primer período de prácticas del máster, a lo largo de la fase de observación en el instituto de secundaria J.B. Porcar de Castellón, tuve la oportunidad de conocer bien a los alumnos de 1º de ESO grupo C.

Me sorprendió encontrarme con una clase que presentaba grandes dificultades en lo respectivo a las habilidades sociales y el respeto entre compañeros, una deficiencia tan grave que había derivado en un problema serio de acoso escolar o *bullying* hacia una de las alumnas de este grupo por parte de algunos compañeros de clase.

Me reuní con mi tutor en el IES, la tutora del curso y la orientadora del centro para informarme mejor acerca de la problemática de la clase e indagar en los orígenes y evolución de este conflicto. Posteriormente, me reuní con uno de los profesores del equipo de mediación y dos alumnas mediadoras que me explicaron detalladamente el trabajo de intervención que se estaba haciendo en la clase con el objetivo de mejorar las relaciones entre alumnos y poner fin al conflicto.

Los modelos de promoción de la resiliencia en el contexto escolar, fomentan las habilidades individuales y sociales de los alumnos demostrando gran efectividad en el desarrollo de las capacidades personales.

La falta de desarrollo de estas habilidades resilientes en el grupo de alumnos parecía ser la principal causa que había dado pie a estos conflictos interpersonales y me llevó a plantearme estudiar sus capacidades resilientes con el objetivo de analizar qué habilidades personales y sociales podrían desarrollar los alumnos mediante el trabajo propuesto durante mi estancia en prácticas.

Debo reconocer que, inicialmente, antes de conocer al alumnado de la clase en la que posteriormente desarrollaría mis prácticas de máster, me planteaba implementar una unidad didáctica centrada en las modalidades discursivas y en los contenidos gramaticales. Pero, al conocer el contexto real en el que desarrollaría mi labor, entendí que debía adaptarme a la situación que se me planteaba y que, como educadora en prácticas, tenía cierta responsabilidad en dar respuesta a la demanda del alumnado en aspectos emocionales y sociales. No podía centrarme exclusivamente en los objetivos lingüísticos propios de la materia, sino que debía trabajar otros aspectos generales y transversales que, como hemos analizado anteriormente, todo profesor de secundaria debe contemplar en paralelo a su programación.

La reflexión en torno a esta cuestión me ha acompañado a lo largo de todo el máster, ya que opino que muchos profesores de secundaria se especializan en sus respectivas asignaturas y los aspectos transversales de la educación como pueden ser la inteligencia emocional o el desarrollo de valores, que deberían ser abordados por todo docente, quedan relegados a un segundo plano, son percibidos como un trabajo exclusivo del departamento de orientación educativa o se trabajan a través del currículum oculto. Sin embargo, está contemplado y especificado en el currículum de educación que es tarea de todos los profesores de secundaria trabajar aspectos como los valores, la educación emocional, las habilidades sociales o la convivencia en sus respectivas clases, independientemente de la asignatura de su especialidad.

Personalmente, me encuentro muy comprometida con este objetivo educativo que va más allá de los contenidos específicos de las materias de secundaria, por ello y por la problemática que presentaba el alumnado mencionada anteriormente, decidí replantear mi unidad didáctica y transformarla para poder trabajar también otros aspectos no lingüísticos. El nuevo objetivo de mi estancia en prácticas sería fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional y promover la resiliencia en el alumnado a través de una unidad didáctica de lengua castellana.

Para modificar apropiadamente la unidad didáctica solicité ayuda a mi tutora de trabajo final de máster Rosa Mateu, experta en resiliencia escolar, quién me facilitó una serie de artículos y lecturas diversas acerca de los beneficios de trabajar la resiliencia como factor preventivo en alumnos de secundaria. También me aportó información sobre las características que debe presentar un profesor resiliente y cómo puede promover la resiliencia en sus clases de manera práctica, aspectos de suma importancia para mi desempeño docente durante las prácticas.

Al formarme más sobre resiliencia e inteligencia emocional, enseguida me di cuenta de que el enfoque del trabajo psicosocial y educativo tiene una base fundamentalmente comunicativa, lo que me facilitaba la integración de los contenidos de resiliencia con los propiamente lingüísticos de la asignatura. De este modo, me propuse llevar a cabo una unidad didáctica que trabajara el desarrollo de aspectos resilientes individuales y sociales en el alumnado, al mismo tiempo que se abordaba el trabajo lingüístico-comunicativo a partir de la producción de textos orales y escritos.

El desarrollo de este trabajo se muestra en los diferentes anexos que se encuentran al final del proyecto. Para la consulta de éstos se ha elaborado un índice paginado que facilita la lectura de los mismos.

Aunque la reformulación de la unidad didáctica fue un tanto laboriosa, el trabajo realizado con los alumnos fue muy gratificante. A la vez que trabajamos los textos expositivos, los diálogos, las descripciones o la narración durante las clases; llevamos a cabo un trabajo paralelo desarrollando aspectos de la resiliencia que repercutieron positivamente en las habilidades emocionales de los alumnos, así como en las relaciones entre compañeros.

Por último, resaltar que el resultado de la implementación de la unidad didáctica fue muy satisfactorio y la evaluación llevada a cabo durante todo el proceso me ha permitido concluir que el alumnado realmente ha asimilado tanto contenidos lingüísticos como emocionales y, lo que es más relevante, han disfrutado con el trabajo realizado y no han considerado en ningún momento que no fuera oportuno llevarlo a cabo en clase de la asignatura de lengua.

En la mayoría de casos, esas ideas acerca de que los contenidos deben estar compartimentados por materias o áreas de trabajo las tenemos asimiladas los docentes. Los alumnos tienen mayor predisposición a explorar otros contenidos y metodologías si el profesor se los presenta adecuadamente, especialmente si les repercuten positivamente en su forma de pensar, sentir y relacionarse.

## 2. MARCO TEÓRICO

---

### 2.1 LA RESILIENCIA

El origen etimológico del término resiliencia proviene del latín, «resilio», que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. Dicho término ha sido adaptado a las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanas y con éxito (Rutter, 1993)

Actualmente todos hemos oído hablar sobre la resiliencia, pero en muchos casos no sabemos bien a qué nos referimos cuando utilizamos este término. Lo cierto es que existe cierta confusión a la hora de entender y definir este concepto (Mateu, Flores, Gil, García-Renedo, 2013).

Podemos definir la resiliencia como la capacidad de las personas para afrontar positivamente las situaciones adversas y/o traumáticas e incluso salir fortalecidas en algunas de sus capacidades después de la experiencia vivida.

Es importante tener en cuenta varios aspectos:

La resiliencia no es un estado absoluto, sino un proceso dinámico que evoluciona. Por eso, decimos que una persona está resiliente, en lugar de decir que lo es. Especialmente, los niños y adolescentes nunca son absolutamente resilientes de manera permanente (Rutter, 1979, 1985). Luego, la resiliencia no es un concepto estático porque puede variar en función de la evolución de la persona y del suceso traumático experimentado.

La resiliencia no niega el sufrimiento y no implica que las personas resilientes no sufran ante una situación adversa, sino que reafirma su capacidad de salir fortalecidas tras la superación de la misma (Mateu, Flores, Gil, García-Renedo, 2013). Y es que todas las personas viviremos momentos difíciles a lo largo de la vida, problemas y experiencias e incluso situaciones traumáticas a nivel físico y emocional. Por ello, resulta fundamental adquirir las herramientas necesarias para ser capaces de sobrellevar emocionalmente estas adversidades e incluso aprender de ellas.

Las investigaciones realizadas en las últimas décadas muestran como muchos niños que han vivido situaciones difíciles durante la infancia o adolescencia no han desarrollado necesariamente de adultos problemas psicológicos. De este modo, los estudios de la

resiliencia han contribuido a destruir el mito de que un niño infeliz que ha vivido situaciones adversas se acaba convirtiendo necesariamente en un adulto con problemas.

Con todo lo señalado de los aportes mostrados de los estudios de resiliencia, aprendemos que de un problema deriva un aprendizaje, por lo que es necesario conocer cómo se produce la resiliencia para llevar a cabo programas que la fomenten. Asimismo, este enfoque abre las puertas a la dimensión preventiva, ya que a través del fortalecimiento de las competencias personales se pueden desarrollar y/o potenciar las capacidades resilientes de las personas.

## **2.2 APORTACIONES DE LOS ESTUDIOS DE RESILIENCIA A LA EDUCACIÓN**

### **2.2.1 ¿Cómo se genera la resiliencia?**

Como indicábamos anteriormente, para poder realizar un trabajo o programa de intervención en resiliencia es necesario tener en cuenta los diferentes aportes que nos dan los estudios en resiliencia, en especial los modelos de cómo se genera y cómo se promueve la resiliencia y cuáles son los factores protectores.

En este sentido, el modelo explicativo ideal sería el que sintetizara los aspectos más relevantes de cada uno de ellos. A partir de esta idea, surge el modelo integrador de resiliencia propuesto por Mateu, Gil y García (2009). Ver ANEXO 23:

Como señalan Mateu, Gil y García (2009), “el punto de partida para generar procesos de resiliencia se produce entre la interacción continua entre el individuo, la familia y la comunidad”. Cada uno de estos elementos aporta sus fortalezas y debilidades a la conexión y durante los procesos que se producen entre ellos, las personas pueden desarrollar mecanismos de protección ante las experiencias vividas. Según sea la percepción de dichas experiencias y los mecanismos protectores que las personas activen ante ellas, podrán vivir las experiencias como “traumas” o como “pruebas”.

Cyrułnik (2009) define el “trauma” como un suceso en el cual hay un antes y un después en su vida, sentimos que parte de la personalidad se ha roto. Por otra parte, el concepto de “prueba” considera que, aunque suframos, nos sentimos realmente vivos y seguimos siendo nosotros mismos.

De este modo, el modelo integrador de la resiliencia propone que una persona que se encuentra ante una situación adversa tiene dos formas de vivenciar dicha situación:

- Si la persona percibe la experiencia como una prueba, su forma de reintegración después de la situación adversa podrá ser el aumento o la disminución de sus capacidades cognitivas, emocionales y sociales; dependiendo de los mecanismos protectores generados en el proceso.
- Si la persona percibe la experiencia como un trauma, el nuevo desarrollo podrá ser psicotraumático derivando en un trastorno psicológico o gradual dejando una cicatriz emocional. La persona, dependiendo de los mecanismos que ponga en marcha durante el trauma, se podrá encontrar más en un desarrollo que en otro.

Para concluir con las aportaciones del modelo integrador, destacar que los autores del mismo consideran que el desarrollo producido por una prueba o un trauma nunca es absoluto, sino gradual y que dependerá de los factores protectores y de riesgo existentes en la persona y su entorno, así como de los nuevos que aporte la vivencia.

Este modelo es importante porque vemos cómo es necesario trabajar tanto la prevención como la intervención.

### **2.2.2 Los factores de protección**

Uno de los avances de la resiliencia es mostrar aquellos factores de protección que nos ayudan a adaptarnos positivamente a la situación experimentada. Conocer estos factores nos ayuda a tenerlos en cuenta a la hora de diseñar un programa, dado que deben trabajarse con el alumnado para fortalecer sus capacidades resilientes.

Los factores de protección pueden ser internos o externos. Los primeros se relacionan con las características individuales que cada uno poseemos y los segundos se corresponden con aquellas características ambientales que nos protegen.

Los factores de protección ambientales pueden ser, a su vez, intrafamiliares si se encuentran en el ámbito familiar o extrafamiliares si se dan fuera de dicho ámbito. Entre los factores extrafamiliares podemos encontrar a otros miembros de la comunidad que pueden ayudarnos a desarrollar la resiliencia. Por ejemplo amigos, vecinos, entrenadores o, por supuesto, maestros y profesores.

Dentro de los factores de protección ambientales, podemos encontrar a los tutores de resiliencia. Este término fue acuñado por Cyrulnik (1999) para definir, generalmente, a una persona que nos aporta un punto de apoyo y nos acompaña de manera incondicional, administrando confianza e independencia a lo largo del proceso de resiliencia.....

Por otro lado, los factores de protección internos hacen referencia a los recursos individuales que podemos utilizar como herramienta y es aquí donde “la prevención debe poner la mirada con el fortalecimiento del trabajo de éstos en las escuelas y en las familias” (Mateu, Gil, García, 2010).

Para poder llevar a cabo esta tarea, es necesario entender primero cuáles son concretamente las características internas que van a determinar que las personas desarrollen la resiliencia. Éstos se sintetizan en los pilares que mostramos a continuación.

### **2.2.3 Los pilares de la resiliencia de Wolin y Wolin (1993)**

Son numerosos los estudios orientados a identificar las características de las personas resilientes y varios autores han realizado sus aportaciones al respecto. De entre todas ellas, Wolin y Wolin (1993) llevaron a cabo una síntesis que reflejaron en la conocida como “mandala de la resiliencia” (ver anexo 24).

En esta figura, los autores especifican las siete características individuales que determinan la resiliencia:

- Introspección: hace referencia a la capacidad de observación de nuestros pensamientos, emociones y actos. Si nos conocemos bien, afrontaremos de manera más positiva las posibles situaciones adversas.
- Independencia: es la capacidad de establecer límites entre uno mismo y ambientes adversos. Ser capaces de alejarnos de las situaciones conflictivas sin caer en el aislamiento.
- Iniciativa: se refiere a la tendencia a exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes. Saber gestionar los problemas y hacerse cargo de ellos.

- **Interacción:** alude a la capacidad de establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas. La capacidad de relacionarse con otras personas y equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a los demás.
- **Creatividad:** es la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.
- **Ideología personal o moralidad:** se refiere a la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo.
- **Sentido del humor:** es la capacidad de encontrar lo cómico entre la tragedia.

Las aportaciones realizadas nos muestran que la resiliencia tiene su mirada puesta no solo en la intervención en situaciones adversas, sino también en el desarrollo de las habilidades resilientes como factor de prevención. Y es que todas las cualidades mencionadas se pueden trabajar, desarrollar y potenciar en las personas pero para ello tenemos que plantearnos cómo hacerlo, quiénes deben intervenir en dicho proceso y cuál es el contexto idóneo para ello.

## **2. 3 LA ESCUELAS RESILIENTES**

### **2.3.1 El papel de las escuelas**

La escuela se considera un medio idóneo para promover la resiliencia porque en ella interaccionan el ambiente individual, el familiar y el comunitario.

Desde la escuela se puede trabajar el fortalecimiento de las cualidades individuales y sociales de los alumnos, reforzando así este factor de protección y consiguiendo realizar un trabajo de prevención ante las posibles situaciones traumáticas que los alumnos puedan vivir (Mateu, Gil, García, 2010).

Pero, desgraciadamente, los contenidos emocionales y el desarrollo de la resiliencia no ocupan un lugar prioritario en el sistema educativo actual, ya que como explican Bach y Darder (2002), “la educación tradicional siempre ha primado el conocimiento por encima de las emociones”.

Al acabar la etapa secundaria, podemos afirmar que la mayoría de alumnos han asimilado unos contenidos mínimos de cada materia (lengua, matemáticas, historia...), pero no podemos decir lo mismo de las capacidades individuales que deberían haber desarrollado durante su escolarización (autoestima, habilidades sociales, empatía...).

Esta realidad se debe a que lamentablemente, en la escuela actual se da una importancia mucho mayor a los contenidos específicos de las asignaturas que a otros aspectos que también deben formar parte de la formación de los adolescentes, como son el desarrollo de la inteligencia emocional, de las habilidades individuales y sociales.

Una lectura psicopedagógica nos lleva a considerar la importancia de reforzar la dimensión emocional, junto con la cognitiva, en el proceso de aprendizaje de los alumnos, debido a que las emociones tienen una fuerte influencia en la motivación y ayudan a generar un clima idóneo para el aprendizaje en el contexto aula y en el centro, y son esenciales para la gestión del conflicto, la convivencia escolar y el desarrollo de la resiliencia (Fernández Berrocal y Extremera, 2002).

Y lo cierto es que “el papel de la escuela no es únicamente ofrecer contenidos informativos, sino también dar apoyo a la persona en todas sus dimensiones” (Mateu, Gil, García, 2010), pero hoy en día es evidente que el trabajo de promoción de la resiliencia en las aulas se encuentra relegado a un plano secundario. Hay diferentes motivos para ello que se exponen a continuación.

En primer lugar, debido a la dificultad que entraña trabajar la dimensión emocional por parte de profesores que no han recibido ningún tipo de formación para abordar estos aspectos en clase y con limitados recursos a su alcance, tanto formativos como materiales.

Por otro lado, hay que tener en cuenta que la resiliencia está relacionada con la vulnerabilidad de las personas y abordar aspectos que tratan las debilidades humanas puede provocar cierto rechazo o temor en una sociedad altamente influenciada por valores como el triunfo, la fortaleza y la competitividad.

Además, el trabajo de tipo emocional es difícilmente cuantificable, no se puede medir con facilidad, y por ello se suele considerar como parte de los contenidos transversales, dependiendo de la iniciativa e interés de cada profesor el integrar o no dichos contenidos a su asignatura.

### 2.3.2 El modelo integrador en las escuelas

Si bien existen estudios en los que se desarrolla la resiliencia en el contexto educativo, es importante a la hora de enmarcar un proyecto de desarrollo de la resiliencia buscar un modelo específico de promoción de ésta en el ámbito escolar.

Los modelos que han servido de fundamento teórico para el desarrollo de este proyecto son el modelo integrador de Mateu, Gil y García (2009) y el de Grotberg (1995).

El modelo integrador de resiliencia propuesto por Mateu, Gil y García (2009) parte de la premisa de que para desarrollar satisfactoriamente la resiliencia en el ámbito escolar es necesario abordar su trabajo mediante la prevención y mediante la intervención paliativa.

El trabajo orientado a la prevención se debe focalizar en formar a los miembros de la comunidad educativa (profesores, alumnos y familiares) en resiliencia. Especialmente, los docentes deben conocer los modelos de promoción de ésta a nivel escolar para poder llevar a cabo un trabajo de desarrollo de las capacidades y habilidades resilientes en sus alumnos. Para lograr este objetivo, deben implementar programas de inteligencia emocional durante sus clases e intentar convertirse en guías de resiliencia y figuras de apoyo incondicional para sus alumnos.

En cuanto a la intervención en resiliencia, ésta se da cuando a cualquier miembro de la comunidad educativa le ocurre un suceso traumático. Cuando esto sucede, señalan Mateu, Gil y García (2010), “es necesario ofrecerle pautas y estrategias de afrontamiento ante estos hechos, siendo importante el guiar y acompañar a dicha persona”.

Para poder realizar una intervención paliativa, también es necesario que los miembros de la comunidad educativa estén formados adecuadamente en aspectos relacionados con los sucesos traumáticos que puedan afectar a los alumnos en algún momento de su vida.

En definitiva, la propuesta del modelo integrador de resiliencia engloba tanto la prevención como la actuación paliativa mediante la formación en resiliencia de la comunidad educativa e integrando en el curriculum, educativo las propuestas necesarias para desarrollar las habilidades individuales y sociales del alumnado, así como la inteligencia emocional.

La neurociencia y la psicología evolutiva denominan inteligencia emocional (IE) a la suma de habilidades emocionales y sociales de cada persona. Éstas comprenden dos ámbitos básicos, por un lado, el conocimiento y gestión de nuestras propias emociones y por el otro, el conocimiento y gestión de las emociones de los demás.

Como señala el modelo integrador de Mateu, Gil y García (2010) “la relación con la resiliencia es clara ya que a una mayor capacidad de conocimiento y gestión de las emociones, una mayor fortaleza interna y por tanto un aumento de las cualidades individuales de resiliencia (como la autoestima, la introspección, la independencia...)”.

Cuanto mejor nos conozcamos a nosotros mismos y más capaces seamos de reconocer y gestionar las emociones, más posibilidades tendremos de desarrollar las habilidades sociales y la empatía hacia los demás. Dicho de otro modo, a mayor inteligencia emocional, mayor desarrollo de los factores protectores internos de la resiliencia.

Por eso, resulta fundamental incorporar la inteligencia emocional a los contenidos abordados por la escuela, así como incluirla específicamente en programas de actividades de todas las etapas educativas. De este modo, al desarrollar proyectos basados en la inteligencia emocional y social, estaremos fortaleciendo la resiliencia del alumnado.

A continuación, analizamos el modelo de Grotberg (1995).que también ha servido de fundamento teórico al trabajo que hemos desarrollado. Este autor desarrolló el llamado modelo de las verbalizaciones (1995) que nos ayuda a analizar los recursos resilientes que tenemos.

### **2.3.3 El modelo de verbalizaciones de Grotberg (1995)**

El modelo de verbalizaciones de Grotberg (1995) puede ayudarnos a entender cómo fomentar la resiliencia en el alumnado, porque nos presenta las actitudes necesarias que favorecen el desarrollo de las capacidades resilientes. La autora señala que para fomentar la resiliencia se requiere la interacción de tres factores resilientes provenientes de tres niveles diferentes:

- yo tengo (apoyo externo)
- yo puedo (fortaleza intrapsíquica)
- yo soy y estoy (capacidad resolutoria e interpersonal)

De cada uno de estos niveles aparecen los distintos factores de resiliencia. A continuación se muestran cada uno de estos niveles y los factores asociados:

#### YO TENGO:

- Personas alrededor en quienes confío y quienes me quieren incondicionalmente.
- Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.
- Personas que me muestran por medio de su conducta, la manera correcta de proceder.
- Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro o cuando necesito aprender.

#### YO SOY:

- Una persona por la que los otros sienten admiración y cariño.
- Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto.
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo.
- Capaz de aprender lo que mis maestros me enseñan.
- Agradable y comunicativo con mis familiares y vecinos.

#### YO ESTOY:

- Dispuesto a responsabilizarme de mis actos.
- Seguro de que todo saldrá bien.
- Triste, lo reconozco, y lo expreso con la seguridad de encontrar apoyo.
- Rodeado de compañeros que me aprecian.

#### YO PUEDO:

- Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.
- Buscar la manera de resolver mis problemas.
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien.
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o para actuar.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.
- Equivocarme y hacer travesuras sin perder el afecto de mis padres.
- Sentir afecto y expresarlo.

La respuesta positiva ante la adversidad, según el modelo de esta autora, está relacionada con factores de resiliencia que se visualizan a través de las expresiones verbales citadas anteriormente.

Grotberg (1995) resalta que la resiliencia es parte del proceso evolutivo y, por tanto, debe ser promovida desde la niñez. Asimismo destaca la importancia del factor ambiental en el desarrollo de las capacidades resilientes de los niños. En este sentido, resulta fundamental entender el papel que debe tener la escuela en el proceso de desarrollo de la resiliencia y los educadores como impulsores de este proceso.

#### **2.3.4 El papel de los docentes**

Si hablamos de resiliencia y, en concreto en el contexto educativo, hay que destacar que el papel de los docentes es fundamental.

Los maestros y profesores tienen que atender a las necesidades planteadas por el alumnado, entre ellas la demanda de una formación de tipo emocional que les permita hacer frente a las situaciones adversas con los recursos necesarios.

Para lograr que los alumnos desarrollen sus habilidades y capacidades resilientes necesitamos que los profesores se conviertan en profesionales de la resiliencia. Y es que los estudios desarrollados demuestran que en las situaciones donde el entorno no posee guías de resiliencia el futuro de los niños presenta serias dificultades, ya que la resiliencia se genera y desarrolla en la interacción con el contexto.

Los profesores pueden convertirse en excelentes profesionales de resiliencia, pero para ello tienen que desarrollar una serie de cualidades y habilidades. Mateu, Gil y García (2013) señalan las siguientes características del profesor resiliente:

- El profesor resiliente transforma las adversidades en desafíos tanto las propias como la de los alumnos.
- Es fuente de apoyo emocional con sus alumnos.
- Es guía y modelo a imitar.
- Elogia logros y comportamientos deseables, usa límites y normas consensuadas entre todos.
- Expresa emociones, respetando y escuchando la de sus alumnos.
- Es empático con sus alumnos y compañeros, transmitiendo también la importancia de la empatía entre sus alumnos.
- Posee capacidad de reír y adaptarse a los cambios y la desarrolla en el aula, controlando las ironías.
- Es optimista

- Utiliza la escucha activa (en especial es muy importante a realizar ante personas que están atravesando situaciones adversas y / o traumáticas).
- Escucha las propuestas de sus alumnos y las incentiva.
- Realiza actividades en las que los alumnos tengan diferentes formas de participación.

El docente que desee convertirse en profesional resiliente puede llevar a cabo diferentes propuestas que le guiarán hacia este objetivo. Mateu, García y Gil (2010) proponen una serie de pasos que el docente puede seguir para contribuir a la resiliencia de su alumnado.

Por una parte, el profesor debe transmitir confianza y respeto a sus alumnos y dejarles claro que pueden acudir a él si necesitan ayuda. Además se impulsará el trabajo de contenidos emocionales en las clases, guiando al alumnado hacia el autoconocimiento de debilidades y fortalezas.

Durante las clases, el profesor animará a los alumnos a que compartan sus pensamientos y sentimientos, enseñándoles la necesidad de sentir y expresar todo tipo de emociones. También se fomentará que aprendan a no juzgarse por sus sentimientos y a que desarrollen la empatía.

Asimismo, el profesor debe también realizar una tarea de introspección, analizarse a sí mismo, aprender a manejar el estrés y rodearse de compañeros que le apoyen a nivel personal y laboral. También resulta fundamental que el docente implique a las familias en el proceso de desarrollo de la resiliencia, fortaleciendo así entre ambos el desarrollo de las habilidades resilientes de los alumnos.

Si el profesor sigue estos pasos se convertirá en una fuente importante de apoyo emocional para sus alumnos y consecuentemente estará favoreciendo el desarrollo de la resiliencia en sus alumnos.

No obstante, uno de los mayores retos de la escuela actual es formar adecuadamente a los profesores para que puedan proporcionar una educación emocionalmente competente a sus alumnos.

Los docentes necesitan herramientas para ayudar a sus alumnos a afrontar las situaciones adversas y a que desarrollen sus capacidades resilientes, pero también necesitan aprender ellos mismos a estar resilientes ante las exigencias diarias que conlleva el trabajo docente.

### **2.3.5 Contenidos de inteligencia emocional y resiliencia en el currículo educativo de ESO**

Como hemos visto con anterioridad, el modelo integrador de resiliencia de Mateu, Gil y García (2009) propone la formación de los profesores en resiliencia, así como la aplicación en el currículo escolar de programas que potencien las habilidades resilientes en el alumnado.

Estos dos requisitos resultan fundamentales para promover adecuadamente la resiliencia en los centros educativos, por lo que es necesario analizar el estado de estos aspectos en el currículo de educación secundaria actual.

La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) recoge algunos aspectos vinculados al desarrollo integral del alumnado y la construcción de la identidad individual, potenciando las relaciones interpersonales, la autoestima y la afectividad. También se habla de la comprensión y el respeto de las habilidades sociales y comunicativas, así como de la convivencia y la educación en valores.

El Decreto 87/2015, de 5 de junio, del Consell, por el que establece el currículo y desarrolla la ordenación general de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunitat Valenciana, establece en los objetivos generales de etapa que se contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

- Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

Como podemos observar, aunque no se hable expresamente de la inteligencia emocional, sí se señalan aspectos relacionados con el desarrollo de la misma y que se deben tener en cuenta en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Por tanto, podemos establecer que el currículo educativo de secundaria sí hace cierta referencia a la dimensión emocional e incluso incluye aspectos referidos a la educación afectivo-emocional, el problema es que no aborda dichos aspectos como una cuestión prioritaria o central. No se le da la misma importancia que a los contenidos específicos de las diferentes materias.

En definitiva, si es importante desarrollar las capacidades resilientes en los alumnos desde una mirada preventiva y orientada a la intervención, al mismo tiempo la escuela es el contexto idóneo para realizarlo y los docentes una pieza fundamental para ello. Por tanto, el currículo debe reflejar de manera específica y prioritaria los contenidos relacionados con la promoción de la inteligencia emocional y la resiliencia en las competencias básicas de las diferentes etapas educativas y que se contemple en la formación de los docentes.

Para desarrollar dichas competencias emocionales se deben realizar programas específicos sobre inteligencia emocional, competencias socioemocionales y otras habilidades asociadas a aspectos de la resiliencia en el ámbito escolar.

A continuación, se presenta un proyecto específico de desarrollo de la resiliencia puesto en práctica en un grupo de alumnos de secundaria e integrado en la asignatura de lengua castellana.

# 3. MARCO PRÁCTICO

---

## 3.1 Introducción

Una vez analizadas la necesidad y la conveniencia de trabajar la resiliencia en el contexto educativo y aprovechando mis prácticas en el instituto, propongo el estudio de las habilidades resilientes de una muestra de alumnos y la posterior puesta en práctica de un proyecto que fomente el desarrollo de su inteligencia emocional y potencie sus capacidades y habilidades resilientes.

El proyecto de fomento de la resiliencia está dividido en tres fases:

La primera fase se corresponde con el análisis del contexto inicial. Llevaremos a cabo una evaluación inicial del grupo para conocer diferentes aspectos de resiliencia que presenta el alumnado y en qué aspectos necesitarían mejorar. Para lograr este objetivo utilizaremos un cuestionario de resiliencia (ver ANEXO 2) creado partir de los estudios de Wolin y Wolin (1993) y Grotberg (1995), así como una entrevista personal cualitativa (VER ANEXO 4), ambos instrumentos diseñados específicamente para la evaluación inicial de las capacidades y habilidades resilientes.

La segunda fase es de intervención. En ella se concreta el diseño e implementación del proyecto de fomento de la resiliencia en los alumnos de secundaria. Éste se basa en los resultados obtenidos a partir de la evaluación del contexto, se fundamenta en el modelo integrador (Mateu, Gil y García, 2010) y se encuentra integrado en la asignatura de lengua castellana, permitiendo así trabajar el desarrollo de la inteligencia emocional y la mejora de determinados aspectos resilientes a través de los contenidos que se abordan en esta asignatura.

La tercera y última fase se corresponde con la evaluación final del proyecto desarrollado. Analizaremos los resultados extraídos a partir de los instrumentos de evaluación específicos y observaremos si los objetivos marcados han sido cumplidos satisfactoriamente. Asimismo, llevaremos a cabo las propuestas de mejora convenientes y presentaremos las conclusiones del diseño y puesta en práctica del proyecto de resiliencia.

A continuación presentamos el proyecto completo de fomento de la resiliencia en el alumnado de secundaria.

## 3.2 Objetivos generales

El objetivo general del proyecto que se presenta es fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional y promover la resiliencia en el alumnado de secundaria, al tiempo que se abordan los contenidos propiamente lingüísticos establecidos por el currículo vigente de secundaria para la materia de lengua castellana (Decreto 87/2015, de 5 de junio).

Por lo que respecta a los objetivos relacionados con la asignatura de lengua castellana, éstos pueden consultarse detalladamente en el anexo 1.

## 3.3 Objetivos específicos

Tabla 1. Fases del proyecto y objetivos específicos

<i>Fase I. Evaluación del contexto y necesidades</i>	<i>Fase II. Diseño e implementación del proyecto de fomento de la resiliencia</i>	<i>Fase III. Evaluación del proyecto</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conocer las ideas que tiene el alumnado respecto a aspectos vinculados a la inteligencia emocional y la resiliencia.</li> <li>▪ Conocer las capacidades resilientes que presenta el alumnado.</li> <li>▪ Analizar las habilidades personales e interpersonales de los alumnos de la clase.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fomentar el autoconocimiento y la introspección</li> <li>▪ Propiciar actitudes de respeto, solidaridad y comprensión</li> <li>▪ Fomentar las relaciones y el afecto entre todos los miembros de la clase</li> <li>▪ Desarrollar la moralidad</li> <li>▪ Mejorar la autoestima</li> <li>▪ Incrementar la creatividad</li> <li>▪ Desarrollar la empatía</li> <li>▪ Descubrir y potenciar las cualidades individuales</li> <li>▪ Fomentar la autonomía y la independencia</li> <li>▪ Activar el sentido del humor</li> <li>▪ Desarrollar la escucha y las habilidades comunicativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comprobar si han variado las ideas que tenía el alumnado respecto a la inteligencia emocional y la resiliencia, tras la implementación del proyecto.</li> <li>▪ Conocer si los alumnos han desarrollado factores resilientes individuales asociados a la implementación del proyecto.</li> <li>▪ Analizar si la implementación del proyecto ha servido para mejorar las relaciones entre alumnos de clase.</li> <li>▪ Conocer la opinión del alumnado sobre el proyecto implementado.</li> </ul>

## *3.4 Fase I. Evaluación del contexto y necesidades*

### **3.4.1 Objetivos**

Los objetivos establecidos para la primera fase del proyecto de fomento de la resiliencia son los siguientes:

- Conocer las ideas que tiene el alumnado respecto a la inteligencia emocional y la resiliencia.
- Conocer las capacidades resilientes que presenta el alumnado.
- Analizar las habilidades personales e interpersonales de los alumnos de la clase.

### **3.4.2 Participantes**

Los participantes en el proyecto son los 19 alumnos de la clase de 1º de ESO grupo C del IES Joan Baptista Porcar de Castellón de la Plana.

Se trata de un grupo bastante heterogéneo, formado por 10 niñas y 9 niños.

Hay cuatro alumnos extranjeros: tres son rumanos y uno marroquí. Entienden, hablan y escriben correctamente en lengua española.

La mayoría de los alumnos no se conocen entre sí, ya que vienen de colegios diferentes y este es su primer año en el instituto.

En cuanto a necesidades educativas específicas, nos encontramos con una alumna que presenta TDAH y que requiere de algunas adaptaciones no significativas.

Hay que tener presente también el caso de la niña que sufre acoso escolar por parte de algunos compañeros de su clase. Este caso está siendo abordado por el departamento de orientación del centro con el apoyo del equipo de mediación escolar.

En clase de lengua, el profesor propicia que haya un ambiente de respeto y tranquilidad, evitando interrupciones entre compañeros y animando a la participación igualitaria. No obstante, el alumnado de este grupo es particularmente impulsivo y alborotador, así nos lo han hecho saber todos sus profesores. Esto nos lleva a pensar que el trabajo emocional que se realiza en clase de lengua les resulta especialmente beneficioso y que sería muy conveniente fomentar que otros profesores introdujeran en sus clases un enfoque similar.

### 3.4.3 Instrumentos de evaluación

Para evaluar el contexto y las necesidades que presenta el alumnado, haremos uso de dos instrumentos de evaluación:

- El cuestionario de resiliencia (ver ANEXO 2)
- La entrevista personal (ANEXO 4)

El cuestionario de resiliencia se presenta como una encuesta anónima diseñada específicamente para evaluar las habilidades resilientes del alumnado, antes y después de la implementación del proyecto. Los resultados del cuestionario nos aportan información cuantitativa sobre el grado de resiliencia que presenta la muestra de alumnos participantes en el proyecto.

La entrevista personal consta de una serie de preguntas de respuesta abierta que se formulan al alumnado con el objetivo de conocer sus habilidades resilientes. Los resultados de la entrevista nos facilitan información cualitativa acerca de las capacidades resilientes y las relaciones interpersonales de los participantes.

En base a las respuestas obtenidas a partir de los cuestionarios y de las entrevistas iniciales, así como aquellos aspectos más relevantes apreciados durante la fase de observación, se configurará el programa de actividades con tal de adecuarse a las necesidades específicas del alumnado y así fomentar los factores resilientes menos desarrollados.

#### *El cuestionario*

El cuestionario de resiliencia (ANEXO 2) se presenta con el propósito de identificar el grado de resiliencia individual del alumnado y su predisposición a trabajar aspectos emocionales en clase de lengua.

Se trata de una encuesta que consta de 40 ítems establecidos en torno a 7 factores específicos de resiliencia, resultado de la conjunción entre el modelo de las verbalizaciones de Grotberg (1995) y la mandala de Wolin y Wolin (1993).

Todas las preguntas del cuestionario están formuladas a partir de las expresiones resilientes planteadas por Grotberg: “yo soy”, “yo tengo”, “yo puedo”, “yo estoy” y están redactadas en forma positiva, de modo que los alumnos encuestados deben indicar el grado de aprobación o desaprobación en base a una escala Likert de 4 puntos; a partir del 1 "Totalmente de acuerdo", hasta el 4 "Nada de acuerdo". En cuanto al contenido

de las preguntas del cuestionario, su finalidad es evaluar las principales cualidades resilientes en el alumnado en base a «los 7 pilares de la resiliencia» (ANEXO 24) planteados por Wolin y Wolin (1993).

El cuestionario recoge en cada uno de los ítems aspectos relacionados con varios de los factores o pilares de resiliencia anteriormente mencionados. La asociación de preguntas a cada factor resiliente puede consultarse en el ANEXO 3.

### *La entrevista personal*

Las preguntas que se formulan en la entrevista individual (

ANEXO 4: Entrevista personal 4) son de respuesta abierta y también tienen como objetivo evaluar las capacidades y habilidades resilientes del alumnado, esta vez de un modo más cualitativo.

Las preguntas planteadas recogen aspectos relacionados con las ideas y creencias acerca de la educación emocional o los contenidos que deben o no abordarse en las clases de lengua o de otras asignaturas. También se les plantean cuestiones que fomentan la introspección y les invitan a reflexionar sobre si se conocen a sí mismos y a sus compañeros de clase.

### **3.4.4 Procedimiento**

En primer lugar, mantuve una reunión con el tutor de las prácticas en el instituto para explicarle el programa que tenía previsto diseñar e implementar. Dado que él también prioriza el enfoque emocional en sus clases de lengua, se mostró de acuerdo con que llevara a cabo mi idea partir de una unidad didáctica centrada en las tipologías textuales y que a la vez fomentara el desarrollo de la resiliencia de los alumnos.

Una vez el tutor del instituto me dio el visto bueno, me reuní con Rosa Mateu, mi tutora del trabajo final de máster en la UJI, para plantearle el proyecto de fomento de la resiliencia que quería implementar y explicarle el enfoque del mismo. Después de algunos ajustes y mejoras, pero ciñéndome al planteamiento original del proyecto, la tutora me dio el visto bueno y me indicó que el siguiente paso era desarrollar los objetivos, contenidos y sistema de evaluación del mismo, teniendo presente el marco teórico del proyecto.

A continuación, estudié los objetivos que quería alcanzar en esta primera fase del proyecto, establecí los contenidos y desarrollé los instrumentos de evaluación necesarios para medirlos: el cuestionario de resiliencia (ANEXO 2) y la entrevista personal (ANEXO 4).

A partir de las propuestas teóricas sobre resiliencia de los autores Wolin y Wolin (1993) y Grotberg (1995) confeccioné un cuestionario (ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia) que me serviría para evaluar los objetivos de la fase inicial del proyecto, así como para posteriormente aplicar la fase final de evaluación. Al ser esta encuesta de tipo cuantitativo, decidí complementar la recogida de datos con una entrevista (ANEXO 4

) integrada por preguntas de respuesta abierta que me permitirían recoger información más cualitativa y conocer a los alumnos uno por uno, dándome la oportunidad de conversar brevemente con ellos de manera individual.

Una vez desarrollados los instrumentos de evaluación, dio comienzo la fase inicial del proyecto coincidiendo con mi primera semana de estancia en el centro de secundaria como docente en prácticas.

Durante las horas lectivas de la asignatura de lengua castellana, de manera individual y por orden de lista, los alumnos fueron pasando a la biblioteca donde les fue presentado el cuestionario de resiliencia y procedieron a cumplimentarlo. Dispusieron de unos diez minutos para rellenar esta encuesta y realizar las preguntas que necesitaron para aclarar dudas.

Cuando finalizaron con el cuestionario, se llevó a cabo la entrevista personal. Se les formuló en voz alta unas preguntas cualitativas relacionadas con la asignatura, con las características y habilidades asociadas a la resiliencia, sobre sí mismos y sobre las relaciones entre alumnos de la clase. Los alumnos respondieron a las preguntas formuladas, compartieron opiniones y creencias y brindando la oportunidad de conocerles un poco mejor individualmente y como grupo.

Al finalizar la recogida de datos de los 19 alumnos participantes en el proyecto, procedimos a analizar los datos a partir de las respuestas extraídas de los cuestionarios y de las entrevistas personales.

### **3.4.5 Análisis de datos**

En primer lugar, procedemos a desarrollar los resultados obtenidos a partir del cuestionario de resiliencia (ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia).

Los resultados obtenidos se analizan factor a factor de resiliencia, a través de porcentajes, en la Figura 1. Posteriormente, se analizan los ítems más relevantes también mediante porcentajes y, por último, se presentan las observaciones realizadas por el alumnado.

A continuación, se realiza un análisis descriptivo de las frecuencias y porcentajes correspondientes a todas las respuestas de esta encuesta.

En segundo lugar, procedemos a desarrollar los resultados obtenidos a partir de la entrevista personal.

Los datos obtenidos a partir de la entrevista se analizan a partir de porcentajes y de manera descriptiva. A la hora de presentar estos resultados, reflejamos las respuestas obtenidas, así como otros aspectos relacionados con el desarrollo mismo de la entrevista, como la actitud del alumnado a la hora de afrontar la entrevista y las observaciones realizadas por el mismo en el transcurso de éstas.

Para finalizar, exponemos las conclusiones alcanzadas esta primera fase del proyecto a partir del análisis de los datos obtenidos.

### **3.4.6 Resultados**

En cuanto a los datos obtenidos a partir del cuestionario de resiliencia, presentamos a continuación los resultados extraídos a partir de las respuestas, en relación con los aspectos de la resiliencia que se pretenden conocer.

Como se puede observar en la Figura 1, si agrupamos las respuestas del cuestionario (ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia) según su asociación a factores de resiliencia específicos (ANEXO 3: Asociación de ítems del cuestionario con factores resilientes), podemos concluir que los porcentajes de respuestas con alta puntuación (totalmente de acuerdo o bastante de acuerdo) son muy similares entre ellos.

## Respuestas con mayor puntuación

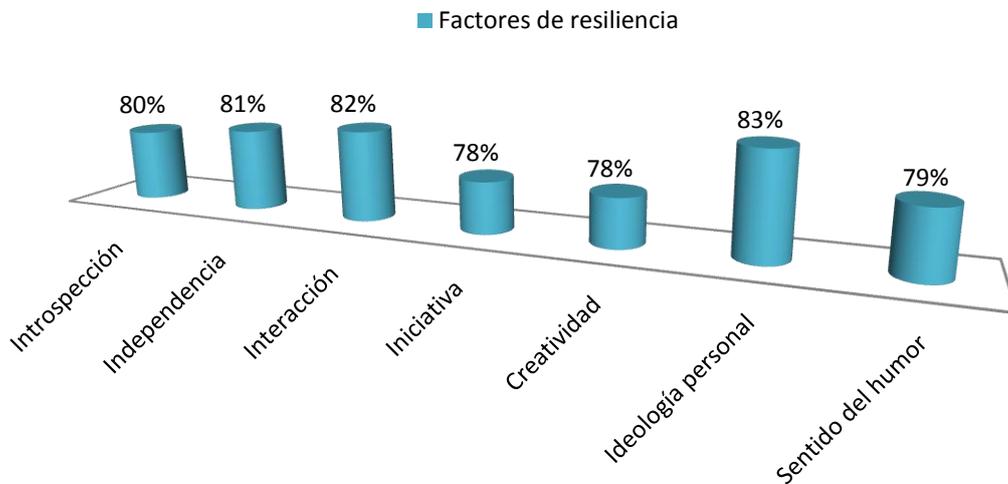


Figura 1. Porcentajes de respuestas con mayor puntuación en cuestionarios de resiliencia

Como se puede observa en la Figura 1, los porcentajes por aspecto de resiliencia son bastante altos. Los datos se corresponden con el análisis global de cada capacidad resiliente, por ello resulta necesario realizar un análisis ítem por ítem del cuestionario con el objetivo de obtener datos más concretos que nos aporten información específica.

Por poner un ejemplo, en los ítems asociados a la introspección como habilidad resiliente encontramos dos tipos de preguntas: ítem 2 “Yo soy capaz de identificar las diferentes emociones...” e ítem 29 “Me gustaría aprender más sobre las emociones en clase” (ver ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia). Al agrupar las repuestas por factor de resiliencia, se mezclan las repuestas que reflejan la situación real de la capacidad resiliente (ítem 2) con la creencia o predisposición a desarrollar este aspecto de la resiliencia (ítem 29).

Deducimos, por tanto que no resulta conveniente presentar los datos agrupando exclusivamente por factores de resiliencia y que debemos interpretar las respuestas del cuestionario también de manera individual, atendiendo a los aspectos más importantes que puedan apreciarse en cada ítem y en el apartado de observaciones. De este modo, los datos presentados reflejan con mayor exactitud las creencias y capacidades resilientes de los alumnos que han cumplimentado los cuestionarios.

A continuación, se presentan algunos de los datos más relevantes aportados por ítems específicos del cuestionario de resiliencia:

- Al ítem 33 “Me gustaría escribir textos que me ayuden a conocerme mejor a mí mismo”, un 48% responde “totalmente”. Un 26% contesta “bastante” y otro 26% responden “un poco” o “nada”.
- Al ítem 2 “Yo soy capaz de identificar las emociones cuando las siento yo o los demás”, solo un 16% responde “totalmente”. Un 26% contesta “un poco”.
- Al ítem 3 “Yo puedo manejar mis emociones sin dejar que me desborden”, un 58% responde “bastante” o “un poco”.
- Al ítem 9 “Yo soy capaz de ponerme en el lugar del otro sin juzgarle” más del 30% del alumnado responde “un poco” o “nada”.
- Al ítem 14 “Yo soy capaz de llevarme bien con la mayoría de personas que conozco” el 53% responde “bastante” o “un poco”.
- Al ítem 15 “Yo soy respetuoso con los demás” el 68% responde “bastante” o “un poco”.
- Al ítem 39 “Me gustaría aprender a escuchar activamente sin interrumpir” un 79% responde “totalmente” o “bastante”.
- Al ítem 31 “Me gustaría que en clase todos nos lleváramos mejor” un 58% del alumnado responde “totalmente” y un 26% “bastante”.

Algunas de las observaciones realizadas por el alumnado, escritas al final del cuestionario en el apartado observaciones o bien comentadas en voz alta, se presentan a continuación en forma de testimonios:

*“Me gustaría trabajar en grupo más a menudo, pero hay gente con la que no porque me tratan mal”*

*“No necesito que mis compañeros hagan nada por mí para sentirme bien. Hacer yo algo bueno por ellos no me ayuda en nada”*

*“Cuando tengo que trabajar en grupo y con otras personas, todo sale peor y acabamos discutiendo”*

*“Nunca se sabe si las cosas van a salir bien o mal, yo soy incapaz de imaginarlo”*

*“No me gusta hacer este tipo de cuestionarios porque no me gusta hablar de mí misma y me hacen pensar en cómo soy porque si no, no sé responder”*

*“Me cuesta relacionarme con mis compañeros si saben mi pasado”*

*“Creo que estas preguntas nos irán muy bien para mejorar el respeto y el comportamiento en clase”*

Todas las respuestas del alumnado, ítem por ítem, así como las observaciones realizadas por los alumnos al final del mismo, pueden consultarse en el ANEXO 5: Registro de respuestas a cuestionario de resiliencia.

Por otro lado, la entrevista personal también nos ha ofrecido datos que respaldan los resultados reflejados en los cuestionarios de resiliencia anteriormente presentados.

Entre los comentarios más relevantes recogidos como parte de la entrevista, nos encontramos con que la mayoría de alumnos (más del 90%) no considera que el instituto sea lugar para formarse para la vida ni trabajar emociones o valores, sino que a clase se va para aprender exclusivamente los contenidos de las asignaturas.

Un 80% de los alumnos cree que la escritura tan solo sirve para mejorar la ortografía y la letra y consideran que la asignatura de lengua tiene como único objetivo enseñarles a acentuar y a no cometer faltas ortográficas.

En la pregunta que les formulamos acerca de si se conocen bien a sí mismos, más del 60% afirma conocerse bien o muy bien, pero más del 85% presenta dudas a la hora de describirse a sí mismo. Casi todos destacan aspectos personales que les gustaría cambiar o mejorar, en lugar de decirnos características positivas que creen poseer.

Por lo que respecta a las relaciones interpersonales, un 75% afirma conocer poco o muy poco a sus compañeros de clase para el tiempo que pasan juntos diariamente en clase.

La mayor parte del alumnado que ha contestado a la entrevista considera que la formación para la vida que se debe recibir durante la educación secundaria está relacionada con un tipo de formación profesional, preparación para encontrar un empleo. No contemplan la educación emocional como una enseñanza que pueda integrarse en los contenidos de ninguna asignatura.

De hecho, a la pregunta formulada sobre dónde podrían recibir formación en valores y emociones, casi ningún alumno ha incluido el instituto en su respuesta. Prácticamente el cien por cien de los entrevistados considera que las emociones pertenecen exclusivamente al ámbito familiar.

Por otra parte, la mayoría de los alumnos afirma conocerse bien, pero todos han encontrado dificultades a la hora de definirse y resaltar cualidades y defectos. Resulta significativo que les resulte más fácil identificar los aspectos que cambiarían de sí

mismos. Sin embargo, tardan en responder cuando tienen que enumerar los aspectos positivos de su forma de ser.

Tienen dificultad para identificar y nombrar emociones y características personales. Confunden empatía con compasión o autoestima con seguridad. Necesitan ayuda a la hora de encontrar los adjetivos con los que definirse a sí mismos incluso cuando tienen clara la idea.

También son de interés para el estudio las observaciones que gran parte de los entrevistados ha compartido con nosotros. Varios alumnos han hecho alusión a lo poco que se conocen unos a otros para el tiempo que pasan juntos diariamente en el centro, sin embargo no han manifestado un especial interés por mejorar las relaciones interpersonales en el grupo de clase.

### **3.4.7 Síntesis**

Las respuestas del cuestionario y de la entrevista personal nos han servido para detectar que los alumnos se muestran predispuestos a trabajar aspectos emocionales en clase, aunque muchos de ellos creen que este tipo de contenidos corresponde más al trabajo que se suele hacer en tutoría o con la orientadora psicopedagógica.

Durante la entrevista que hemos llevado a cabo, los alumnos se sienten protagonistas y esto les agrada especialmente. Tienen ocasión de dar su opinión, de hablar de otros compañeros y de cómo se sienten en clase.

También hemos apreciado que están familiarizados con este tipo de cuestionarios, ya que por el caso de acoso escolar sufrido por una alumna de esta clase por parte de algunos compañeros, el equipo de mediación del centro ha pasado en clase varios cuestionarios anónimos evaluando aspectos emocionales y conductuales.

Como se puede observar a partir de la evaluación inicial realizada, el alumnado presenta serias carencias en cuanto a conocimiento y autorregulación de las emociones, lo que deriva en una falta de autocontrol y desconocimiento de ellos mismos. Consecuentemente, esta falta de regulación y de determinadas habilidades sociales da pie a la impulsividad y a las actitudes irrespetuosas que presentan los alumnos de esta clase.

Tampoco saben que el desarrollo de la inteligencia emocional podría ayudarles individualmente y como grupo, ni imaginan que este tipo de trabajo pueda llevarse a cabo en clase de lengua.

Como aspecto positivo, cabe resaltar que estamos ante un alumnado muy participativo y que muestra curiosidad por el proyecto que les estamos presentando. Percibimos una buena predisposición por parte del grupo a trabajar y, gracias a las entrevistas realizadas y al cuestionario presentado hemos logrado captar su interés.

A continuación, destacamos los aspectos más significativos a tener en cuenta a partir de los resultados de los cuestionarios y las entrevistas personales:

- Muestran dificultad para identificar y gestionar las emociones.
- Revelan un sentimiento de desconfianza entre compañeros.
- No perciben a los profesores como una figura de apoyo.
- No se sienten apreciados por sus compañeros ni profesores.
- Reconocen ser poco respetuosos, interrumpir y no escuchar con atención; pero no muestran interés por cambiar.
- Admiten que la creatividad puede ayudarles a desconectar ante situaciones problemáticas.
- No asumen la responsabilidad ante aquello que dicen o hacen.
- Muchos no entienden el humor como herramienta para sentirse mejor.
- Son poco optimistas.
- No demuestran especial interés en aprender sobre las emociones en clase.
- No se interesan por mejorar las relaciones en la clase ni por conocer a sus compañeros.
- No desean que sus compañeros les conozcan mejor, ni desean abrirse a ellos.

En cuanto a los objetivos que nos planteábamos en esta fase inicial del proyecto, podemos concluir que sí han sido alcanzados.

En primer lugar, nos habíamos marcado como objetivo específico conocer las ideas del alumnado respecto a la inteligencia emocional y la resiliencia. Como puede observarse a partir de los datos recogidos mediante el cuestionario y la entrevista, los alumnos han reflejado claramente su opinión acerca de estos aspectos. En grandes líneas, podemos decir que el grupo considera que el trabajo emocional y el desarrollo de la resiliencia corresponde casi exclusivamente a la familia y que no resulta necesario trabajar su promoción en el ámbito escolar.

Por lo que respecta al objetivo específico de conocer las capacidades resilientes que presenta el alumnado, podemos afirmar que los instrumentos de evaluación nos han aportado información para lograr alcanzar dicho objetivo. Principalmente, las respuestas al cuestionario nos muestran que las habilidades asociadas a la resiliencia que presentan en menor medida los alumnos son aquellas asociadas a la introspección, la interacción y el sentido del humor. Sin embargo, el alumnado presenta en mayor medida habilidades resilientes relacionadas con la independencia, la iniciativa, la ideología personal y la creatividad. Las entrevistas personales corroboran estas apreciaciones y los resultados extraídos ítem a ítem nos aportan más detalles acerca de sus capacidades y habilidades resilientes.

Finalmente, el tercer objetivo de la fase inicial del proyecto era el de analizar las habilidades personales e interpersonales de los alumnos de la clase. Las entrevistas cualitativas han constituido un instrumento de evaluación fundamental para lograr dicho objetivo, ya que nos han ofrecido la posibilidad de dialogar con los alumnos e indagar en las relaciones entre ellos. Hemos observado que las relaciones entre los miembros de la clase no son particularmente satisfactorias e incluso se dan casos de conflictos personales entre algunos alumnos del grupo. Esta situación se debe, en gran medida, a la falta de habilidades sociales por parte del alumnado y a los problemas de comunicación entre ellos.

Para concluir esta fase, diremos que los resultados obtenidos a partir de la evaluación del contexto inicial justifican la importancia de implementar un programa de actividades que permita al alumnado desarrollar habilidades y capacidades resilientes y trabajar la inteligencia emocional.

Al disponer de la oportunidad de realizar las prácticas de lengua, llevaremos a cabo el desarrollo de este proyecto a través de una unidad didáctica al tiempo que se trabajan los contenidos lingüísticos.

## *3.5 Fase II. Diseño e implementación del proyecto de fomento de la resiliencia*

### **3.5.1 Objetivos**

Los objetivos específicos que se establecen en la fase de implementación del proyecto de fomento de la resiliencia son los siguientes:

- Fomentar el autoconocimiento y la introspección
- Propiciar actitudes de respeto, solidaridad y comprensión
- Fomentar las relaciones y el afecto entre todos los miembros de la clase
- Desarrollar la moralidad
- Mejorar la autoestima
- Incrementar la creatividad
- Desarrollar la empatía
- Descubrir y potenciar las cualidades individuales
- Fomentar la autonomía y la independencia
- Activar el sentido del humor
- Desarrollar la escucha y las habilidades comunicativas

### **3.5.2 Contenidos**

Los contenidos de la asignatura de Lengua Castellana y Literatura en 1º ESO que se van a abordar en el presente programa de actividades se encuentran contemplados en el currículum de secundaria, definido por el Decreto 87/2015, de 5 de junio, y se desarrollan detalladamente en el desarrollo de las actividades (ver ANEXO 10 : Programa de actividades).

En cuanto a los contenidos de resiliencia, éstos guardan relación con el desarrollo de la inteligencia emocional y el desarrollo de capacidades y habilidades personales del alumnado que también se encuentra establecido por el currículum de educación secundaria, en los objetivos generales de etapa.

Los contenidos de resiliencia contemplados en las actividades, así como la temporalización del programa, pueden consultarse a continuación:

Tabla 2. Contenidos y temporalización del programa de actividades

ACTIVIDAD	CONTENIDOS	DURACIÓN
Actividad de introducción: <i>Nos conocemos</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de habilidades comunicativas</li> <li>• El fomento de la escucha activa</li> <li>• El autoconocimiento</li> <li>• El conocimiento de los compañeros</li> <li>• Las ideas acerca de las emociones y la resiliencia</li> <li>• El descubrimiento de cualidades individuales</li> <li>• Los intereses e inquietudes de la clase</li> </ul>	<p><b>3 sesiones</b></p> <p>Fechas: 12/04/2016, 14/04/2016 y 15/04/2016</p>
Actividad 1: <i>Entrevista personal a un compañero y autorretrato cubista</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de habilidades comunicativas</li> <li>• El fomento de la independencia</li> <li>• El autoconocimiento y la introspección</li> <li>• La mejora de relación entre compañeros</li> <li>• El diálogo como modo de resolver conflictos</li> <li>• El incremento de la creatividad</li> <li>• El descubrimiento de cualidades individuales</li> <li>• El desarrollo del sentido del humor</li> </ul>	<p><b>3 sesiones</b></p> <p>Fechas: 19/04/2016, 21/04/2016 y 22/04/2016</p>
Actividad 2: <i>Exposiciones orales y vídeos sobre el humor ante las situaciones difíciles</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades para hablar en público, en situaciones formales e informales, de forma individual y en grupo</li> <li>• La valoración y evaluación a otros compañeros</li> <li>• La autoevaluación de uno mismo</li> <li>• El fomento de la autonomía</li> <li>• El autoconocimiento y la introspección</li> <li>• La mejora de relación entre compañeros</li> <li>• El diálogo como modo de resolver conflictos</li> <li>• El incremento de la creatividad</li> <li>• El descubrimiento de cualidades individuales</li> <li>• El desarrollo del sentido del humor</li> <li>• La mejora de autoestima</li> <li>• El desarrollo de empatía</li> <li>• El acuerdo pactado</li> <li>• La solidaridad, la tolerancia y la comprensión</li> <li>• El respeto por uno mismo y por los otros</li> <li>• El desarrollo de la moralidad</li> <li>• El optimismo</li> </ul>	<p><b>5 sesiones</b></p> <p>Fechas: 26/04/2016, 28/04/2016, 29/04/2016, 03/05/2016 y 05/05/2016</p>
Actividad 3: <i>Diario personal</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de habilidades interpersonales</li> <li>• El fomento de la autonomía</li> <li>• El autoconocimiento y la introspección</li> <li>• La mejora de relación entre compañeros</li> <li>• La reflexión sobre sentimientos propios y ajenos</li> <li>• El incremento de la creatividad</li> <li>• La mejora de la autoestima</li> </ul>	<p><b>2 sesiones</b></p> <p>Fechas: 06/05/2016 y 10/05/2016</p>
Actividad de cierre: <i>Reuniones de evaluación</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de la escucha activa</li> <li>• El diálogo como modo de comunicación efectiva</li> <li>• El fomento de la autonomía y la autoestima</li> <li>• El autoconocimiento y la introspección</li> <li>• El conocimiento de las cualidades individuales</li> <li>• La mejora de relación entre compañeros</li> </ul>	<p><b>2 sesiones</b></p> <p>Fechas: 12/05/2016 y 13/05/2016</p>

Como puede observarse, el proyecto se llevará a cabo durante cinco semanas del tercer trimestre escolar, del 11 de abril al 13 de mayo de 2016, con una periodicidad de tres sesiones semanales (martes, jueves y viernes) de 50 minutos cada una.

### 3.5.3 Participantes

Los participantes en el proyecto son los 19 alumnos de la clase de 1º de ESO-C del IES J.B. Porcar de Castellón.

### 3.5.4 Instrumentos de evaluación

Para llevar a cabo la evaluación del proceso de implementación del proyecto de fomento de resiliencia, contaremos con los siguientes instrumentos:

- Trabajos de clase realizados por los alumnos.

Los trabajos que los alumnos elaboran a partir de las actividades que les planteamos nos ayudarán a analizar los conocimientos que están adquiriendo y si estamos logrando los objetivos propuestos:

- muestra de entrevistas realizadas por los alumnos (ANEXO 12: muestra de entrevistas realizadas por los alumnos)
- muestra de exposiciones orales y murales realizados por los alumnos (ANEXO 14: muestra de exposiciones orales y murales realizados por los alumnos)
- muestra de diarios personales realizados por los alumnos (ANEXO16 : muestra de diarios personales realizados por los alumnos)

- Registro de observación del alumnado.

Este instrumento de evaluación, de elaboración propia, nos ofrece la posibilidad de evaluar aspectos resilientes concretos, alumno por alumno y de manera detallada, según se van implementando las actividades del proyecto.

- registro de observación del alumnado (ANEXO 6: Registro de observación del alumnado)
- muestra de registros de observación del alumnado (ANEXO 7: Muestra de registros de observación del alumnado)

- Registro anecdótico.

Esta plantilla nos permite recoger las observaciones generales que creamos necesario reflejar como datos significativos para posteriormente analizar y establecer conclusiones al respecto.

- registro anecdótico (ANEXO 8 : Registro anecdótico)
- muestra de registro anecdótico (ANEXO 9: Muestra de registro anecdótico)

### **3.5.5 Procedimiento**

En primer lugar, diseñamos un programa de actividades que nos permitiera fomentar las habilidades y cualidades resilientes en las que el alumnado obtuvo menor puntuación en los cuestionarios y entrevistas de evaluación inicial.

Posteriormente, se implementó el programa de actividades a lo largo de tres semanas. Se llevó a la práctica durante las clases de lengua castellana, y al finalizar todas las actividades se realizó un análisis de los datos recogidos a partir de los instrumentos de evaluación procediendo a analizar los resultados alcanzados.

Teniendo en cuenta siempre los criterios de evaluación, se ha aplicado una metodología activa y participativa, basada principalmente en la observación diaria en el aula de los comportamientos y el control de la respuesta a las tareas solicitadas.

### **3.5.6 Análisis de datos**

En primer lugar, procedemos a desarrollar los resultados obtenidos a partir de los registros de observación del alumnado (ANEXO 6: Registro de observación del alumnado) durante las actividades, teniendo en cuenta la valoración numérica realizada que refleja el grado de consecución de los objetivos resilientes establecidos para cada actividad planteada.

Los resultados obtenidos se analizan actividad por actividad, a través de porcentajes, en las figuras 2, 3 y 4. Posteriormente, se analizan también mediante porcentajes los datos más relevantes en función de la consecución de los objetivos de resiliencia establecidos para cada actividad.

En segundo lugar, se presenta una muestra de los trabajos realizados por el alumnado a partir de las actividades planteadas, así como aquellos aspectos relevantes relacionados con el desarrollo de las mismas y que constituyen datos a tener en cuenta en el posterior análisis.

En tercer lugar, se señalan aquellos datos extraídos a partir de los registros anecdóticos (ANEXO 8 : Registro anecdótico).

Por último, se presentan de manera descriptiva los datos cualitativos más relevantes obtenidos a partir de los tres instrumentos de evaluación citados anteriormente.

Para finalizar la implementación del proyecto, exponemos las conclusiones alcanzadas en esta segunda fase del proyecto a partir del análisis de los datos obtenidos.

### 3.5.7 Resultados

En primer lugar, se presentan los datos obtenidos a partir de los registros de observación del alumnado (ANEXO 6: Registro de observación del alumnado) durante las actividades desarrolladas:

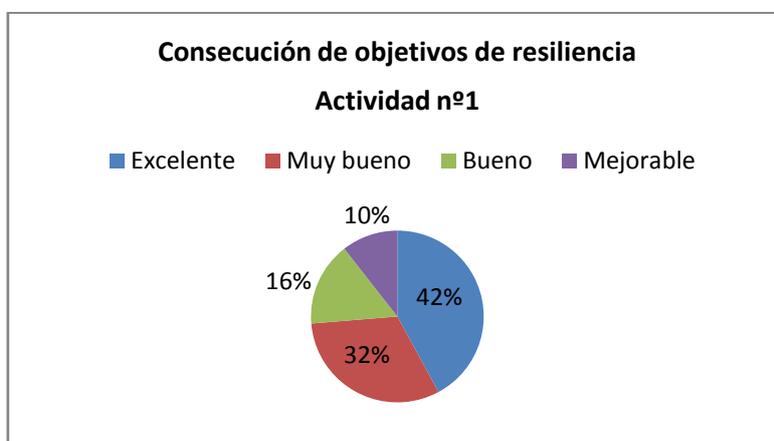


Figura 2. Consecución objetivos de resiliencia actividad 1

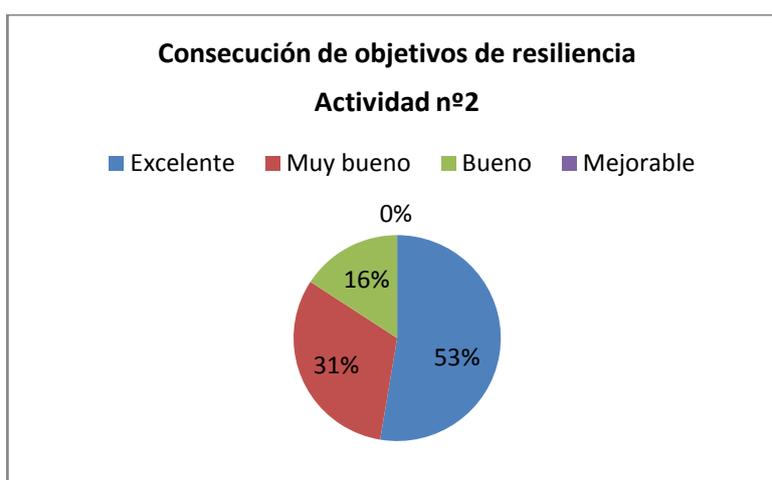


Figura 3. Consecución objetivos de resiliencia actividad 2

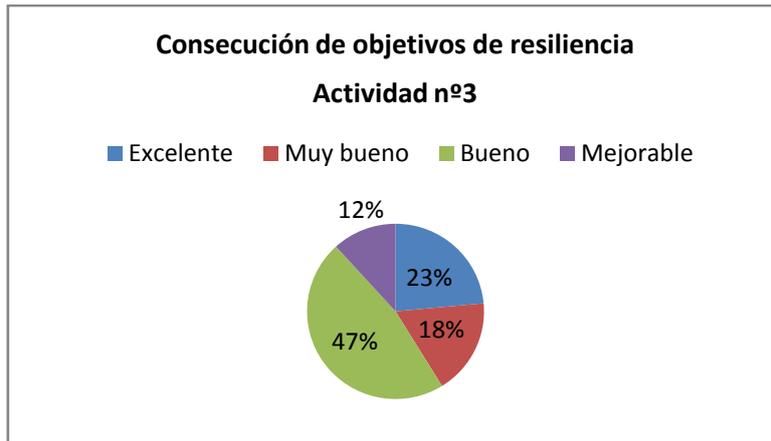


Figura 4. Consecución objetivos de resiliencia actividad 3

Como puede observarse en la Figura 2, los resultados que miden la consecución de objetivos de resiliencia de la actividad 1 (ANEXO 10 : Programa de actividades) muestran que un 42% de los alumnos ha alcanzado un nivel excelente de desarrollo de habilidades resilientes y un 48% ha logrado un nivel bueno o muy bueno. Solo un 10% del alumnado ha obtenido la valoración de mejorable en la consecución de objetivos de esta primera actividad.

La evaluación de la actividad 2 también presenta datos muy significativos (ver Figura 3). Ningún alumno ha obtenido la valoración de mejorable y solo un 16% ha desarrollado un nivel bueno de desarrollo de habilidades resilientes. El 84% restante corresponde al alumnado que ha logrado alcanzar los objetivos de esta actividad con una valoración de excelente o muy bueno.

Por último, la tercera actividad nos aporta datos igualmente positivos (Figura 4), siendo el porcentaje más alto un 47% de alumnos que alcanza los objetivos con un nivel de consecución bueno, seguido de un 23% de alumnos que desarrollan las habilidades resilientes de manera excelente. Un 18% consiguen un grado de desarrollo excelente y un 12% presentan un nivel de consecución de objetivos mejorable.

En cuanto a los trabajos de clase presentados por los alumnos, éstos nos aportan datos muy relevantes que dejan constancia del desarrollo de la inteligencia emocional y de cómo las habilidades resilientes se han ido trabajando durante la realización de dichas actividades.

La primera tarea consistía en que los alumnos elaborasen entrevistas personales por parejas y posteriormente crearan un autorretrato cubista (ANEXO 11: Propuesta de actividad: entrevista personal a un compañero y autorretrato cubista). Las actividades realizadas han sido de gran calidad y muy ajustadas a los que les solicitábamos. Puede consultarse una muestra significativa de los trabajos presentados por los alumnos en el ANEXO 12: muestra de entrevistas realizadas por los alumnos.

En el ANEXO 25: PREGUNTAS Y RESPUESTAS realizadas por los alumnos en la actividad1, pueden consultarse algunos datos extraídos de dicha actividad.

La segunda tarea realizada por los alumnos consistía en elaborar una exposición oral acompañada de un mural creativo sobre la asertividad, la empatía, las emociones o la autoestima. Para finalizar esta actividad proyectábamos dos vídeos sobre el humor ante la situaciones difíciles para debatir sobre el sentido del humor como habilidad resiliente

(ver ANEXO 13: Propuesta de actividad: exposiciones orales y vídeos sobre el humor ante las situaciones difíciles).

Una muestra de los trabajos realizados durante esta actividad puede consultarse en el ANEXO 14: muestra de exposiciones orales y murales realizados por los alumnos.

La última actividad realizada consistía en elaborar un diario personal durante tres días y reflejar en el escrito sus pensamientos y emociones. Además debían realizar una serie de favores a su elección a dos compañeros de clase al azar y dejar constancia en el diario de cómo se habían sentido al hacer los favores y también al recibirlos por parte de otros compañeros (ANEXO 15: Propuesta de actividad: el diario personal).

Una muestra de los trabajos realizados durante esta actividad puede consultarse en el ANEXO16 : muestra de diarios personales realizados por los alumnos.

Por último, los registros anecdóticos que hemos ido rellenando durante las actividades, nos aportan la siguiente información:

- Han surgido algunos conflictos interpersonales, dado que los grupos fueron formados al azar y muchos alumnos tienen problemas personales entre ellos. Pese a las dificultades iniciales, los alumnos han entendido que debían esforzarse en la tarea y sobrellevar las diferencias personales. De hecho, gran parte de ellos ha aprendido a ver lo que era un problema como una oportunidad para intentar solucionar el problema.
- Las reticencias iniciales por parte de algunos alumnos a la hora de trabajar con ciertos compañeros con los que no tenían buena relación, se han superado rápidamente y con relativa facilidad, dando pie al enriquecimiento de las relaciones interpersonales y la mejora generalizada del afecto entre iguales.
- Asimismo, los alumnos se han esforzado por conocerse mejor a sí mismos y a sus compañeros para poder llevar a cabo las tareas solicitadas que requerían un proceso de introspección
- El debate posterior a la proyección de los vídeos nos ha aportado datos relevantes acerca de la opinión del alumnado sobre el sentido del humor como habilidad resiliente. Muchos de ellos han confundido el humor con la burla y otros han considerado que el sentido del humor ante los problemas puede resultar frívolo. Otros alumnos han entendido el desarrollo del sentido del humor como una herramienta que puede ser de ayuda para afrontar los problemas en

lugar de dramatizar y ser pesimista. El debate ha sido muy fructífero e incluso lo hemos retomado en sesiones posteriores bajo demanda del propio alumnado.

- Muchos alumnos han manifestado su interés por seguir escribiendo el diario personal, ya que la experiencia les ha resultado gratificante y, como ellos mismos han comentado, “les ha ayudado a conocerse mejor y a aclarar sus ideas”.
- Los diarios presentados por los alumnos son una muestra de autoconocimiento, creatividad y sentido del humor. Los trabajos reflejan sus pensamientos y emociones ante sucesos de la vida cotidiana. La presentación es muy visual, ya que muchos de ellos se han esforzado en complementar sus diarios con fotografías, dibujos, pegatinas, chistes e incluso *hashtags*
- La creatividad y el sentido del humor han estado presentes durante el desarrollo de todas las actividades.
- Los alumnos han demostrado un gran interés en llevar a cabo los trabajos de manera creativa, nos han preguntado cómo mejorarlos y hacerlos más atractivos y originales. También se han tomado las situaciones diarias y las tareas con humor, resultando el ambiente de clase muy distendido y dando pie a una mejora en las relaciones entre ellos.

Por último, exponemos la valoración global de los aspectos de resiliencia más relevantes recogidos a partir de los datos extraídos de todos los instrumentos de evaluación:

- Los alumnos consideran que la inteligencia emocional y las habilidades resilientes sí pueden trabajarse en clase de lengua, ya que perciben que las actividades integran un componente lingüístico
- Muestran interés por aprender más sobre las emociones y compartirlo con los compañeros.
- Desean seguir realizando tareas relacionadas con la identificación y gestión de los tipos de emociones.
- Disminuye el sentimiento de desconfianza entre compañeros.
- Sienten que pueden recibir apoyo de sus compañeros si se abren a ellos.
- Reconocen ser poco respetuosos, interrumpir y no escuchar con atención; pero entienden que supone un conflicto y que es deseable modificar este tipo de conductas.

- Aprenden a ver la creatividad como una forma de evasión y de reconducir sus pensamientos ante problemas cotidianos.
- Comprenden que deben asumir la responsabilidad ante aquello que dicen o hacen.
- Aprenden a ver el humor como una herramienta para sentirse mejor, evitando dramatizar ante situaciones difíciles.
- Siguen siendo poco optimistas, pero aceptan que el optimismo es una herramienta útil y una perspectiva deseable ante los problemas.
- Muestran preocupación por mejorar las relaciones en la clase. Se dan cuenta de que los conflictos interpersonales deben solucionarse porque perjudican a todo el grupo.
- Desean que sus compañeros les conozcan mejor y se interesan por conocer más al resto de compañeros de clase.

### 3.5.8 Síntesis

Como podemos observar a partir de los datos presentados, los resultados indican niveles muy altos de consecución y porcentajes muy bajos en alumnos que no han alcanzado niveles significativos en dichos objetivos. Absolutamente todos los alumnos del grupo han presentado mejoras en algunas o varias de las habilidades resilientes que el programa de actividades pretendía fomentar. Algunos alumnos han mejorado en unas y otros en otras, pero todos ellos sin excepción han logrado avanzar hacia los objetivos de resiliencia planteados por el proyecto.

Los alumnos se conocen mejor a sí mismos después de haber realizado estas actividades, ya que muchas de ellas les han animado a pensar en quiénes son y cómo se sienten ante determinadas situaciones, fomentando de este modo el descubrimiento de cualidades individuales y la capacidad de introspección.

También han mejorado las relaciones interpersonales y el afecto entre los miembros del grupo, gracias al desarrollo de las habilidades comunicativas impulsado por el planteamiento de las tareas y a que el proyecto ha propiciado un trabajo basado en la comprensión y el respeto entre iguales.

Desde la primera hasta la última actividad hemos notado un gran avance en cuanto a la comunicación en el grupo. Han logrado expresarse mejor y hacerse entender, al tiempo que han desarrollado la capacidad de escucha activa y un verdadero interés por lograr una comunicación efectiva.

Los debates surgidos a raíz de las actividades que se iban planteando, han dado pie al desarrollo de valores morales y a que los alumnos reflexionaran acerca de sus creencias y modos de afrontar diversas situaciones. De este modo, los alumnos han tenido la oportunidad de defender su visión acerca de ciertos temas y han tenido que esforzarse por entender otros puntos de vista diferentes a los suyos. Estas situaciones han beneficiado al grupo y a cada uno de los alumnos, permitiéndoles desarrollar el sentido de autonomía e independencia.

Al finalizar la fase de implementación del proyecto, podemos afirmar que el alumnado ha mejorado sus habilidades resilientes. Han desarrollado notablemente los aspectos de la resiliencia asociados a la moralidad, la introspección, la interacción y el sentido del humor. Asimismo, se ha percibido una mejora significativa en el desarrollo de la creatividad, la autonomía y la independencia.

En definitiva, podemos concluir que las actividades planteadas e implementadas han cumplido satisfactoriamente con los objetivos específicos propuestos es esta segunda fase de diseño e implementación del proyecto de fomento de la resiliencia.

## *3.6 Fase III. Evaluación del proyecto*

### **3.6.1 Objetivos**

Los objetivos específicos establecidos en la fase final del proyecto de fomento de la resiliencia son los siguientes:

- Comprobar si han variado las ideas que tenía el alumnado respecto a la inteligencia emocional y la resiliencia, tras la implementación del proyecto.
- Conocer si los alumnos han desarrollado factores resilientes individuales asociados a la implementación del proyecto.
- Analizar si la implementación del proyecto ha servido para mejorar las relaciones entre alumnos de clase.
- Saber la opinión del alumnado sobre el proyecto implementado.

### **3.6.2 Participantes**

Los participantes en el proyecto son 19 alumnos de la clase de 1º de ESO-C del IES J.B. Porcar de Castellón.

### **3.6.3 Instrumentos de evaluación**

Para evaluar los resultados de la implementación del programa de actividades, nos basaremos en los resultados facilitados por los siguientes instrumentos de evaluación:

- cuestionario de resiliencia (ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia)
- respuestas y comentarios de los alumnos recogidos en la tutoría grupal (ANEXO 22: Transcripción de extractos de las tutorías grupales)
- ficha de evaluación de actividades (ANEXO 17: Ficha de evaluación de actividades)
- encuesta de valoración del proyecto implementado (ANEXO 18 : Muestra de fichas de evaluación final)

### **3.6.4 Procedimiento**

En primer lugar, se entregará de nuevo el cuestionario de resiliencia (ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia) a los alumnos para que lo cumplimenten individualmente. Asimismo, realizarán una encuesta de valoración con respuestas cerradas y abiertas para que podamos conocer su opinión acerca de la unidad didáctica implementada (ANEXO 19 : Encuesta de valoración).

Posteriormente, mantendremos una conversación de unos quince minutos en pequeños grupos para hablar acerca del desarrollo de las actividades y explicarles los resultados de la evaluación. Esta tutoría grupal quedará registrada en formato audio.

Para finalizar, llevaremos a cabo el análisis e interpretación de los datos obtenidos a partir de las respuestas del cuestionario y de las encuestas de valoración, así como de las conversaciones mantenidas con los grupos de alumnos.

### **3.6.5 Análisis de datos**

En primer lugar, presentamos los datos obtenidos mediante el pase del cuestionario de resiliencia (ANEXO 5: Registro de respuestas a cuestionario de resiliencia) y su comparativa con los datos recogidos con este mismo instrumento de evaluación durante la primera fase del proyecto.

A continuación, se agrupan estos datos en una tabla comparativa y se detallan por frecuencias y porcentajes. Luego, representamos los datos obtenidos de la tabla comparativa en unos gráficos de barras que analizan la resiliencia por aspectos concretos, tal y cómo se realizó en la primera fase del proyecto. Y realizamos su análisis descriptivo.

En segundo lugar, se presentan los datos extraídos a partir de las encuestas de valoración (ANEXO 18 : Muestra de fichas de evaluación final) y una muestra importante de aquellas observaciones realizadas por el alumnado durante las tutorías grupales.

Para finalizar, se muestran datos recogidos a partir de las fichas de evaluación de actividades (ANEXO 17: Ficha de evaluación de actividades) que consideramos relevantes para su posterior análisis.

### **3.6.6 Resultados**

En primer lugar, presentamos la comparativa de respuestas entre los cuestionarios pasados al inicio del proyecto y los cuestionarios respondidos por el alumnado tras implementar el proyecto (ANEXO 5: Registro de respuestas a cuestionario de resiliencia). El cuestionario de recogida de datos (ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia) ha sido el mismo que se utilizó como instrumento de evaluación en la primera fase del proyecto.

A continuación, se muestra una tabla de datos (ANEXO 26: Comparativa de respuestas a cuestionarios agrupadas por factores resilientes) que presenta una comparativa de las respuestas del cuestionario antes y después de la implementación del proyecto de

resiliencia. Los datos se presentan por frecuencias y porcentajes asociados a factores de resiliencia específicos.

A partir de la información de la tabla mencionada (ANEXO 26: Comparativa de respuestas a cuestionarios agrupadas por factores resilientes), se han representado los datos en una serie de gráficos de tablas que analizan las respuestas en función de los aspectos resilientes asociados a las mismas.

Como puede observarse en el ANEXO 27: Gráfico de barras: análisis por factores resilientes, cada gráfico corresponde a un factor de resiliencia específico y agrupa todas las respuestas a los ítems del cuestionario que abordan dicho aspecto. Por esta razón, algunas respuestas están contempladas en más de un gráfico a la vez si se encuentran asociadas a más de un aspecto resiliente (ver ANEXO 3: Asociación de ítems del cuestionario con factores resilientes).

En cuanto a los datos del cuestionario que miden la introspección como factor resiliente, de un total de 551 respuestas asociadas a este aspecto de la resiliencia, podemos observar un aumento considerable de los alumnos que se muestran “totalmente de acuerdo” (de 233 a 290 respuestas, aproximadamente un aumento de un 25%). También se aprecia un descenso importante de respuestas de la opción “nada de acuerdo” (de 19 a 6 respuestas).

Los resultados que miden la interacción, muestran un aumento considerable de de los alumnos que se muestran totalmente de acuerdo, así como un descenso relativo de respuestas de la opción nada de acuerdo.

Las respuestas asociadas al desarrollo de la iniciativa como factor resiliente también experimentan un aumento a señalar por parte de los alumnos que responden con la puntuación 1, totalmente de acuerdo. Las respuestas en la opción nada de acuerdo descienden a la mitad.

El aspecto de ideología personal muestra un aumento llamativo de los alumnos que se muestran totalmente de acuerdo, así como un descenso muy importante de respuestas de la opción nada de acuerdo.

Los resultados que miden el sentido del humor, muestran un aumento notable de un de los alumnos que se muestran totalmente de acuerdo, así como un descenso de respuestas a la mitad de la opción nada de acuerdo.

En cuanto a la independencia y a la creatividad, las respuestas apenas muestran variación entre los cuestionarios iniciales y finales.

La encuesta de valoración (ANEXO 19 : Encuesta de valoración) aporta datos similares a los proporcionados por el cuestionario de resiliencia. Como puede observarse en el ANEXO 28: Gráfico de barras: análisis de encuestas de valoración final, la mayor parte de las respuestas asociadas al desarrollo de habilidades resilientes se corresponden con las respuestas “totalmente de acuerdo” o “bastante de acuerdo”. Estas puntuaciones tan altas nos indican que los alumnos, efectivamente, han alcanzado los objetivos esperados al realizar las actividades.

La tutoría grupal nos aporta datos que confirman que el alumnado ha desarrollado sus capacidades resilientes individuales y que la implementación del proyecto ha resultado de gran utilidad para mejorar las relaciones interpersonales entre los miembros del grupo. Asimismo, los alumnos nos transmiten que su visión acerca de la inteligencia emocional y el fomento de la resiliencia ha variado con respecto a las ideas que manifestaron durante la fase inicial del proyecto. Puede consultarse una muestra de las aportaciones realizadas por el alumnado durante las tutorías grupales en el ANEXO 22: Transcripción de extractos de las tutorías grupales.

Finalmente, puede consultarse una muestra de los datos aportados por las fichas finales de evaluación en el ANEXO 18 : Muestra de fichas de evaluación final

### **3.6.7 Síntesis**

Como se puede observar por los resultados analizados a partir de la comparativa de respuestas entre cuestionarios, el alumnado ha mejorado notablemente en aspectos asociados a la resiliencia como son la introspección, la interacción, la iniciativa, la ideología personal y el sentido del humor.

Sin embargo, los resultados obtenidos en cuanto a independencia y creatividad nos llevan a pensar que las actividades planteadas no han incidido especialmente en el desarrollo de estos aspectos en el alumnado.

A modo de conclusión de esta fase, podemos afirmar que el alumnado ha cumplido con los objetivos establecidos por el presente proyecto de fomento de la resiliencia.

La evaluación nos muestra cómo los alumnos han desarrollado satisfactoriamente los

factores resilientes individuales y también cómo han cambiado su forma de pensar respecto la inteligencia emocional.

Además han variado las ideas que tenían respecto a la asignatura de Lengua Castellana y Literatura, a la vez que han adquirido los conocimientos lingüísticos establecidos en los objetivos de las actividades.

Asimismo, podemos afirmar que la implementación del proyecto ha servido para mejorar el autoconocimiento de los alumnos y las relaciones entre alumnos de clase.

## 4. Conclusiones

---

Tras reunir información sobre el alumnado participante en el proyecto durante la primera fase de estancia en prácticas del máster, se observa que los alumnos de la clase de 1º de ESO-C del IES J.B. Porcar presentan la necesidad de desarrollar habilidades resilientes individuales y sociales que contribuyan al desarrollo de la inteligencia emocional, lo que repercutiría positivamente sobre las relaciones interpersonales entre los miembros del grupo de clase.

Cabe resaltar que los alumnos de esta clase destacan por su gran impulsividad, los conflictos interpersonales y la carencia de habilidades sociales básicas. Es evidente que necesitan desarrollar la inteligencia emocional y que hay que aprovechar cualquier oportunidad de trabajo con este grupo para promover la resiliencia

A raíz de las observaciones realizadas, se propone elaborar un programa de actividades que se pueda desarrollar durante las clases de lengua castellana durante el período de prácticas y que incida en los aspectos relacionados con el desarrollo de la resiliencia, sin dejar de lado el componente lingüístico y comunicativo propio de la asignatura.

El siguiente paso es profundizar en los contenidos teóricos de la resiliencia, para enmarcar adecuadamente y sobre una base científica válida el proyecto de fomento de capacidades resilientes que se plantea implementar durante las prácticas del máster.

Tras realizar un recorrido por los principales estudios teóricos de resiliencia y prestando especial atención a las aportaciones del modelo integrador, se presenta la conceptualización de dicho término, así como sus principales características. Se señala cómo se genera la resiliencia y qué factores internos y externos están implicados en el proceso de construcción de la misma.

A partir del estudio de los modelos de desafío y resiliencia, se llega a la conclusión de qué resulta esencial promover el desarrollo de actitudes y aptitudes asociadas a la inteligencia emocional en el alumnado para fomentar así el desarrollo de la resiliencia en su dimensión preventiva. Para lograr dicho objetivo, es necesario elaborar propuestas prácticas a partir de modelos de escuelas resilientes y contar con profesores formados e implicados como profesionales de resiliencia.

Asimismo se ha destacado la importancia de que el currículo educativo contemple expresamente los contenidos de resiliencia e inteligencia emocional como una competencia concreta y que integre contenidos específicos a abordar desde todas las materias que integran el plan de estudios. Como se ha señalado, la legislación educativa actual no contempla de manera específica el trabajo de aspectos socioemocionales en secundaria, quedando a elección de cada centro o docente, en función de sus intereses y capacidades, el trabajar o no estos contenidos. Se concluye que la formación emocional debe estar regulada por la legislación educativa en todas las etapas y ciclos.

A partir de los modelos analizados que aportan propuestas prácticas de resiliencia escolar, se ha diseñado el presente proyecto que se ha desarrollado como se comenta a continuación.

En primer lugar, se ha llevado a cabo la evaluación de contexto inicial, lo que ha permitido conocer las habilidades y capacidades resilientes, así como las creencias respecto a la inteligencia emocional que presentaban los alumnos antes de la implementación del proyecto. A partir del diseño de un cuestionario de evaluación y una entrevista personal, se ha obtenido información relevante para poder analizar qué aspectos de la resiliencia los alumnos deberían mejorar y cómo sería conveniente abordarlos durante las clases.

A continuación y a partir de los datos obtenidos en la fase inicial del proyecto, se ha elaborado un programa de actividades orientado al desarrollo específico de las habilidades y capacidades resilientes para poner en práctica a modo de unidad didáctica durante las clases de lengua castellana. Dichas actividades tienen objetivos y contenidos tanto de la asignatura de lengua, como de resiliencia e inteligencia emocional y también han aportado datos de gran importancia que han sido recogidos a partir de instrumentos de evaluación diseñados para este fin.

Por último, la fase final del proyecto ha consistido en evaluar el programa implementado para establecer si se ha desarrollado con éxito. Mediante un cuestionario específico, una tutoría por grupos y encuestas de valoración, los alumnos han reflejado la adecuada consecución de objetivos del proyecto.

Así pues, los resultados obtenidos en las diferentes fases del proyecto y la evaluación final de todo el proceso, aportan datos suficientes y válidos que demuestran que se han alcanzado los objetivos establecidos inicialmente. Por ello se puede afirmar que el

proyecto se ha desarrollado satisfactoriamente y que los alumnos efectivamente han mejorado sus capacidades y habilidades resilientes.

Por último, hay que tener en cuenta que el centro en que se ha implementado este proyecto cuenta con un profesor de lengua especialmente implicado en la formación emocional del alumnado y que en sus clases se trabaja más allá de los contenidos estrictamente lingüísticos de la asignatura, abordando aspectos relacionados con las emociones y los valores. Por ello, se considera que el trabajo impulsado a partir de este proyecto puede continuar en el tiempo, gracias a la implicación e interés manifestado por el profesor de lengua y con el apoyo de la orientadora del centro, logrando que este grupo de alumnos continúe el trabajo comenzado y sigan avanzando en el desarrollo de la inteligencia emocional y la resiliencia.

Para dar continuidad a la propuesta impulsada por el presente proyecto, se propone también la ampliación de este estudio con una muestra mayor y representativa de alumnos de secundaria, mayor número de todos los cursos, de otros centros e incluso de otras ciudades.

De este modo, el proyecto presentado que ha demostrado su eficacia como programa de fomento de la resiliencia escolar, podrá resultar de gran utilidad al ser desarrollado con otros alumnos que también podrán mejorar sus habilidades y capacidades resilientes mientras trabajan contenidos específicos de la asignatura de lengua castellana.

## 5. Bibliografía

---

BACH, E. y DARDER, P. (2002). *Sedúctete para seducir. Vivir y educar las emociones*. Barcelona: Paidós.

CYRULNIK, B. (2009): *La resiliencia o la capacidad humana de superar pérdidas, crisis, adversidades o traumas*. Institut Français. Madrid, 18 de Marzo de 2009.

CYRULNIK, B. (1999): *Un merveilleux malheur*. París: Odile Jacob.

FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. y EXTREMERA, N. (2002): *La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela*. Revista Iberoamericana de Educación, nº. 29

GROTBERG, E. (1995): *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit, The international Resilience Project*. La Haya: Bernard Van Leer.

HENDERSON N. y MILSTEIN M. (2003): *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.

WOLIN, S. J. y WOLIN, S. (1993): *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Nueva York: Villard Books

GARCÍA-RENEDO, M., MATEU, R. y GIL, J.M. (2010): Seminario: *¿Hacia una escuela resiliente? Resiliencia y Duelo en el contexto educativo*. Bloque III: Modelo de escuela resiliente. La inteligencia emocional. Castellón, Junio 2010.

GARCÍA-RENEDO, M., MATEU, R., FLORES, R., y GIL, J.M. (2013): *La resiliencia y el duelo en contextos educativos*. Castelló de la Plana: Publicacions de la UJI.

GARCÍA-RENEDO, M., MATEU, R. y GIL, J.M. (2009): *¿Hacia una escuela resiliente?: Un estudio a través del profesorado de Educación Infantil y Primaria*. Tesis de master. Universitat Jaume I.

RUTTER, M. (1979): *Protective factors in children's responses to stress and disadvantages*, en M. Kenty y J. E. Rolf (Eds.), *Primary prevention of psychopathology*, 3, 49- 74. Hanover, NH: University Press of England. Rutter, M. (1985): «Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder», *British Journal of Psychiatric*, 147, 598-611.

RUTTER, M. (1991): *Some conceptual considerations*. Presented at the Fostering resilience Conference. Washington. D.C: Institute for Mental Health Initiatives.

RUTTER, M. (1993): *Resilience: Some conceptual considerations*, *Journal of Adolescent Health*, 14 (8), 626-631

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (BOE 10/12/2013)

DECRETO 87/2015, de 5 de junio, del Consell, por el que establece el currículo y desarrolla la ordenación general de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunitat Valenciana. [2015/5410].

# ***ANEXOS***

# Índice de anexos

---

<b>LISTA DE ANEXOS</b>	<b>Página</b>
ANEXO 1: Objetivos de lengua castellana	52
ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia	54
ANEXO 3: Asociación de ítems del cuestionario con factores resilientes	56
ANEXO 4: Entrevista personal	57
ANEXO 5: Registro de respuestas a cuestionario de resiliencia	58
ANEXO 6: Registro de observación del alumnado	63
ANEXO 7: Muestra de registros de observación del alumnado	65
ANEXO 8 : Registro anecdótico	66
ANEXO 9: Muestra de registro anecdótico	67
ANEXO 10 : Programa de actividades	68
ANEXO 11: Propuesta de actividad: entrevista personal a un compañero y autorretrato cubista	85
ANEXO 12: muestra de entrevistas realizadas por los alumnos	88
ANEXO 13: Propuesta de actividad: exposiciones orales y vídeos sobre el humor ante las situaciones difíciles	90
ANEXO 14: muestra de exposiciones orales y murales realizados por los alumnos	94
ANEXO 15: Propuesta de actividad: el diario personal	95
ANEXO16 : muestra de diarios personales realizados por los alumnos	97
ANEXO 17: Ficha de evaluación de actividades	99
ANEXO 18 : Muestra de fichas de evaluación final	100
ANEXO 19 : Encuesta de valoración	101
ANEXO 20: Muestra de respuestas de la encuesta de valoración	103
ANEXO 21: Muestra de fichas de evaluación final	104
ANEXO 22: Transcripción de extractos de las tutorías grupales	105
ANEXO 23: Modelo integrador de resiliencia (Mateu, Gil, García, 2009) (1) Cyrulnik (2009).	107
ANEXO 24: Mandala de resiliencia de Wolin y Wolin (1993)	108
ANEXO 25: PREGUNTAS Y RESPUESTAS realizadas por los alumnos en la actividad1	109
ANEXO 26: Comparativa de respuestas a cuestionarios agrupadas por factores resilientes	110
ANEXO 27: Gráfico de barras: análisis por factores resilientes	111
ANEXO 28: Gráfico de barras: análisis de encuestas de valoración final	115

## *ANEXO 1: Objetivos de lengua castellana*

El objetivo general del proyecto que se presenta es fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional y promover la resiliencia en el alumnado de secundaria, al tiempo que se abordan los contenidos propiamente lingüísticos establecidos por el currículo vigente de secundaria para la materia de lengua castellana (Decreto 87/2015, de 5 de junio).

En cuanto a los objetivos relacionados con la asignatura de lengua castellana, las actividades planteadas están orientadas a desarrollar la competencia comunicativa del alumnado, así como a aportarle herramientas y conocimientos necesarios para desenvolverse satisfactoriamente en cualquier situación comunicativa de la vida académica, familiar y social.

### OBJETIVOS DE LA EVALUACIÓN INICIAL

- Conocer las ideas que tiene el alumnado respecto a la asignatura de Lengua Castellana y Literatura.

### OBJETIVOS DE LAS ACTIVIDADES DEL PROYECTO

Los objetivos de la asignatura de Lengua Castellana y Literatura de 1º de ESO que se abordan en las actividades de este proyecto son los siguientes:

- Conocer la entrevista, sus partes y características, como ejemplo de diálogo planificado.
- Llevar a cabo una entrevista personal a un compañero imitando un texto modelo y transcribirla.
- Emplear correctamente los signos de interrogación, exclamación, puntos, comas y mayúsculas.
- Emplear el lenguaje conversacional.
- Producir textos escritos usando estrategias lingüísticas verbales y no verbales.
- Aprender a hablar en público, en situaciones formales e informales, de forma individual y en grupo.
- Intervenir y valorar la participación en actos comunicativos orales.
- Interpretar y valorar aspectos concretos del contenido y de la estructura de textos expositivos.
- Observar y analizar las intervenciones orales de otros compañeros.
- Utilizar, de forma autónoma, diversas fuentes de información integrando los conocimientos adquiridos en las exposiciones orales.

- Realizar murales creativos que sirvan de apoyo visual a las exposiciones orales.
- Realizar actividades en grupo llegando a conclusiones que puedan ser aceptadas por todos.
- Escribir un texto narrativo (diario) siguiendo un texto modelo.
- Identificar la estructura textual de la narración y los mecanismos lingüísticos que la diferencian, aplicando los conocimientos adquiridos en la producción de textos propios.
- Descubrir situaciones humanas y su reflejo lingüístico.

#### OBJETIVOS DE LA EVALUACIÓN FINAL

- Comprobar si han variado las ideas que tenía el alumnado respecto a la asignatura de Lengua Castellana y Literatura tras la implementación del proyecto.
- Evaluar si los alumnos han adquirido los conocimientos lingüísticos establecidos en los objetivos, tras la implementación del proyecto.

ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia

## CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE RESILIENCIA

A continuación, vas a realizar un cuestionario anónimo sobre tu forma de ser, de pensar y de actuar.

Lee las siguientes declaraciones y rodea el número que mejor indica tus sentimientos sobre cada declaración.

No existen respuestas buenas o malas, elige la opción con la que mejor te identifiques. Si tienes alguna duda, puedes preguntar a la profesora.

Al final del cuestionario tienes espacio para hacer las observaciones que desees.

**Iniciales de tu nombre y apellidos:**

**Fecha de nacimiento:**

**Color favorito:**

Declaración		¿Estás de acuerdo?			
					
		TOTALMENTE	BASTANTE	UN POCO	NADA
1	Yo estoy seguro de quién soy y conozco bien mi forma de sentir y pensar	1	2	3	4
2	Yo soy capaz de identificar las diferentes emociones cuando las siento yo o los demás	1	2	3	4
3	Yo puedo manejar las emociones sin dejar que me desborden	1	2	3	4
4	Yo soy capaz de intuir que un compañero, amigo o familiar está teniendo un problema en casa o en el instituto	1	2	3	4
5	Yo tengo compañeros en el instituto que me sirven de apoyo en momentos difíciles	1	2	3	4
6	Yo tengo profesores que me sirven de apoyo en momentos difíciles	1	2	3	4
7	Yo tengo familiares y amigos que me sirven de apoyo en momentos difíciles	1	2	3	4
8	Yo puedo buscar a personas que me ayuden si lo necesito	1	2	3	4
9	Yo soy capaz de ponerme en el lugar del otro sin juzgarle	1	2	3	4
10	Yo soy capaz de ayudar a otros cuando siento que necesitan mi apoyo	1	2	3	4
11	Yo me siento querido y valorado por mis compañeros del instituto	1	2	3	4
12	Yo me siento querido y valorado por mis profesores	1	2	3	4
13	Yo tengo facilidad para hacer nuevos amigos	1	2	3	4
14	Yo soy capaz de llevarme bien con la mayoría de personas que conozco	1	2	3	4
15	Yo soy respetuoso con los demás	1	2	3	4
16	Yo tengo aficiones creativas como escribir, pintar, bailar, cantar, dibujar, hacer manualidades...				
17	Yo creo que estos hobbies me ayudan a desconectar de situaciones difíciles o estresantes	1	2	3	4

18	Yo soy capaz de distinguir entre lo que es bueno y malo para mí	1	2	3	4
19	Yo tengo mis propias ideas que pueden ser diferentes de las de mis padres y amigos	1	2	3	4
20	Yo soy capaz de sentir compasión y empatía hacia los demás	1	2	3	4
21	Yo soy feliz cuando hago cosas buenas por los demás	1	2	3	4
22	Yo estoy dispuesto a responsabilizarme de las cosas que decido hacer o decir	1	2	3	4
23	Yo tengo personas que me enseñan por medio de su conducta la manera correcta de actuar	1	2	3	4
24	Yo soy capaz de reírme de mí mismo	1	2	3	4
25	Yo me considero una persona alegre y con buen humor	1	2	3	4
26	Yo soy capaz de tomarme con humor las situaciones difíciles	1	2	3	4
27	Yo soy optimista aunque a veces las cosas no salgan como esperaba	1	2	3	4
28	Yo estoy convencido de que las cosas acabarán saliendo bien	1	2	3	4
29	Me gustaría aprender más sobre las emociones en clase	1	2	3	4
30	Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	1	2	3	4
31	Me gustaría que todos en mi clase nos lleváramos mejor	1	2	3	4
32	Me gustaría conocer mejor a mis compañeros de clase	1	2	3	4
33	Me gustaría escribir textos que me ayuden a conocerme mejor a mí mismo/a	1	2	3	4
34	Me gustaría aprender a decir que no sin sentirme mal	1	2	3	4
35	Me gustaría realizar actividades creativas que me ayuden a aprender	1	2	3	4
36	Me gustaría aprender a resolver un problema de diferentes maneras	1	2	3	4
37	Me gustaría que, todos los días, mis compañeros de clase hicieran algo bueno por mí	1	2	3	4
38	Me gustaría aprender a defender mis ideas respetando las de los demás	1	2	3	4
39	Me gustaría aprender a escuchar activamente, sin interrumpir	1	2	3	4
40	Me gustaría aprender a reírme más de mí mismo/a y de mis problemas	1	2	3	4

### Observaciones

*ANEXO 3: Asociación de ítems del cuestionario con factores resilientes*

<b>Aspecto de la resiliencia</b>	<b>ÍTEMS del cuestionario relacionados</b>
<b>Introspección</b>	1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39 y 40
<b>Independencia</b>	8, 9, 13, 18, 19, 33, 34, 36, 38, 39 y 40
<b>Interacción</b>	2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 20, 21, 22, 23, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40
<b>Iniciativa</b>	3, 8, 10, 13, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40
<b>Creatividad</b>	16, 17, 35, 36, 38 y 40
<b>Ideología personal</b>	1, 8, 9, 10, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40
<b>Sentido del humor</b>	24, 25, 26, 27, 28, 31, 35, 36, 38 y 40

## **ENTREVISTA PERSONAL Análisis de la resiliencia en el contexto escolar**

Entrevista individual nº	Nombre:	Fecha:
--------------------------	---------	--------

1. Las leyes educativas establecen que, durante la ESO, se debe facilitar a los alumnos las herramientas necesarias que les permitan una FORMACIÓN PARA LA VIDA.

a/¿Qué significa esto para ti?

b/¿Crees que en el instituto te estás formando para la vida? ¿Cómo?

2. ¿Dónde o cómo crees que puedes aprender más sobre las emociones, los valores y a relacionarte mejor con los demás?

3. El objetivo de la asignatura de Lengua es...

4. Practicar la escritura me sirve para...

5. ¿Crees que, para el tiempo que pasáis juntos, conoces bien a tus compañeros de clase?

6. ¿Crees que te conoces bien a ti mismo/a?

7. Yo soy una persona...

8. Me gustaría ser una persona más o menos...

OTRAS OBSERVACIONES:

\*Las preguntas de la entrevista abordan principalmente las creencias del alumnado acerca de la inteligencia emocional, así como las ideas preconcebidas sobre qué contenidos pueden abordarse o no en las clases del instituto. Asimismo, fomentan la capacidad resiliente de la introspección.

## ANEXO 5: Registro de respuestas a cuestionario de resiliencia

RESPUESTAS CUESTIONARIOS INICIALES				
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
1	Yo estoy seguro de quién soy y conozco bien mi forma de sentir y pensar	Totalmente	11	57,89
		Bastante	7	36,84
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
2	Yo soy capaz de identificar las diferentes emociones cuando las siento yo o los demás	Totalmente	3	15,79
		Bastante	11	57,89
		Un poco	5	26,32
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
3	Yo puedo manejar las emociones sin dejar que me desborden	Totalmente	3	15,79
		Bastante	5	26,32
		Un poco	8	42,11
		Nada	3	15,79
Aspectos resiliencia	Introspección, Iniciativa	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
4	Yo soy capaz de intuir que un compañero, amigo o familiar está teniendo un problema en casa o en el instituto	Totalmente	11	57,89
		Bastante	8	42,11
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
5	Yo tengo compañeros en el instituto que me sirven de apoyo en momentos difíciles	Totalmente	10	52,63
		Bastante	8	42,11
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00

RESPUESTAS CUESTIONARIOS FINALES				
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
1	Yo estoy seguro de quién soy y conozco bien mi forma de sentir y pensar	Totalmente	13	68,42
		Bastante	6	31,58
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
2	Yo soy capaz de identificar las diferentes emociones cuando las siento yo o los demás	Totalmente	8	42,11
		Bastante	10	52,63
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
3	Yo puedo manejar las emociones sin dejar que me desborden	Totalmente	4	21,05
		Bastante	7	36,84
		Un poco	7	36,84
		Nada	1	5,26
Aspectos resiliencia	Introspección, Iniciativa	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
4	Yo soy capaz de intuir que un compañero, amigo o familiar está teniendo un problema en casa o en el instituto	Totalmente	11	57,89
		Bastante	8	42,11
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
5	Yo tengo compañeros en el instituto que me sirven de apoyo en momentos difíciles	Totalmente	12	63,16
		Bastante	6	31,58
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
6	Yo tengo profesores que me sirven de apoyo en momentos difíciles	Totalmente	1	5,26
		Bastante	5	26,32
		Un poco	10	52,63
		Nada	3	15,79
Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
6	Yo tengo profesores que me sirven de apoyo en momentos difíciles	Totalmente	3	15,79
		Bastante	2	10,53
		Un poco	12	63,16
		Nada	2	10,53
Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
7	Yo tengo familiares y amigos que me sirven de apoyo en momentos difíciles	Totalmente	14	73,68
		Bastante	5	26,32
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
7	Yo tengo familiares y amigos que me sirven de apoyo en momentos difíciles	Totalmente	14	73,68
		Bastante	5	26,32
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
8	Yo puedo buscar a personas que me ayuden si lo necesito	Totalmente	11	57,89
		Bastante	7	36,84
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Interacción, Independencia, Iniciativa	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
8	Yo puedo buscar a personas que me ayuden si lo necesito	Totalmente	12	63,16
		Bastante	5	26,32
		Un poco	2	10,53
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Interacción, Independencia, Iniciativa	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
9	Yo soy capaz de ponerme en el lugar del otro sin juzgarle	Totalmente	5	26,32
		Bastante	8	42,11
		Un poco	5	26,32
		Nada	1	5,26
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Interacción, Independencia	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
9	Yo soy capaz de ponerme en el lugar del otro sin juzgarle	Totalmente	8	42,11
		Bastante	8	42,11
		Un poco	3	15,79
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Interacción, Independencia	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
10	Yo soy capaz de ayudar a otros cuando siento que necesitan mi apoyo	Totalmente	12	63,16
		Bastante	5	26,32
		Un poco	2	10,53
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Interacción, Iniciativa	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
10	Yo soy capaz de ayudar a otros cuando siento que necesitan mi apoyo	Totalmente	12	63,16
		Bastante	6	31,58
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Interacción, Iniciativa	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
11	Yo me siento querido y valorado por mis compañeros del instituto	Totalmente	2	10,53	11	Yo me siento querido y valorado por mis compañeros del instituto	Totalmente	11	57,89
		Bastante	14	73,68			Bastante	5	26,32
		Un poco	1	5,26			Un poco	3	15,79
		Nada	2	10,53			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
12	Yo me siento querido y valorado por mis profesores	Totalmente	1	5,26	12	Yo me siento querido y valorado por mis profesores	Totalmente	3	15,79
		Bastante	7	36,84			Bastante	9	47,37
		Un poco	9	47,37			Un poco	6	31,58
		Nada	2	10,53			Nada	1	5,26
Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
13	Yo tengo facilidad para hacer nuevos amigos	Totalmente	7	36,84	13	Yo tengo facilidad para hacer nuevos amigos	Totalmente	6	31,58
		Bastante	6	31,58			Bastante	7	36,84
		Un poco	5	26,32			Un poco	6	31,58
		Nada	1	5,26			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción, Independencia, Iniciativa	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Interacción, Independencia, Iniciativa	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
14	Yo soy capaz de llevarme bien con la mayoría de personas que conozco	Totalmente	9	47,37	14	Yo soy capaz de llevarme bien con la mayoría de personas que conozco	Totalmente	9	47,37
		Bastante	8	42,11			Bastante	9	47,37
		Un poco	2	10,53			Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Interacción	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
15	Yo soy respetuoso con los demás	Totalmente	6	31,58	15	Yo soy respetuoso con los demás	Totalmente	7	36,84
		Bastante	9	47,37			Bastante	11	57,89
		Un poco	4	21,05			Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Interacción, Ideología personal	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Interacción, Ideología personal	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
16	Yo tengo aficiones creativas como escribir, pintar, bailar, cantar, dibujar, hacer manualidades...	Totalmente	11	57,89	16	Yo tengo aficiones creativas como escribir, pintar, bailar, cantar, dibujar, hacer manualidades...	Totalmente	11	57,89
		Bastante	3	15,79			Bastante	3	15,79
		Un poco	2	10,53			Un poco	2	10,53
		Nada	3	15,79			Nada	3	15,79
Aspectos resiliencia	Creatividad	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Creatividad	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
17	Yo creo que estos hobbies me ayudan a desconectar de situaciones difíciles o estresantes	Totalmente	11	57,89	17	Yo creo que estos hobbies me ayudan a desconectar de situaciones difíciles o estresantes	Totalmente	11	57,89
		Bastante	3	15,79			Bastante	5	26,32
		Un poco	2	10,53			Un poco	3	15,79
		Nada	3	15,79			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Creatividad, Ideología personal	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Creatividad, Ideología personal	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
18	Yo soy capaz de distinguir entre lo que es bueno y malo para mí	Totalmente	3	15,79	18	Yo soy capaz de distinguir entre lo que es bueno y malo para mí	Totalmente	2	10,53
		Bastante	12	63,16			Bastante	13	68,42
		Un poco	4	21,05			Un poco	4	21,05
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Independencia	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Independencia	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
19	Yo tengo mis propias ideas que pueden ser diferentes de las de mis padres y amigos	Totalmente	10	52,63	19	Yo tengo mis propias ideas que pueden ser diferentes de las de mis padres y amigos	Totalmente	9	47,37
		Bastante	9	47,37			Bastante	10	52,63
		Un poco	0	0,00			Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Independencia, Ideología personal	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Independencia, Ideología personal	TOTAL	19	100,00
Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
20	Yo soy capaz de sentir compasión y empatía hacia los demás	Totalmente	10	52,63	20	Yo soy capaz de sentir compasión y empatía hacia los demás	Totalmente	13	68,42
		Bastante	8	42,11			Bastante	6	31,58
		Un poco	1	5,26			Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Interacción, Ideología personal	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Interacción, Ideología personal	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
21	Yo soy feliz cuando hago cosas buenas por los demás	Totalmente	14	73,68
		Bastante	4	21,05
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Interacción, Ideología personal</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
21	Yo soy feliz cuando hago cosas buenas por los demás	Totalmente	14	73,68
		Bastante	4	21,05
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Interacción, Ideología personal</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
22	Yo estoy dispuesto a responsabilizarme de las cosas que decido hacer o decir	Totalmente	10	52,63
		Bastante	8	42,11
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Interacción, Ideología personal, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
22	Yo estoy dispuesto a responsabilizarme de las cosas que decido hacer o decir	Totalmente	15	78,95
		Bastante	4	21,05
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Interacción, Ideología personal, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
23	Yo tengo personas que me enseñan por medio de su conducta la manera correcta de actuar	Totalmente	9	47,37
		Bastante	7	36,84
		Un poco	3	15,79
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Interacción, Ideología personal</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
23	Yo tengo personas que me enseñan por medio de su conducta la manera correcta de actuar	Totalmente	9	47,37
		Bastante	8	42,11
		Un poco	2	10,53
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Interacción, Ideología personal</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
24	Yo soy capaz de reirme de mí mismo	Totalmente	14	73,68
		Bastante	5	26,32
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
24	Yo soy capaz de reirme de mí mismo	Totalmente	16	84,21
		Bastante	3	15,79
		Un poco	0	0,00
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
25	Yo me considero una persona alegre y con buen humor	Totalmente	10	52,63
		Bastante	6	31,58
		Un poco	3	15,79
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
25	Yo me considero una persona alegre y con buen humor	Totalmente	11	57,89
		Bastante	7	36,84
		Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
26	Yo soy capaz de tomarme con humor las situaciones difíciles	Totalmente	4	21,05
		Bastante	9	47,37
		Un poco	4	21,05
		Nada	2	10,53
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
26	Yo soy capaz de tomarme con humor las situaciones difíciles	Totalmente	6	31,58
		Bastante	8	42,11
		Un poco	4	21,05
		Nada	1	5,26
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
27	Yo soy optimista aunque a veces las cosas no salgan como esperaba	Totalmente	5	26,32
		Bastante	9	47,37
		Un poco	4	21,05
		Nada	1	5,26
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
27	Yo soy optimista aunque a veces las cosas no salgan como esperaba	Totalmente	8	42,11
		Bastante	9	47,37
		Un poco	1	5,26
		Nada	1	5,26
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
28	Yo estoy convencido de que las cosas acabarán saliendo bien	Totalmente	6	31,58
		Bastante	6	31,58
		Un poco	7	36,84
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
28	Yo estoy convencido de que las cosas acabarán saliendo bien	Totalmente	9	47,37
		Bastante	5	26,32
		Un poco	5	26,32
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
29	Me gustaría aprender más sobre las emociones en clase	Totalmente	4	21,05
		Bastante	8	42,11
		Un poco	7	36,84
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
29	Me gustaría aprender más sobre las emociones en clase	Totalmente	9	47,37
		Bastante	8	42,11
		Un poco	2	10,53
		Nada	0	0,00
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Introspección, Ideología personal</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
30	Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	Totalmente	12	63,16
		Bastante	3	15,79
		Un poco	3	15,79
		Nada	1	5,26
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Interacción, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
30	Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	Totalmente	15	78,95
		Bastante	1	5,26
		Un poco	2	10,53
		Nada	1	5,26
<b>Aspectos resiliencia</b>	<b>Interacción, Iniciativa</b>	TOTAL	19	100,00

Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	Número	Pregunta	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
30	Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	Totalmente	12	63,16	30	Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	Totalmente	15	78,95
		Bastante	3	15,79			Bastante	1	5,26
		Un poco	3	15,79			Un poco	2	10,53
		Nada	1	5,26			Nada	1	5,26
Aspectos resiliencia	Interacción, Iniciativa	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Interacción, Iniciativa	TOTAL	19	100,00
31	Me gustaría que todos en mi clase nos lleváramos mejor	Totalmente	11	57,89	31	Me gustaría que todos en mi clase nos lleváramos mejor	Totalmente	15	78,95
		Bastante	5	26,32			Bastante	3	15,79
		Un poco	3	15,79			Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa, Interacción	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Sentido del humor, Iniciativa, Interacción	TOTAL	19	100,00
32	Me gustaría conocer mejor a mis compañeros de clase	Totalmente	8	42,11	32	Me gustaría conocer mejor a mis compañeros de clase	Totalmente	8	42,11
		Bastante	6	31,58			Bastante	9	47,37
		Un poco	4	21,05			Un poco	2	10,53
		Nada	1	5,26			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Ideología personal, Iniciativa, Interacción	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Ideología personal, Iniciativa, Interacción	TOTAL	19	100,00
33	Me gustaría escribir textos que me ayuden a conocerme mejor a mí misma	Totalmente	9	47,37	33	Me gustaría escribir textos que me ayuden a conocerme mejor a mí misma	Totalmente	11	57,89
		Bastante	5	26,32			Bastante	6	31,58
		Un poco	2	10,53			Un poco	1	5,26
		Nada	3	15,79			Nada	1	5,26
Aspectos resiliencia	Introspección, Independencia, Ideología personal	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Independencia, Ideología personal	TOTAL	19	100,00
34	Me gustaría aprender a decir que no sin sentirme mal	Totalmente	10	52,63	34	Me gustaría aprender a decir que no sin sentirme mal	Totalmente	10	52,63
		Bastante	7	36,84			Bastante	8	42,11
		Un poco	2	10,53			Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia	TOTAL	19	100,00
35	Me gustaría realizar actividades creativas que me ayuden a aprender	Totalmente	10	52,63	35	Me gustaría realizar actividades creativas que me ayuden a aprender	Totalmente	11	57,89
		Bastante	6	31,58			Bastante	7	36,84
		Un poco	3	15,79			Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Creatividad, Sentido del humor	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Creatividad, Sentido del humor	TOTAL	19	100,00
36	Me gustaría aprender a resolver un problema de diferentes maneras	Totalmente	9	47,37	36	Me gustaría aprender a resolver un problema de diferentes maneras	Totalmente	8	42,11
		Bastante	6	31,58			Bastante	7	36,84
		Un poco	3	15,79			Un poco	4	21,05
		Nada	1	5,26			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia, Sentido del humor, Creatividad	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia, Sentido del humor, Creatividad	TOTAL	19	100,00
37	Me gustaría que, todos los días, mis compañeros de clase hicieran algo bueno por mí	Totalmente	12	63,16	37	Me gustaría que, todos los días, mis compañeros de clase hicieran algo bueno por mí	Totalmente	17	89,47
		Bastante	6	31,58			Bastante	1	5,26
		Un poco	1	5,26			Un poco	1	5,26
		Nada	0	0,00			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción	TOTAL	19	100,00
38	Me gustaría aprender a defender mis ideas respetando las de los demás	Totalmente	9	47,37	38	Me gustaría aprender a defender mis ideas respetando las de los demás	Totalmente	10	52,63
		Bastante	9	47,37			Bastante	8	42,11
		Un poco	0	0,00			Un poco	1	5,26
		Nada	1	5,26			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia, Sentido del humor, Creatividad	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia, Sentido del humor, Creatividad	TOTAL	19	100,00
39	Me gustaría aprender a escuchar activamente, sin interrumpir	Totalmente	10	52,63	39	Me gustaría aprender a escuchar activamente, sin interrumpir	Totalmente	14	73,68
		Bastante	5	26,32			Bastante	5	26,32
		Un poco	3	15,79			Un poco	0	0,00
		Nada	1	5,26			Nada	0	0,00
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia	TOTAL	19	100,00
40	Me gustaría aprender a reírme más de mí misma y de mis problemas	Totalmente	7	36,84	40	Me gustaría aprender a reírme más de mí misma y de mis problemas	Totalmente	7	36,84
		Bastante	5	26,32			Bastante	5	26,32
		Un poco	6	31,58			Un poco	6	31,58
		Nada	1	5,26			Nada	1	5,26
Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia, Sentido del humor, Creatividad	TOTAL	19	100,00	Aspectos resiliencia	Introspección, Ideología personal, Iniciativa, Interacción, Independencia, Sentido del humor, Creatividad	TOTAL	19	100,00

**RESPUESTAS CUESTIONARIOS INICIALES AGRUPADAS POR FACTORES RESILIENTES**

ASPECTO	Ítems del cuestionario asociados	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Introspección	1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	233	42,29
		Bastante	208	37,75
		Un poco	91	16,52
		Nada	19	3,45
		TOTAL	551	100,00
Independencia	8, 9, 13, 18, 19, 33, 34, 36, 38, 39 y 40	Totalmente	90	43,06
		Bastante	79	37,80
		Un poco	31	14,83
		Nada	9	4,31
		TOTAL	209	100,00
Interacción	2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 20, 21, 22, 23, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	223	45,14
		Bastante	180	36,44
		Un poco	76	15,38
		Nada	15	3,04
		TOTAL	494	100,00
Iniciativa	3, 8, 10, 13, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	146	45,20
		Bastante	107	33,13
		Un poco	57	17,65
		Nada	13	4,02
		TOTAL	323	100,00
Creatividad	16, 17, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	57	50,00
		Bastante	32	28,07
		Un poco	16	14,04
		Nada	9	7,89
		TOTAL	114	100,00
Ideología personal	1, 8, 9, 10, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40	Totalmente	240	46,78
		Bastante	184	35,87
		Un poco	74	14,42
		Nada	15	2,92
		TOTAL	513	100,00
Sentido del humor	24, 25, 26, 27, 28, 31, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	85	44,74
		Bastante	66	34,74
		Un poco	33	17,37
		Nada	6	3,16
		TOTAL	190	100,00

**RESPUESTAS CUESTIONARIOS FINALES AGRUPADAS POR FACTORES RESILIENTES**

ASPECTO	Ítems del cuestionario asociados	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Introspección	1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	290	52,63
		Bastante	192	34,85
		Un poco	63	11,43
		Nada	6	1,09
		TOTAL	551	100,00
Independencia	8, 9, 13, 18, 19, 33, 34, 36, 38, 39 y 40	Totalmente	97	46,41
		Bastante	82	39,23
		Un poco	28	13,40
		Nada	2	0,96
		TOTAL	209	100,00
Interacción	2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 20, 21, 22, 23, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	271	54,86
		Bastante	160	32,39
		Un poco	58	11,74
		Nada	5	1,01
		TOTAL	494	100,00
Iniciativa	3, 8, 10, 13, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	176	54,49
		Bastante	98	30,34
		Un poco	44	13,62
		Nada	5	1,55
		TOTAL	323	100,00
Creatividad	16, 17, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	58	50,88
		Bastante	35	30,70
		Un poco	17	14,91
		Nada	4	3,51
		TOTAL	114	100,00
Ideología personal	1, 8, 9, 10, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40	Totalmente	284	55,36
		Bastante	178	34,70
		Un poco	47	9,16
		Nada	4	0,78
		TOTAL	513	100,00
Sentido del humor	24, 25, 26, 27, 28, 31, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	101	53,16
		Bastante	62	32,63
		Un poco	24	12,63
		Nada	3	1,58
		TOTAL	190	100,00

Declaración del cuestionario	Observación realizada
ÍTEM 1 Yo estoy seguro de quién soy y conozco bien mi forma de sentir y pensar	Es verdad que me conozco perfectamente bien a mí misma pero, a veces, me cuesta bastante.
ÍTEM 5 Yo tengo compañeros en el instituto que me sirven de apoyo en momentos difíciles	Dos compañeras de clase a veces y otras personas que no son de clase.
ÍTEM 26 Yo soy capaz de tomarme con humor las situaciones difíciles	Soy capaz de tomarme con humor las situaciones difíciles pero, a veces, me cuesta.
ÍTEM 28 Yo estoy convencido de que las cosas acabarán saliendo bien	Nunca se sabe cómo van a salir las cosas y soy incapaz de imaginarlo.
ÍTEM 30 Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	Sí, pero hay gente con que no porque me tratan mal.
ÍTEM 30 Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	No siempre es bueno hacer trabajos en equipos, es verdad que aprendes pero, a veces, sale mal lo planeado y es una pena tanto esfuerzo hecho para casi nada.
ÍTEM 30 Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	No porque cuando es en grupo todo me sale peor.
ÍTEM 33 Me gustaría escribir textos que me ayuden a conocerme mejor a mí mismo/a	Si tú eres tú, es obvio que te conoces, así que no.
ÍTEM 34 Me gustaría aprender a decir que no sin sentirme mal	Me da igual, como sí o como si no.
ÍTEM 37 Me gustaría que, todos los días, mis compañeros de clase hicieran algo bueno por mí	No necesito que hagan algo por mí para sentirme bien.
ÍTEM 37 Me gustaría que, todos los días, mis compañeros de clase hicieran algo bueno por mí	Sí me gustaría, pero también tengo que hacerlo yo.
ÍTEM 39 Me gustaría aprender a escuchar activamente, sin interrumpir	No hace falta porque escucho, pero nunca interrumpo.
GENERAL	Digo toda la verdad, aunque no lo parezca.
GENERAL	No me gusta hacer este tipo de cuestionarios porque no me siento identificada con ellos y porque no me gusta hablar de lo que siento.
GENERAL	Me cuesta relacionarme si las personas saben mi pasado.
GENERAL	Creo que estas preguntas nos irán muy bien para mejorar el respeto y el comportamiento en clase.

Declaración del cuestionario	Observación realizada
ÍTEM 1 Yo estoy seguro de quién soy y conozco bien mi forma de sentir y pensar	Algunas actividades me han ayudado a conocerme mejor y a mis compañeros de clase
ÍTEM 20 Yo soy capaz de sentir compasión y empatía hacia los demás	En las exposiciones hemos aprendido la diferencia entre empatía, compasión y solidaridad
ÍTEM 26 Yo soy capaz de tomarme con humor las situaciones difíciles	Creo que es verdad que con humor los problemas son menos graves
ÍTEM 28 Yo estoy convencido de que las cosas acabarán saliendo bien	Si eres optimista ayudas a que el problema se solucione de otra manera
ÍTEM 30 Me gustaría trabajar en grupo más a menudo	Me ha encantado trabajar en grupo aunque es difícil
ÍTEM 35 Me gustaría realizar actividades creativas que me ayuden a aprender	Creo que el dibujo (autorretrato) y las cartulinas han sido muy creativas. Alguos se han esforzado más que otros.
ÍTEM 33 Me gustaría escribir textos que me ayuden a conocerme mejor a mí mismo/a	El diario me ha ayudado a pensar en qué hago cada día, seguiré escribiendolo
ÍTEM 37 Me gustaría que, todos los días, mis compañeros de clase hicieran algo bueno por mí	Me ha gustado que me hicieran favores incluso gente de clase con quien no me llevo demasiado bien
ÍTEM 37 Me gustaría que, todos los días, mis compañeros de clase hicieran algo bueno por mí	Me ha costado pensar en qué favores hacer yo a los demás, pero creo que les han gustado
ÍTEM 39 Me gustaría aprender a escuchar activamente, sin interrumpir	No hace falta porque escucho, pero nunca interrumpo.
GENERAL	No entiendo por qué hacemos otra vez el mismo cuestionario
GENERAL	Las actividades con María han sido muy diferentes, pero hemos escrito mucho y han sido originales
GENERAL	Me ha gustado trabajar con gente de clase con la que no suelo llevarme bien porque me he obligado a intentarlo

*ANEXO 6: Registro de observación del alumnado*

**REGISTRO DE OBSERVACIÓN DEL ALUMNADO**

Actividades Fase II

Actividad:

Objetivos de resiliencia:

Conductas y acciones observables:

**VALORACIÓN INDIVIDUAL DEL ALUMNO**

ALUMNO	NIVEL DE DESARROLLO	VALORACIÓN



ANEXO 7: Muestra de registros de observación del alumnado

## REGISTRO DE OBSERVACIÓN DEL ALUMNADO

### Actividades Fase II

**Actividad 1:** Entrevistas personales y autorretrato cubista

**Objetivos de resiliencia:**

- Fomentar el autoconocimiento y el conocimiento de los compañeros de clase.
- Mejorar las relaciones entre compañeros.
- Fomentar la introspección
- Fomentar el afecto entre todos los miembros de la clase
- Incrementar la creatividad
- Descubrir y potenciar las cualidades individuales
- Fomentar la autonomía y la independencia
- Activar el sentido del humor
- Desarrollar la escucha y las habilidades comunicativas

**Conductas y acciones observables:**

- Los alumnos se realizan preguntas para conocerse mejor y muestran interés en conocer a sus compañeros
- Responden con interés por compartir sus experiencias y darse a conocer
- Se escuchan unos a otros con atención evitando interrumpirse
- Reflexionan sobre cómo realizar preguntas que profundicen en emociones
- Piensan en sus cualidades a la hora de responder a las preguntas de la entrevista
- Elaboran entrevistas cuidando la presentación, decorando con imágenes y mostrándose creativos
- Llevan a cabo autorretratos divertidos, burlándose de sus defectos en algunos casos
- Se esfuerzan por lograr una comunicación fluida con los compañeros
- Los borradores de las entrevistas muestran relaciones afectuosas entre ellos

### VALORACIÓN INDIVIDUAL DEL ALUMNO

ALUMNO	NIVEL DE DESARROLLO	VALORACIÓN
Balma Murillo	4: muy bueno	Muestra mucho interés en elaborar una entrevista que incluya preguntas que profundicen en el verdadero conocimiento de su compañera. Se muestra participativa y reflexiona sobre sí misma para mostrar su verdadera forma de ser en la entrevista. Es respetuosa y presenta una entrevista y autorretrato creativos y muy coloridos.
Pau Roda	2: mejorable	Las preguntas realizadas son superficiales y no muestran interés en darse a conocer ni en conocer al compañero. Se interrumpen continuamente mientras trabajan y la comunicación es mejorable. No se profundiza en tema de emociones y cualidades personales. El autorretrato sí es divertido y muestra creatividad y cierto sentido del humor.

*ANEXO 8 : Registro anecdótico*

<b>REGISTRO ANECDÓTICO</b>	
<b>ACTIVIDAD :</b>	<b>FECHA:</b>
<b>DESCRIPCIÓN DE LO OBSERVADO</b>	<b>INTERPRETACIÓN DE LO OBSERVADO</b>

*ANEXO 9: Muestra de registro anecdótico*

<b>REGISTRO ANECDÓTICO</b>	
<b>ACTIVIDAD</b> : Exposiciones orales y vídeos sobre el humor	<b>FECHA:</b> 05/05/2016
<b>DESCRIPCIÓN DE LO OBSERVADO</b>	<b>INTERPRETACIÓN DE LO OBSERVADO</b>
Varios alumnos llama la atención a otros dos por burlarse de El Langui cuando están viendo el vídeo en el que se le entrevista. Los alumnos que se burlan se justifican diciendo que los vídeos son sobre el humor y por eso tienen derecho a reírse.	Los alumnos que les “regañan” se sienten ofendidos y consideran que se está faltando al respeto al entrevistado porque admiran su historia y cómo afronta una vida con dificultades. Parecen entender la diferencia entre tomarse los problemas con humor y reírse de manera burlona e irrespetuosa.

<b>ACTIVIDAD DE INTRODUCCIÓN: Nos conocemos</b>		
<b>TEMPORALIZACIÓN:</b> La actividad se realizará en tres sesiones de 50 minutos (primera, segunda y tercera sesión del programa) y se desarrollará los días 12, 14 y 15 de abril de 2016.		
<b>OBJETIVOS:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fomentar el autoconocimiento y el conocimiento de los compañeros de clase.</li> <li>▪ Entender los intereses e inquietudes de la clase.</li> <li>▪ Conocer las ideas que tiene el alumnado respecto a la asignatura.</li> <li>▪ Conocer las ideas del alumnado con respecto a la inteligencia emocional y la resiliencia.</li> <li>▪ Fomentar el autoconocimiento y la introspección.</li> <li>▪ Descubrir y potenciar las cualidades individuales.</li> <li>▪ Desarrollar la escucha y las habilidades comunicativas</li> </ul>		
<b>CONTENIDOS CONCEPTUALES</b>	<b>CONTENIDOS PROCEDIMENTALES</b>	<b>CONTENIDOS ACTITUDINALES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La encuesta</li> <li>• El cuestionario de intereses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Selección de datos relevantes.</li> <li>▪ Síntesis de ideas a la hora de responder a la encuesta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconocer la utilidad de reflexionar acerca de uno mismo y de la clase.</li> <li>▪ Preocuparse por la claridad en las repuestas dadas.</li> <li>▪ Interés por las actividades que vamos a desarrollar.</li> <li>▪ Respetar y valorar críticamente las opiniones propias y ajenas.</li> <li>▪ Valorar la lengua oral y escrita como instrumento para satisfacer nuestras necesidades de comunicación.</li> </ul>

## **CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA PROMOCIÓN DE LA RESILIENCIA**

- Las habilidades comunicativas
- La escucha activa
- El autoconocimiento
- El conocimiento de los compañeros
- Las ideas acerca de las emociones y la resiliencia
- El descubrimiento de cualidades individuales
- Los intereses e inquietudes de la clase

### **EVALUACIÓN:**

Esta actividad no requiere evaluar el proceso de aprendizaje de los alumnos, por lo tanto no hay ningún instrumento diseñado para tal fin.

El objetivo de esta actividad es permitirnos conocer al alumnado que vamos a tener en clase para poder realizar una implementación satisfactoria del resto de actividades. Por tanto, sí que llevaremos a cabo una reflexión a modo de autoevaluación para detectar mejoras en el procedimiento de entrevistar a los alumnos.

### **MATERIALES:**

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de esta actividad son 20 copias de los cuestionarios iniciales de resiliencia, cuestionarios de entrevistas cualitativas en formato digital, folios, bolígrafos y un ordenador portátil para tomar nota de las respuestas orales del alumnado.

### **ESPACIOS:**

Las entrevistas se llevarán a cabo en la biblioteca del centro porque está enfrente del aula de 1ºESO-C y se encuentra disponible los días en que se desarrolla esta actividad. Se trata de un espacio amplio y tranquilo que cuenta con conexión para el ordenador, mesas y sillas.

## **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

### **SESIÓN 1 (12/04/2016)**

#### Fase 1: (15 minutos)

Llevamos a cabo la explicación de las actividades que se van a trabajar a lo largo de esta semana a la clase, así como los objetivos que persiguen y cómo están relacionadas con el trabajo que están realizando con el profesor de lengua y la orientadora del centro.

#### Fase 2: (35 minutos)

De manera individual y por orden de lista, los alumnos van pasando a la biblioteca donde rellenan el cuestionario inicial de resiliencia. Cuando han acabado, les realizamos unas preguntas cualitativas oralmente relacionadas con la asignatura, con las características asociadas a la resiliencia, sobre sí mismos y sobre las relaciones entre alumnos de la clase.

El resto de los alumnos que no son entrevistados este día se quedan en el aula con el profesor de lengua que llevará a cabo una actividad alternativa compaginable con las entrevistas.

### **SESIONES 2 y 3 (14/04/2016 y 15/04/2016)**

Continuamos pasando los cuestionarios y realizando las entrevistas individuales a todos los alumnos de la clase.

Los días posteriores analizamos las respuestas de los cuestionarios y de las entrevistas realizadas. Los resultados pueden consultarse en ANEXO 5: Registro de respuestas a cuestionario de resiliencia.

## **OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA:**

Aunque esta actividad resulta francamente útil para conocer individualmente al alumnado, llevarla a cabo es bastante caótico. El alumnado debe salir y entrar del aula continuamente interrumpiendo la marcha general de la clase.

Dado que las entrevistas individuales son necesarias como punto de partida para implementar el proyecto y para el estudio de la resiliencia del grupo, una alternativa podría ser hablar con la tutora de la clase e intentar hacerlas en horario de tutoría.

También hay que tener en cuenta a la hora de programar las sesiones los diferentes ritmos del alumnado, ya que unos tardaron un par de minutos en rellenar el cuestionario y otros el triple.

## ACTIVIDAD 1: Entrevista personal a un compañero y autorretrato cubista

**TEMPORALIZACIÓN:** La actividad se realizará en tres sesiones de 50 minutos y se desarrollará los días 19, 21 y 22 de abril de 2016.

### OBJETIVOS:

- Conocer la entrevista, sus partes y características, como ejemplo de diálogo planificado.
- Llevar a cabo una entrevista personal a un compañero imitando un texto modelo y transcribirla.
- Emplear correctamente los signos de interrogación, exclamación, puntos, comas y mayúsculas.
- Emplear el lenguaje conversacional.
- Producir un texto escrito usando estrategias lingüísticas verbales y no verbales.
- Fomentar el autoconocimiento y el conocimiento de los compañeros de clase.
- Mejorar las relaciones entre compañeros.
- Fomentar el autoconocimiento y la introspección
- Fomentar las relaciones y el afecto entre todos los miembros de la clase
- Incrementar la creatividad
- Descubrir y potenciar las cualidades individuales
- Fomentar la autonomía y la independencia
- Activar el sentido del humor
- Desarrollar la escucha y las habilidades comunicativas

<b>CONTENIDOS CONCEPTUALES</b>	<b>CONTENIDOS PROCEDIMENTALES</b>	<b>CONTENIDOS ACTITUDINALES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Tipología textual.</b> El diálogo planificado La entrevista personal.</li> <li>▪ <b>Campo semántico y familia léxica.</b> Las emociones, las cualidades y los sentimientos.</li> <li>▪ <b>Conocimiento, uso y valoración de las normas ortográficas y gramaticales reconociendo su valor social y la necesidad de ceñirse a ellas para conseguir una comunicación eficaz.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaboración de una entrevista oral.</li> <li>▪ Selección de datos relevantes y transcripción.</li> <li>▪ Correcto uso de las palabras escritas en español.</li> <li>▪ Correcto uso de los signos de interrogación y de admiración.</li> <li>▪ Observación, reflexión, comprensión y valoración del sentido global de las conversaciones espontáneas, de la intención comunicativa de cada interlocutor y aplicación de las normas básicas que los regulan.</li> <li>▪ Corrección de errores ortográficos y gramaticales en textos propios y ajenos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconocer el texto como medio para optimizar el aprendizaje lingüístico.</li> <li>▪ Preocuparse por la claridad y el orden.</li> <li>▪ Interesarse por la presentación y por la puntualidad en la entrega.</li> <li>▪ Usar y ampliar el vocabulario estudiado.</li> </ul>

## CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA PROMOCIÓN DE LA RESILIENCIA

- Desarrollo de habilidades comunicativas
- El fomento de la independencia
- El autoconocimiento y la introspección
- La mejora de relación entre compañeros
- El diálogo como modo de resolver conflictos
- El incremento de la creatividad
- El descubrimiento de cualidades individuales
- El desarrollo del sentido del humor

**EVALUACIÓN:** Para evaluar esta actividad tendremos en cuenta los siguientes criterios:

Incluye nombre y apellidos, fecha y nombre del periódico
Tiene un titular sugerente
El titular está en mayúsculas y con letra más grande
Se realiza una presentación del compañero entrevistado
Se respeta la estructura pregunta (en negrita)-respuesta
Las respuestas del entrevistado son extensas y detalladas
Se añade una foto, avatar o dibujo del compañero entrevistado
La ortografía está revisada
La presentación de la entrevista es atractiva
Se entrega a tiempo
Los dos miembros de la pareja colaboran y trabajan respetuosamente

La última semana de clase les entregaremos la actividad corregida, junto con una ficha de evaluación en la que constará tanto una nota numérica, como unos comentarios cualitativos sobre el trabajo realizado. Valoraremos que se hayan esforzado en corregir la ortografía y les señalaremos las faltas en los trabajos con el objetivo de que puedan observar los errores y mejorar, pero las faltas no descontarán la nota de la actividad.

### **MATERIALES:**

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de esta actividad son 20 copias de las fichas explicativas de la actividad (ANEXO 11: Propuesta de actividad: entrevista personal a un compañero y autorretrato cubista), folios, bolígrafos, rotuladores y libro de texto.

### **ESPACIOS:**

La actividad se llevará a cabo en el aula de 1ºESO-C que dispone de sillas y mesas móviles. Los alumnos pueden utilizar la biblioteca del centro a la hora del recreo para buscar información adicional o imprimir el material que deseen adjuntar a la entrevista.

## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

### SESIÓN 1 (19/04/2016)

#### Fase 1: (25 minutos)

Llevamos a cabo la explicación de la actividad que se va a realizar. Repartimos la ficha explicativa donde tienen toda la información necesaria para entender el trabajo que deben realizar, así como la fecha de entrega y un cuestionario de autoevaluación.

A continuación, explicamos a la clase el tema que nos ocupa. Para ello, realizamos una introducción al género periodístico de la entrevista con apoyo del libro de texto y la pizarra de clase. Exponemos los tipos de entrevista existentes, las partes de la entrevista, información sobre los interlocutores, los tipos de preguntas y cómo llevar a cabo la transcripción.

#### Fase 2: (25 minutos)

Los alumnos se ponen por parejas a su elección y empiezan a elaborar las preguntas que conformarán su entrevista. Vamos por las mesas ayudando y guiando a los alumnos en este proceso, dándoles ideas sobre las preguntas, corrigiendo la redacción y procurando que desarrollen textos de calidad y que les resulten interesantes.

### SESIÓN 2 (21/04/2016)

El alumnado continúa trabajando en las entrevistas respondiendo a las preguntas y anotando las respuestas. Deben incorporar preguntas relacionadas con los intereses, sentimientos, temores y deseos para trabajar el aspecto emocional. Les incidimos en que las respuestas deben ser extensas y en que respeten la estructura que hemos estudiado. Además, les señalamos que revisen la acentuación de los pronombres interrogativos y que utilicen adecuadamente las mayúsculas.

### SESIÓN 3 (22/04/2016)

#### Fase 1: (15 minutos)

Acaban de redactar las entrevistas.

También les pedimos que se intercambien los trabajos para que otro compañero les revise la ortografía.

Al finalizar la clase, les recordamos que deben realizar la transcripción en casa (manual o con procesador de textos) y añadir una foto, dibujo o avatar de su compañero. Les facilitamos recursos online para realizar el avatar (*BuddyPoke*, *FaceQ*, *Wild Yourself*) y les recordamos la fecha de entrega.

#### Fase 2: (35 minutos)

Dedicamos la segunda parte de la clase a leer en voz alta algunas de las entrevistas que han realizado los alumnos y llevan a cabo una actividad creativa: **el autorretrato cubista**. Esta actividad se hace en pocos minutos y fomenta el humor, nos servirá para que los alumnos que acaben antes las entrevistas estén entretenidos mientras el resto de compañeros termina.

### **OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA:**

La actividad ha llevado más tiempo del previsto inicialmente. A los alumnos les cuesta organizarse y como no están acostumbrados a trabajar por parejas han armado mucho revuelo al cambiar la disposición del aula. Una vez se han centrado en la actividad, el trabajo ha sido productivo y se han mostrado interesados y participativos.

No es conveniente esperar que adelanten demasiado fuera de clase, es mejor darles tiempo en horas lectivas y que en casa solo pasen a limpio, revisen la redacción y ortografía.

A muchos alumnos les ha motivado la opción de crear y añadir avatares creados con aplicaciones online a las entrevistas, lo que ha permitido la incorporación de las TIC a esta actividad. Otros alumnos han optado por dibujar al compañero o pedirle una fotografía.

Los autorretratos cubistas han sido un éxito, algunos incluso han realizado una versión mejorada en casa.

Es una actividad que les resulta muy atractiva y les encanta hablar sobre sí mismos y conocer mejor a sus compañeros, por ello deberíamos dejar más tiempo para compartir los trabajos en voz alta ante todo el grupo.

Pueden consultarse algunos de los trabajos elaborados por los alumnos en ANEXO 12: muestra de entrevistas realizadas por los alumnos.

## **ACTIVIDAD 2: Exposiciones orales y vídeos sobre el humor ante las situaciones difíciles**

**TEMPORALIZACIÓN:** La actividad se realizará en cinco sesiones de 50 minutos y se desarrollará los días 26, 28 y 29 de abril, 3 y 5 de mayo de 2016.

▪ **OBJETIVOS:**

- Aprender a hablar en público, en situaciones formales e informales, de forma individual y en grupo.
- Intervenir y valorar la participación en actos comunicativos orales.
- Interpretar y valorar aspectos concretos del contenido y de la estructura de textos expositivos.
- Observar y analizar las intervenciones orales de otros compañeros.
- Utilizar, de forma autónoma, diversas fuentes de información integrando los conocimientos adquiridos en las exposiciones orales.
- Realizar murales creativos que sirvan de apoyo visual a las exposiciones orales.
- Realizar actividades en grupo llegando a conclusiones que puedan ser aceptadas por todos.
- Propiciar actitudes de respeto, solidaridad y comprensión
- Fomentar las relaciones y el afecto entre todos los miembros de la clase
- Desarrollar la moralidad
- Mejorar la autoestima
- Incrementar la creatividad
- Desarrollar la empatía
- Descubrir y potenciar las cualidades individuales
- Activar el sentido del humor
- Desarrollar la escucha y las habilidades comunicativas

<b>CONTENIDOS CONCEPTUALES</b>	<b>CONTENIDOS PROCEDIMENTALES</b>	<b>CONTENIDOS ACTITUDINALES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El texto expositivo</li> <li>▪ La exposición oral</li> <li>▪ Hablar</li> <li>▪ Escuchar</li> <li>▪ Conocimiento, uso y valoración de las normas ortográficas y gramaticales reconociendo su valor social y la necesidad de ceñirse a ellas para conseguir una comunicación eficaz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Selección de datos relevantes para los trabajos usando las TIC.</li> <li>▪ Síntesis de la información buscada para llevar a cabo la exposición.</li> <li>▪ Elaboración de un mural como apoyo visual a la exposición.</li> <li>▪ Uso adecuado de bibliotecas e Internet para búsqueda de información.</li> <li>▪ Conocimiento, uso y aplicación de las estrategias necesarias para hablar en público.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Respetar y valorar críticamente las opiniones propias y ajenas.</li> <li>▪ Valorar la lengua oral y escrita como instrumento para satisfacer nuestras necesidades de comunicación.</li> <li>▪ Trabajar con actitud de cooperación y de respeto en situaciones de aprendizaje compartido</li> <li>▪ Valorar la importancia del orden en la presentación del contenido del trabajo.</li> <li>▪ Participar en conversaciones espontáneas observando y respetando las normas básicas de interacción, intervención y cortesía.</li> </ul>

## **CONTENIDOS RELACIONADOS CON CONTENIDOS TRANSVERSALES**

- Habilidades para hablar en público, en situaciones formales e informales, de forma individual y en grupo
- La valoración y evaluación a otros compañeros
- La autoevaluación de uno mismo
- El fomento de la autonomía
- El autoconocimiento y la introspección
- La mejora de relación entre compañeros
- El diálogo como modo de resolver conflictos
- El incremento de la creatividad
- El descubrimiento de cualidades individuales
- El desarrollo del sentido del humor
- La mejora de autoestima
- El desarrollo de empatía
- El acuerdo pactado
- La solidaridad, la tolerancia y la comprensión
- El respeto por uno mismo y por los otros
- El desarrollo de la moralidad
- El optimismo

## EVALUACIÓN:

Para evaluar esta actividad tendremos en cuenta los siguientes criterios:

### RÚBRICA EXPOSICIÓN ORAL

	4	3	2	1
<b>Pronunciación</b>	Pronuncia las palabras correctamente y vocaliza bien.	Pronuncia correctamente pero su vocalización no es correcta.	Comete errores de pronunciación aunque su vocalización es correcta.	Comete errores tanto de pronunciación como de vocalización.
<b>Volumen</b>	El volumen es adecuado con la situación.	Levanta la voz demasiado en la exposición.	Habla demasiado bajo al exponer.	Expone muy bajo, casi no se le oye
<b>Postura</b>	Su postura es natural mirando al público continuamente.	Mira al público pero está apoyado en algún sitio.	En ocasiones da la espalda al público.	No se dirige al público al exponer.
<b>Contenido</b>	Expone el contenido concreto, sin salirse del tema.	Expone el contenido y en ocasiones se sale del tema.	Expone el contenido aunque le faltan algunos datos.	La exposición carece de contenido concreto.
<b>Documentación</b>	Utiliza material de apoyo extra para hacerse entender mejor.	Durante la exposición hace uso adecuado de la documentación.	Escasa referencia a imágenes o documentos de apoyo.	No utiliza material de apoyo a la exposición oral..
<b>Secuenciación</b>	Buena estructura y secuenciación de la exposición.	Exposición bastante ordenada..	Algunos errores y repeticiones en el orden lógico de las ideas.	La exposición carece de orden y repite las ideas continuamente.

Asimismo, los alumnos se evaluarán los unos a los otros utilizando esta plantilla de coevaluación:

Nombre:	Grupo:	SÍ	NO
Se ha presentado y despedido.			
Habla alto y claro, se le entiende cuando habla.			
Habla sin usar "muletillas" o "comodines"			
Su exposición es coherente y ordenada. Apenas corta el discurso.			
El vocabulario es apropiado para ser entendido por sus compañeros y compañeras.			
Varía el tono y el volumen para captar mejor la atención.			
Usa las manos para apoyar lo que dice: señala, apunta, compara			
Su postura corporal es adecuada y mira al público			
Utiliza material de apoyo extra (ppt, fotografías, audio, ...) para hacerse entender mejor.			

La última semana daremos personalmente a cada grupo el resultado de la evaluación de las exposiciones. Además, al finalizar cada exposición, les haremos comentarios orales acerca de su desempeño para que reciban una retroalimentación en el momento.

Los alumnos también comentarán en voz alta sus impresiones, cómo se han visto al exponer y cómo han visto al resto de compañeros.

## MATERIALES:

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de esta actividad son 20 copias de las fichas de la actividad (ANEXO 13: Propuesta de actividad: exposiciones orales y vídeos sobre el humor ante las situaciones difíciles), 4 copias de las plantillas de coevaluación, fichas con los temas asignados a cada grupo, folios, bolígrafos, rotuladores, tijeras, pegamento, cartulinas de colores y los ordenadores del aula de informática con acceso a Internet.

**ESPACIOS:** La búsqueda de información para la exposición se realizará en el aula de informática, en la biblioteca y en casa. Las exposiciones y la preparación previa se harán en el aula habitual de clase.

## **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

### **SESIÓN 1 (26/04/2016)**

#### Fase 1: (30 minutos)

Llevamos a cabo la explicación de la actividad que vamos a realizar durante las próximas 5 sesiones. Les entregamos la ficha de la actividad que les sirve de guía durante el desarrollo de la misma y les explicamos qué vamos a hacer día a día.

A continuación, vemos los contenidos de la ficha sobre cómo realizar correctamente una exposición oral: voz, entonación, lenguaje no verbal, material de apoyo, estructura...

#### Fase 2: (20 minutos)

Formamos los grupos de trabajo por sorteo (4 grupos de 5 alumnos) con el objetivo de que los alumnos se relacionen con todos y evitar que se agrupen por amistad. Una vez agrupados los alumnos, entregamos un tema por grupo. Hacemos una lluvia de ideas en la pizarra acerca de los temas: empatía, autoestima, optimismo y emociones. Debatisimos en gran grupo acerca de estos conceptos y aclaramos dudas.

### **SESIÓN 2 (28/04/2016)**

Tenemos reservada el aula de informática para trabajar toda la sesión allí. Nos dirigimos desde el aula de clase y cada alumno en un ordenador pasan la hora buscando información sobre los temas de las exposiciones. Los alumnos de cada grupo se coordinan y reparten trabajo y les vamos dando ideas para la exposición. Algunos buscan contenido teórico, otros buscan frases, imágenes, vídeos, chistes...

Al acabar la sesión guardan en un pen el material que utilizarán para preparar la exposición y quedan entre ellos para imprimir algunas cosas y comprar la cartulina necesaria para hacer el mural.

### **SESIÓN 3 (29/04/2016)**

Trabajan toda la sesión en la elaboración del mural de apoyo para la exposición. Sentados por grupos van configurando el material, decorando el mural y preparando la exposición oral. Vamos pasando por todos los grupos ayudando y dando ideas para que aprovechen el tiempo y tengan en cuenta aspectos relacionados con la presentación, contenidos y ortografía.

Al acabar la clase les recordamos que las dos próximas sesiones las dedicaremos a realizar las exposiciones, por lo que deben quedar ellos fuera de clase para terminar lo que les falte por preparar.

### **SESIONES 4 Y 5 (03/05/2016 y 05/05/2016)**

Los grupos llevan a cabo las exposiciones orales siguiendo el guión previsto y ajustándose a los aspectos contemplados en la rúbrica de evaluación. La exposición de cada grupo se desarrolla en unos 15 minutos y dedicamos los 10 minutos posteriores a realizar preguntas y debatir un poco acerca del tema expuesto.

El resto de grupos evalúan a los que exponen y realizan observaciones que les ayudarán en sus propias exposiciones.

Todos los grupos utilizan el mural como apoyo visual y exponen el tema asignado entre todos.

Al finalizar las exposiciones, recopilamos los conceptos y el tiempo que resta lo dedicamos a ver los vídeos sobre el humor en situaciones difíciles y debatir los aspectos que surjan a partir del visionado en gran grupo.

### **OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA:**

La actividad estaba prevista inicialmente para desarrollarse en 3 sesiones, pero el ritmo de trabajo de los alumnos nos ha hecho replantearnos la temporalización.

Las exposiciones han llevado más tiempo del previsto, pero esto no debe valorarse como un aspecto negativo, ya que han surgido muchas oportunidades para debatir temas interesantes relacionados con los contenidos trabajados en la actividad.

Hay que tener en cuenta que los alumnos trabajan bien en clase, pero las tareas encomendadas para hacer en casa no suelen salir bien, al menos en este grupo en concreto. Mejor planificar las actividades para que se lleven a cabo en periodo de clase.

Algunos alumnos se quejaron de que algunas personas trabajaban más o menos que otras en los grupos. Este tipo de cuestiones nos han permitido trabajar la resolución de conflictos interpersonales y deben ser vistas como una oportunidad para mejorar las relaciones sociales entre miembros de la clase.

Pueden consultarse fotos de la exposiciones orales y los murales realizados por los alumnos en ANEXO 14: muestra de exposiciones orales y murales realizados por los alumnos

### ACTIVIDAD 3: **Diario personal**

**TEMPORALIZACIÓN:** La actividad se realizará en dos sesiones de 50 minutos y se desarrollará los días 6 y 10 de mayo de 2016.

#### **OBJETIVOS:**

- Escribir un texto narrativo (diario) siguiendo un texto modelo.
- Identificar la estructura textual de la narración y los mecanismos lingüísticos que la diferencian, aplicando los conocimientos adquiridos en la producción de textos propios.
- Descubrir situaciones humanas y su reflejo lingüístico.
- Fomentar el autoconocimiento y la introspección
- Fomentar las relaciones y el afecto entre todos los miembros de la clase
- Mejorar la autoestima
- Incrementar la creatividad
- Descubrir y potenciar las cualidades individuales
- Fomentar la autonomía y la independencia

#### **CONTENIDOS CONCEPTUALES**

##### **El texto expositivo**

- Escritura de textos relacionados con el ámbito personal
- Conocimiento y uso de las técnicas y estrategias para la producción de textos escritos: planificación, obtención de datos, organización de la información, redacción y revisión del texto
- Conocimiento, uso y valoración de las normas ortográficas y gramaticales reconociendo su valor social y la necesidad de ceñirse a ellas para conseguir una comunicación eficaz.

#### **CONTENIDOS PROCEDIMENTALES**

- Reflexión sobre experiencias personales y expresarlas lingüísticamente.
- Uso de la escritura como elemento para la expresión de nuestros sentimientos.
- Aplicación de estrategias necesarias para producir textos adecuados, coherentes y cohesionados.
- Identificación de la intención comunicativa de la persona que escribe.
- Corrección de errores ortográficos y gramaticales.

#### **CONTENIDOS ACTITUDINALES**

- Interesarse por la por la composición escrita como fuente de información y aprendizaje y como forma de comunicar sentimientos, experiencias, conocimientos y emociones.
- Valorar la importancia de la escritura como herramienta de adquisición de los aprendizajes y como estímulo del desarrollo personal.
- Valorar e incorporar progresivamente una actitud creativa ante la escritura.

## **CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA PROMOCIÓN DE LA RESILIENCIA**

- Desarrollo de habilidades interpersonales
- El fomento de la autonomía
- El autoconocimiento y la introspección
- La mejora de relación entre compañeros
- La reflexión sobre sentimientos propios y ajenos
- El incremento de la creatividad
- La mejora de la autoestima

## **EVALUACIÓN:**

Para evaluar esta actividad tendremos en cuenta los siguientes criterios:

- Sigue la estructura estudiada (fecha, entrada y despedida)
- Cumple con la extensión mínima (2 caras)
- Incluye varios acontecimientos y sucesos
- Incluye pensamientos y reflexiones
- Incluye sentimientos, emociones, deseos...
- Cuenta los favores realizados a los compañeros y la reacción
- Cuenta los favores recibidos y cómo le han hecho sentir
- Está escrito en primera persona
- Emplea tiempos verbales en pasado y presente
- La ortografía está revisada
- La presentación del diario es atractiva
- Se entrega a tiempo

## **MATERIALES:**

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de esta actividad son 20 copias de las fichas de la actividad (ANEXO 15: Propuesta de actividad: el diario personal), folios, bolígrafos y papelitos con el nombre de todos los alumnos de la clase para repartir.

**ESPACIOS:** La actividad se realizará en el aula ordinaria.

## **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

### **SESIÓN 1 (06/05/2016)**

Repartimos la ficha de actividad a los alumnos y les explicamos en qué va a consistir la última tarea de la unidad didáctica.

Utilizando algunos fragmentos de textos escritos como modelo, analizamos la estructura y características de los diarios personales. Observamos como abordan aspectos emocionales y cómo deben estar escritos en primera persona utilizando tiempos de presente y de pretérito.

Les explicamos que deben realizar un diario durante cuatro días tomando como ejemplo los textos trabajados y respetando los contenidos y formato vistos en clase.

Además deberán hacer un favor a dos compañeros de clase que les asignamos al azar en un papelito escrito y reflejar en el diario cómo les ha hecho sentir ayudar a esos dos compañeros.

Como ellos también recibirán dos favores, tendrán que explicar cómo se han sentido al recibir el favor.

Les sugerimos que sean creativos y personalicen el diario añadiendo dibujos o imágenes y que dediquen tiempo a revisar la ortografía antes de presentar el escrito.

## **OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA:**

Esta actividad ha dado muy buen resultado. Pese a que no teníamos mucha esperanza en que los alumnos respondieran a la tarea, al tener que hacerla por su cuenta fuera del horario de clase, lo cierto es que se han volcado y han entregado trabajos muy interesantes llenos de emociones y anécdotas. Les hemos visto muy motivados con la actividad e incluso nos han pedido ampliar la extensión del trabajo escrito para poder contar más cosas en el diario.

Como propuesta de mejora podemos señalar que sería interesante poder llevar libros tipo diario personal para analizarlos en clase. También hubiese enriquecido la actividad el haber dispuesto de una sesión adicional para compartir los trabajos realizados ante toda la clase.

Pueden consultarse algunos de los trabajos elaborados por los alumnos en ANEXO16 : muestra de diarios personales realizados por los alumnos.

<b>ACTIVIDAD DE CIERRE: Reuniones de evaluación</b>		
<b>TEMPORALIZACIÓN:</b> La actividad se realizará en tres sesiones de 50 minutos y se desarrollará los días 10, 12 y 13 de mayo de 2016.		
<b>OBJETIVOS:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Evaluar el trabajo realizado por los alumnos</li> <li>▪ Fomentar el autoconocimiento y la introspección</li> <li>▪ Fomentar las relaciones y el afecto entre todos los miembros de la clase</li> <li>▪ Descubrir y potenciar las cualidades individuales</li> <li>▪ Desarrollar la escucha y las habilidades comunicativas</li> </ul>		
<b>CONTENIDOS CONCEPTUALES</b>	<b>CONTENIDOS PROCEDIMENTALES</b>	<b>CONTENIDOS ACTITUDINALES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La entrevista</li> <li>• El cuestionario de evaluación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reflexión sobre los contenidos trabajados.</li> <li>▪ Síntesis de ideas a la hora de responder a la encuesta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconocer la utilidad de la evaluación como oportunidad de mejora y aprendizaje.</li> <li>▪ Preocuparse por el trabajo realizado y cómo mejorarlo.</li> <li>▪ Interés por manifestar la opinión.</li> <li>▪ Opinar críticamente sobre las tareas realizadas.</li> <li>▪ Valorar la evaluación individualizada.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA PROMOCIÓN DE LA RESILIENCIA</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de la escucha activa</li> <li>• El diálogo como modo de comunicación efectiva</li> <li>• El fomento de la autonomía</li> <li>• El autoconocimiento y la introspección</li> <li>• El conocimiento de las cualidades individuales</li> <li>• La mejora de relación entre compañeros</li> <li>• El sentimiento de pertenencia al grupo</li> <li>• La reflexión sobre sentimientos propios y ajenos</li> <li>• La mejora de la autoestima</li> </ul>		

## **EVALUACIÓN:**

Se entregará un cuestionario de evaluación con respuestas cerradas y abiertas para conocer su opinión acerca de la unidad didáctica implementada. Asimismo, volverán a cumplimentar el cuestionario de resiliencia.

Mantendremos una conversación de unos 15 minutos en pequeños grupos para hablar acerca del desarrollo de las actividades y explicarles los resultados de la evaluación.

## **MATERIALES:**

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de esta actividad son 20 copias de las fichas finales de evaluación (ANEXO 17: Ficha de evaluación de actividades), 20 copias de las encuestas finales de valoración (ANEXO 19 : Encuesta de valoración), 20 copias de los cuestionarios de resiliencia (ANEXO 2: Cuestionario de resiliencia), folios, bolígrafos y grabadora de audio (aplicación del teléfono móvil) para recoger los comentarios en las reuniones de evaluación.

**ESPACIOS:**La actividad se realizará en la sala de atención a padres situada frente al aula ordinaria de clase.

## **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

### **SESIONES 1, 2 Y 3 (10/05/2016, 12/05/2016 y 13/05/2016)**

Los alumnos de cada grupo de trabajo (5 alumnos cada vez) pasan a la sala de atención a padres donde llevamos cabo la entrevista final en un clima distendido, relajado y de confianza. Les damos los resultados de todas las actividades y comentamos en voz alta sus impresiones, si están de acuerdo con la calificación, qué aspectos podrían mejorarse, etc.

Tratamos también los aspectos relativos al clima de la clase, la superación de conflictos, cómo han ido las relaciones entre ellos, a qué creen que les ha ayudado esta unidad didáctica, etc.

Aprovechamos la ocasión para despedirnos de ellos individualmente y agradecerles su participación en el desarrollo de las tareas del programa.

Pueden consultarse a continuación:

la ficha de evaluación de algunos alumnos (ANEXO 18 : Muestra de fichas de evaluación final)  
los resultados del cuestionario de resiliencia(ANEXO 5: Registro de respuestas a cuestionario de resiliencia)  
los resultados de las encuestas de evaluación (**¡Error! No se encuentra el origen de la referencia.**)  
extractos de las grabaciones de audio de las tutorías grupales (ANEXO 22: Transcripción de extractos de las tutorías grupales)

**ACTIVIDAD 1: La entrevista personal y el autorretrato**      **Nombre y apellidos:**

Una entrevista periodística es un **diálogo planificado** en el que un **entrevistador** formula preguntas a un **entrevistado** con el objetivo de conocer sus ideas y opiniones.

Una entrevista consta de cuatro **partes principales**: título, presentación, diálogo y cierre.

Aquí tenéis un ejemplo:

**RETO ORTOGRÁFICO:** Intenta utilizar correctamente los signos de interrogación, exclamación, puntos, comas y mayúsculas en tu entrevista. Puedes consultar en el libro de clase todas las reglas ortográficas.

## El máximo goleador histórico del seleccionado cumplió su sueño

En entrevista exclusiva, Diego Forlán nos aseguró hoy que cumplió un sueño al haber deseado siempre conquistar un título con el seleccionado uruguayo. Además, nos habló del buen momento que vive el equipo con la gente.



Diego Forlán:  
"La gente quería que convirtiera el gol más que yo. A veces la supremacía no se ve reflejada en los goles. Pero esta vez se dio".

**¿Qué significó para ti obtener la 15ª Copa América?**

Fue espectacular. Tener la posibilidad de ganar un título con la Selección era algo que yo deseaba muchísimo, expresó Diego. Además, ansiaba levantar esta Copa, como lo supieron hacer mi abuelo y mi padre.

**¿Sientes el cariño que te transmite la gente?**

La conexión y el cariño mutuo con la gente son espectaculares. La cantidad de hinchas que había en el Monumental y como nos apoyaron fue increíble. Ver a los niños con la camiseta, lo que significó el Mundial y la Copa América fue maravilloso. Reafirmar eso es lo lindo, va a quedar para toda la historia.

**¿Cómo te llevas con tu compañero delantero Luis Suárez?**

Tenemos una gran amistad. La relación tanto dentro como fuera de la cancha es espectacular. Es gracioso lo que nos decimos cuando estamos jugando. Nos divertimos mucho.

**Se pudo ver que te emocionaste al cantar el Himno ¿Cómo fue?**

Es que la final se comenzó a ganar a la hora del Himno. Cuando sentí a los uruguayos cantar con el alma, pensé que empezábamos ganando automáticamente. Los que estuvimos ahí, jugadores e hinchas, vimos que fue impresionante.

**¡Gracias Diego! Sabemos que en unas horas partes rumbo a Madrid. Te deseamos buen viaje y esperamos para dentro de unos meses tu regreso, cuando retournes para jugar los primeros partidos de las eliminatorias, junto al seleccionado.**

### Título

Puede ser una frase acerca del entrevistado o algo dicho por él.

### Entrada

Es una breve presentación del entrevistado o un adelanto de lo dicho en la entrevista, antes de comenzar con las preguntas.

### Epígrafe

En no más de dos oraciones comenta lo que se observa en la imagen o alguna frase del entrevistado.

### Pregunta-Respuesta

Las preguntas deben de ser interesantes, emotivas, breves, claras y respetuosas.

### Cierre

El entrevistador cierra la entrevista con alguna frase que resuma lo hablado, haciendo un breve comentario, dejando que el entrevistado diga la última palabra, o simplemente despidiendo al entrevistado, agradeciéndole por haber concedido la entrevista.

**Para ampliar:** puedes encontrar más información y ejemplos de entrevistas en mi blog <https://laentrevistadelaeso.wordpress.com/>

¿Qué escribiré?	¿Para qué?	¿Quiénes lo leerán?	¿Sobre qué escribiré?
La entrevista realizada a mi compañero (a).	Para que mi compañero (a) entrevistado (a) se sienta reconocido y valorado por quienes leen la entrevista.	Mis compañeros, la maestra y otras personas que quieran leer la entrevista.	Sobre su fecha y lugar de nacimiento, edad en que aprendió a caminar, hablar, las cualidades, talentos, anhelos, preferencias y preocupaciones de mi compañero (a) entrevistado (a).

**Secuencia de trabajo:**

**1. Preparación:**

Elige un compañero de clase con el que trabajar esta actividad y elabora una listado de entre 10 y 15 preguntas. No recurras a preguntas sencillas y cuyas respuestas sean breves; se trata de que pienses en obtener información “jugosa” de tu compañero (anécdotas, sueños, temores, deseos).

**2. Conversación:**

Poned los pupitres uno frente al otro de manera que podáis conversar cara a cara. Por turnos, llevad a cabo la entrevista

**3. Redacción:**

A la hora de plasmar por escrito la entrevista, no te limites a transcribir literalmente las respuestas de tu compañero. Selecciona aquellas respuestas más interesantes, reordénalas y redáctalas según tu propio estilo.

## ¿Qué tenemos que entregar a la profesora?

1-El texto final de la entrevista pasado a limpio y escrito a mano o a ordenador.

2-Esta misma ficha con la tabla de autoevaluación rellenada.

Fecha de entrega: martes 26 de abril

### ENTREVISTA A MI COMPAÑERO. AUTOEVALUACIÓN

Marca con una X la casilla correspondiente (SÍ o NO) en cada una de las siguientes preguntas acerca de tu trabajo sobre la entrevista a tu compañero.

	SÍ	NO
1. ¿Has incluido el nombre del periódico, la fecha y tu nombre y apellidos?		
2. ¿Has elegido un titular sugerente que atraiga la atención de los lectores?		
3. ¿El titular está escrito en mayúsculas y con un tamaño de fuente superior al resto del texto?		
4. ¿Has incluido una presentación sobre el personaje entrevistado en el que esboces su perfil?		
5. ¿Has respetado la estructura pregunta (en negrita)-respuesta?		
6. ¿Las respuestas de tu entrevistado son extensas y detalladas?		
7. ¿Has añadido una foto o avatar de tu compañero entrevistado?		
8. ¿Has revisado la ortografía antes de entregar la versión definitiva de la entrevista?		
9. ¿Has procurado cuidar la presentación y presentar un formato atractivo?		
10. ¿Estás satisfecho con tu trabajo? ¿Consideras que lo has hecho lo mejor que podías?		

## AUTORRETRATO CUBISTA

- Un **retrato** es una descripción física y de carácter de un personaje.
- Debes seleccionar los **detalles más importantes**.
- Debemos seguir un **orden** : primero los físicos, luego los de carácter, la forma de actuar...
- Elegir bien las palabras y los **recursos expresivos**:

### RECURSOS EXPRESIVOS PARA DESCRIBIR

<b>Adjetivos</b>	bajo, corpulento, delgaducho, alegre, cariñoso, huraño, tímido, inquieto, dulce...
<b>Comparaciones</b>	Se movía como un pato. Su pelo parecía de oro. Sus ojos eran negros como la pez.
<b>Imágenes</b>	Luis es una ardilla. Celia es un verdadero ciclón.
<b>Metáforas</b>	Entre sus labios lucía una hilera de perlas.

### Tarea a realizar

- Escribe tu autorretrato, no olvides...
  - Utilizar la 1ª persona del singular.
  - Seguir un orden: características físicas, rasgos de tu carácter, tu comportamiento...

Por último, realiza un dibujo cubista para acompañar tu autorretrato. Aquí tienes algunos ejemplos:



¡Sé creativo y demuestra tu sentido del humor!

ANEXO 12: muestra de entrevistas realizadas por los alumnos

LA EXCLUSIVA  
LUCIA RODRIGUEZ  
25/4/16

## "LA AMISTAD ES COMO EL MAR SE VE EL PRINCIPIO PERO NO EL FINAL"

En la entrevista de hoy, diez Tuptin nos cuenta su gran vínculo de amistad. Al parecer tienes una meta por conseguir!!



Vínculo de amistad desde la guardería.

1. ¿Estás satisfecha con tu amistad? ¿Por qué?  
Sí, porque estoy ahí en todo momento.

2. ¿Has dudado alguna vez de tu amistad? ¿Por qué? ¿Cuándo?  
Sí, en 2009, en el momento en que mi amiga intentó acercarse a otra persona, entonces yo noté que siempre había estado a mi lado.

3. ¿Te preocupas por tu amistad? ¿Por qué?  
Sí, porque ella es muy importante para mí, nos conocimos en la guardería y no nos hemos separado nunca ni lo haremos

LA EXCLUSIVA

## ¿SE CAMBIARÍAS DE TI MISMA?

Yo yo cambiaría mi forma de ser físicamente me gustaría ser un poco más... (Ser más). Estilosa. Cosita de pelo. También me gustaría ser más delgada.

En cuanto a mi carácter, cambiaría mi forma de reaccionar ante algún insulto o ante una ojieta, aunque sea mínima. Antes intentando describir a alguien o decirle como es (península), le digo a lo largo sería más.

Quisiera cambiar también mi forma de pensar en lo que hago...

## ¿CÓMO PLANEAS TU VIDA PARA CUANDO SEAS MAJOR?

Para mí me gustaría ser una persona con suficiente dinero como para viajar a los distintos lugares que aun no he visitado (península). Me gustaría tener una familia formada por: un marido y dos hijos (un chico y una chica si es posible).

## ¿TE GUSTARÍA ADOPTAR?

Sí, llegara el caso de que no pudiera tener hijos... O que se de caso de que quisiera adoptar un niño lo haría.

Quisiera adoptar uno de donde me gustaría ir: Hungría, Argina, New York, París y Grecia.

## ¿CÓMO SON TUS MAJORES PREOCUPACIONES?

Para mis mayores preocupaciones son: No llegar a la Universidad, que algo de mis planes anteriores se lleve a cabo o que me quedare pobre o que no llegara a tener marido y poderme en la época adolescente ABORRIRME, porque estoy ya cansada de que he hecho algo malo, o que estoy muy insultada, contestada.

## ¿CÓMO TE DESCRIBIRÍAS CUANDO ESTAS EN AMORADA?

Para cuando estoy enamorada, entro como en un mundo de color de rosa (península). Estoy más contenta en él y me olvido del mundo de la vida real. Cuando lo veo siento mariposas en el estómago (Si Si Si). Y me pone nerviosa cuando se comecionan fuerte a él, vamos que me encanta (península). Antes de mismo tiempo que estoy enamorada tengo miedo, de que él desistido me rechace.

Me siento como en la impresión (Estoy en la luna de miel), (Si o no).

"En la luna está espantoso. ¡Amor lo la la la!"

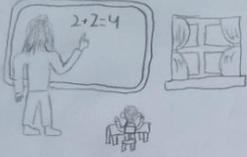
## ¿EN QUE OCASIÓN HAS SENTIDO MÁS VERGÜENZA?

Para he sentido mucha vergüenza, pero la que me ha marcado de verdad fue cuando... (Si o no). Cuando... etc... me lo manda por el whatsapp.

Cuando con papá me me quedé en la escuela de mi casa y luego fui con los profesores y que luego al siguiente día me mandó un mensaje.

EnTrevistas 25/4/16

Entrevistando a Marina:



Marina, una chica que se preocupa por los demás. De mayor según ella, profesora de infantil, aunque no es seguro.

8

- ¿Cómo te llevas con tus compañeros?  
Con los de mi clase no muy bien, tengo dos amigos, aunque que no sean de clase tengo un montón de amigos.
- ¿Cuál es tu reacción en momentos difíciles?  
Depende de qué situación, pero normalmente con tristeza, aunque voy a la cantidad según la situación.
- ¿A qué tienes miedo? ¿Por qué?  
Tengo miedo de los osos, porque de pequeña me cayó una en la cabeza, y era grande.
- ¿Cuáles son tus aficiones?  
Me gusta bastante dibujar.
- ¿Cómo y qué te gustaría ser de mayor?  
Me gustaría tener el mismo carácter, pero cambiar algo. Me gustaría ser profesora de infantil, porque me gusta cuidar cosas, pero podría cambiar mis gustos de aquí a trabajar.
- ¿Dónde te gustaría vivir?  
Me gustaría vivir en los pueblos de mis padres porque se está opuesto.
- ¿Qué sentirías al ver a una persona maltratada a un animal?  
Sentiría tristeza.
- ¿Cuál es tu mayor deseo?  
Que mis familiares y amigos estén bien incluídos en mí.

LA EXCLUSIVA

23 de Abril de 2016

## Una historia de amistad perfecta

En esta entrevista, Lucía nos cuenta una historia de amistad perfecta y cómo se conoció a una de sus amigas más importantes de su vida.



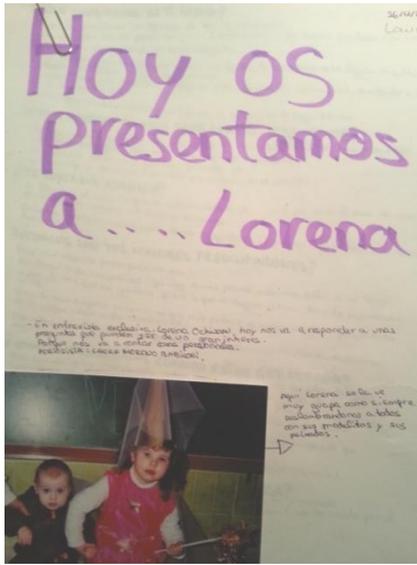
Aquí está Lucía con su amiga en una fecha de cumpleaños.

¿Estás satisfecha con tu amistad? ¿Por qué?  
Porque la quiero mucho y siento que ella a mí también.

¿Has dudado alguna vez de tu amistad?  
En el momento que conocí a otra persona.

¿Te preocupas por tu amistad? ¿Por qué?  
Porque el vínculo se desde hace tanto tiempo que en como fuera una hermana.

(sigue)



**¿Como deseas ser dentro de 20 años?**  
 -" Dentro de veinte años me gustaría ser feliz, tener familia y amigos."

**¿Que es lo que más te preocupa de la adolescencia?**  
 -" Caer en las drogas. Porque en esa etapa no eres consciente de lo que haces i quiere cosas nuevas però hay que resistir tentaciones."

**¿Cual es tu mayor cualidad? Porque?**  
 -" Hacer reír a la gente, porque al hacer que los demás se rían me divierto."

**¿Como has desarrollado esa cualidad?**  
 -" Porque reirse es importante para la gente así que yo me esfuerzo para sacar sonrisas en los demás."

**¿Cual es tu mejor talento?**  
 - " Cantar, creo que se me da bien pero me da vergüenza."

**Descubriendo a Pau**

En entrevista, Pau Roig nos aseguró que no quiere caer en las drogas por que según el no son buenas para el cuerpo.

**Pau Roig:**  
 " Pau y yo haciendo amigos incluso con la gente que no nos entiende"

**¿Cual es tu anécdota más vergonzosa?**  
 - " Caí saltando de una valla de 1 metro de alto, pero yo tenía 8 años."

**¿Cual es tu mayor sueño?**  
 - " Mi mayor sueño es tener dinero para poder viajar por todo el mundo y conocer sitios, países, gente, y culturas."

**Entrevista a Ivan**

Buenos días, hoy entrevistaremos a Ivan Sofan. Él va al instituto Juan Bautista Porcar, va a la clase de TC del instituto.

1 ¿Como te llevas con tus compañeros?  
 Bien, todos me caen bien y me siento agusto con ellos.

2 ¿Como reaccionarías en momentos difíciles?  
 Encontrar alguna solución por mi mismo.

3 ¿A que tienes miedo? ¿Por que?  
 A las arañas, porque de pequeño a los 4 años estaba en el coche atado y de repente una araña me salto por encima del asiento y se me puso en la cabeza. desde entonces tengo miedo a las arañas.

**ENTREVISTA A JESÚS B.**

Entrevista exclusiva a Jesús B. En la cual contaremos en exclusiva los pensamientos de Jesús.

Em la foto sale cuando tenía unos 4 años.

1 ¿Que te gustaría ser en un futuro?  
 Abogado o fiscal de la justicia.

2 ¿Te consideras una persona feliz?  
 Si, porque tengo amigos y porque entré en el instituto.

3 ¿Como imaginas tu futuro?  
 Una familia y amigos.

4 ¿Algo opinas sobre la homosexualidad?  
 Que cada uno puede tener la orientación sexual que quiere.

5 ¿Te gusta alguien porque?  
 Si, me gusta alguien porque me gusta mucho y me cae bien.

6 ¿Cuales son tus aficiones?  
 Jugar a (apoyarse) con amigos.

7 ¿Cuales son tus amigos o personas con las que te llevas bien?  
 Son gente con amigos porque me gusta mucho y me cae bien.

8 ¿Tienes hermanos, te llevas bien con ellos?  
 Si, no tengo hermanos pero me gusta mucho.

**¿Que cualidades has mostrado durante estos años?**  
 Varias cualidades que me van a servir para el resto de mi vida. Por ejemplo se me da bien dibujar y tocar el piano porque me da vida, y me siento bien.

**¿Crees que tienes mas cualidades sin descubrir?**  
 La verdad es que no se cuales, pero estoy segura de que tengo muchas más.

**1-Cuéntanos alguna anécdota divertida de tu infancia**

Pues mira, yo estaba en el campo con mi familia saltando y cantando cerca de un "barranco", si se puede llamar porque muy alto no era, entonces como sabían que algo iba a pasar se pusieron a grabarme y de repente me caí al suelo y se me clavaron en las manos unas piedras, aún tengo algunas marcas.

# Cómo hacer una buena exposición oral

## Consejos útiles para hablar en público

Una **exposición oral** consiste en hablar en público sobre un tema determinado. A la exposición oral también se le llama **conferencia** o **ponencia**.

Es una importante forma de comunicar y de transmitir información. En este caso, se trata de que presentes a tus compañeros un trabajo que has preparado previamente.

Los siguientes consejos te ayudarán a preparar una buena intervención ante la clase.

### 1 Prepara la intervención.

Esto es elemental: no se puede hablar sobre un tema si no se sabe nada.

Lo primero que debes tener en cuenta es de qué vas a hablar, y si tienes o no conocimientos. En tu caso esto no es un problema, ya que has preparado el tema y seguro que tienes muchas cosas que contar.



### 2 Elabora un guión.

Puede servirte el guión de tu trabajo, con algunas anotaciones sobre detalles que no debes olvidar. Por ejemplo, puedes suprimir datos difíciles de entender, y ampliar otras explicaciones que enganchen al público.



### 3 Ensayá en voz alta.

Habla frente a un espejo, o pide a algún amigo o familiar que haga de público. Si no sabe nada del tema y al final ha aprendido cosas, es una muy buena señal. También puedes grabar tus ensayos en una cassette o en el ordenador (con Audacity).

### 4 Habla despacio.

No te aceleres; habla lentamente, y haz pausas durante la intervención. Ayudarás al público a "digerir" la información, y a ti te servirán para centrarte y tranquilizarte. No olvides vocalizar y pronunciar con claridad. Te entenderán mucho mejor.

### 5 Utiliza los gestos adecuadamente.

Esto es elemental: no se piensa que no sólo estás comunicando con la voz. Es muy importante que mires al público, y no siempre al mismo sitio. Debes hablar para todas las personas de la sala. Mirarles a los ojos dará sensación de seguridad.

Mueve las manos para apoyar lo que dices: señala, apunta, compara,... Los gestos refuerzan lo que cuentas.



### 6 Utiliza materiales de apoyo.

Se dice que una imagen vale más que mil palabras. Puedes ayudarte de fotos, diagramas, mapas, dibujos,... etc.

Puedes elaborar un mural, o aprovechar la pizarra digital de clase para mostrar tus imágenes, o una presentación de diapositivas (PowerPoint). Pide ayuda al profesor para esto.



Pero ten en cuenta que estos materiales deben servir de apoyo a tu conferencia, pero nunca sustituirla.

### 7 No te enrolles.

Habla como sueles hacerlo normalmente. No utilices expresiones raras o complicadas, porque no te entenderán. Busca la manera más sencilla de decir las cosas. Suele ser la mejor.

### 8 Disfruta.

Pásatelo bien. Has invertido mucho tiempo y esfuerzo en investigar y preparar la presentación. Ha llegado el momento de que los demás vean el resultado; todas las cosas que has aprendido, y lo bien que sabes contarlas. Al final de tu conferencia, responde a las preguntas de tus compañeros, y diles dónde pueden encontrar más información sobre el tema.



Ahora te toca a ti. ¡Manos a la obra!

## RÚBRICA EXPOSICIÓN ORAL

	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>Pronunciación</b>	Pronuncia las palabras correctamente y vocaliza bien.	Pronuncia correctamente pero su vocalización no es correcta.	Comete errores de pronunciación aunque su vocalización es correcta.	Comete errores tanto de pronunciación como de vocalización.
<b>Volumen</b>	El volumen es adecuado con la situación.	Levanta la voz demasiado en la exposición.	Habla demasiado bajo al exponer.	Expone muy bajo, casi no se le oye
<b>Postura</b>	Su postura es natural mirando al público continuamente.	Mira al público pero está apoyado en algún sitio.	En ocasiones da la espalda al público.	No se dirige al público al exponer.
<b>Contenido</b>	Expone el contenido concreto, sin salirse del tema.	Expone el contenido y en ocasiones se sale del tema.	Expone el contenido aunque le faltan algunos datos.	La exposición carece de contenido concreto.
<b>Documentación</b>	Utiliza material de apoyo extra para hacerse entender mejor.	Durante la exposición hace uso adecuado de la documentación.	Escasa referencia a imágenes o documentos de apoyo.	No utiliza material de apoyo a la exposición oral..

## CO-EVALUACIÓN EXPOSICIÓN ORAL

**OBSERVA LA EXPOSICIÓN ORAL DE TUS COMPAÑEROS Y COMPAÑERAS Y MARCA:**

<b>Nombre:</b>	<b>Grupo:</b>	<b>SÍ</b>	<b>NO</b>
Se ha presentado y despedido.			
Habla alto y claro, se le entiende cuando habla.			
Habla sin usar "muletillas" o "comodines"			
Su exposición es coherente y ordenada. Apenas corta el discurso.			
El vocabulario es apropiado para ser entendido por sus compañeros y compañeras.			
Varía el tono y el volumen para captar mejor la atención.			
Usa las manos para apoyar lo que dice: señala, apunta, compara			
Su postura corporal es adecuada y mira al público			
Utiliza material de apoyo extra (ppt, fotografías, audio, ...) para hacerse entender mejor.			

### COMENTARIOS SOBRE LA EXPOSICIÓN:

¿Qué destacaríais de la presentación? ¿Qué podría mejorar? ¿Han participado todos? ¿Ha sido interesante?

GRUPO 2 EMPATIA

Lorena  
Leire  
Óscar  
María  
Pau

# EMPATÍA

2

Capacidad identificarse con alguien y compartir sus sentimientos

Ten la habilidad de ponerte en los zapatos del otro y de tratar de entender la situación desde ahí.

Sensaciones y sentimientos fruto nuestra relación con los demás y entorno



Alegría

Sorpresa

Miedo

Ira

Asco

Tristeza

1

GRUPO 1  
EMOCIONES → Rubén Pablo    Silvia Lucía    Claudia

## ASERTIVIDAD

3

Cualidad personas expresan su opinión de manera firme.



AUTOESTIMA  
GRUPO 4

Sergi Iván  
Jesús Mohamed    Balma

## AUTOESTIMA

4

Cualidad personas que tienen una valoración positiva de sí mismas.



¡El vaso siempre medio lleno!



Sé optimista y busca el lado positivo en toda situación, si das lo mejor de ti y trabajas con ánimos verás que todo es posible

OPTIMISMO  
GRUPO 3

## OPTIMISMO

Ainhoa Laura    Lauren Marina

Cualidad personas propensas a ver las cosas en su aspecto más favorable.

## El humor ante situaciones difíciles

Para no dejarse vencer por las circunstancias complicadas, debemos ser capaces de mantener una **actitud positiva**, mirar los problemas con **objetividad**, **calma** y **sentido del humor**.

Es importante trabajar estas actitudes para aprender a desarrollarlas cuando se presente un problema o dificultad en tu vida.

A esta forma de afrontar las dificultades la llamamos **RESILIENCIA**.

Vamos a ver dos vídeos de **personas resilientes** que narran historias de superación, optimismo y lucha por los ideales:



Charla íntegra con María Belón, la superviviente española que sobrevivió al tsunami en 2004 (disponible en <http://www.cuatro.com/>)



Entrevista a El Langui, artista con parálisis cerebral (disponible en <http://www.cuatro.com/>)

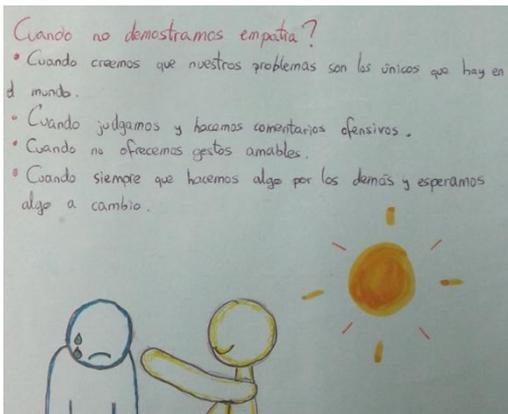
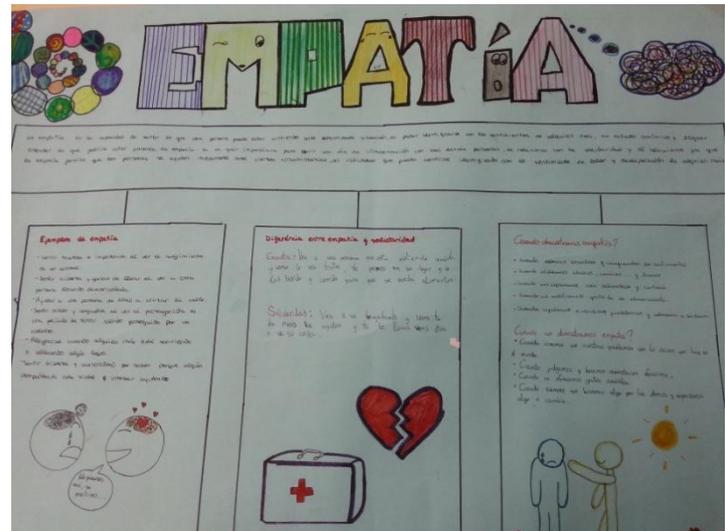
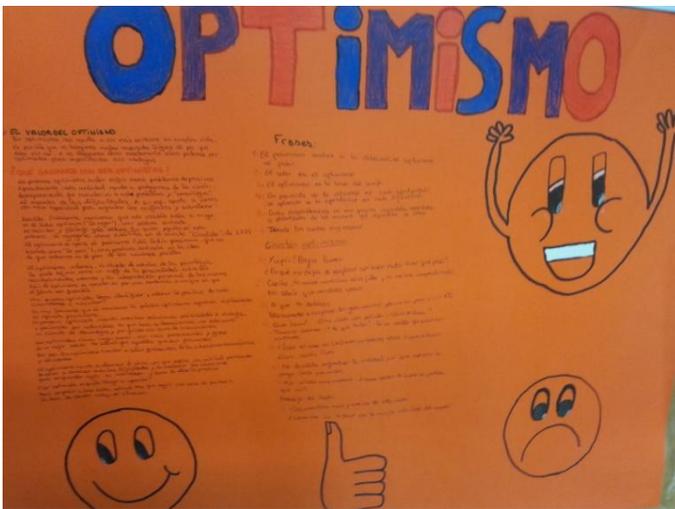
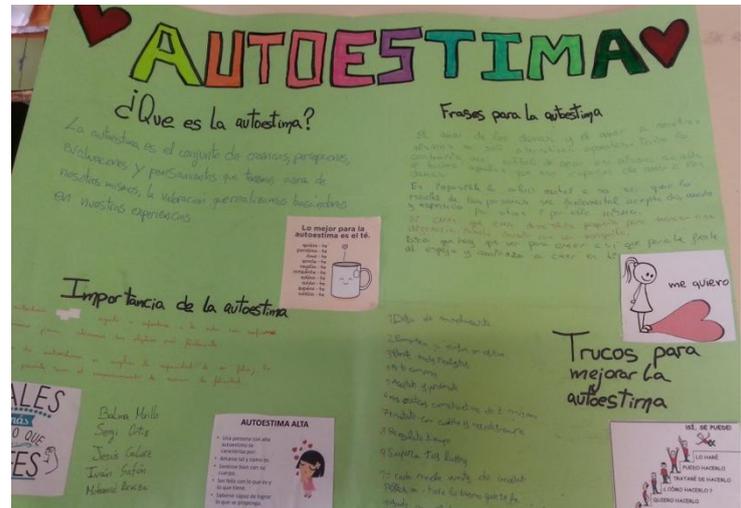
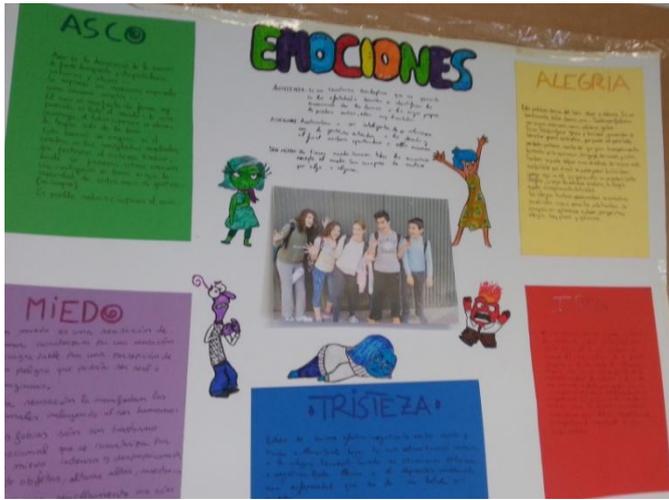
### Hablemos sobre los vídeos:

¿Has utilizado tú el humor en situaciones difíciles?  
¿cuáles eran esas situaciones?

¿Reconoces estas cualidades en alguna persona o personaje?

¿Cómo crees que nos ayuda afrontar las dificultades con sentido del humor?

ANEXO 14: muestra de exposiciones orales y murales realizados por los alumnos



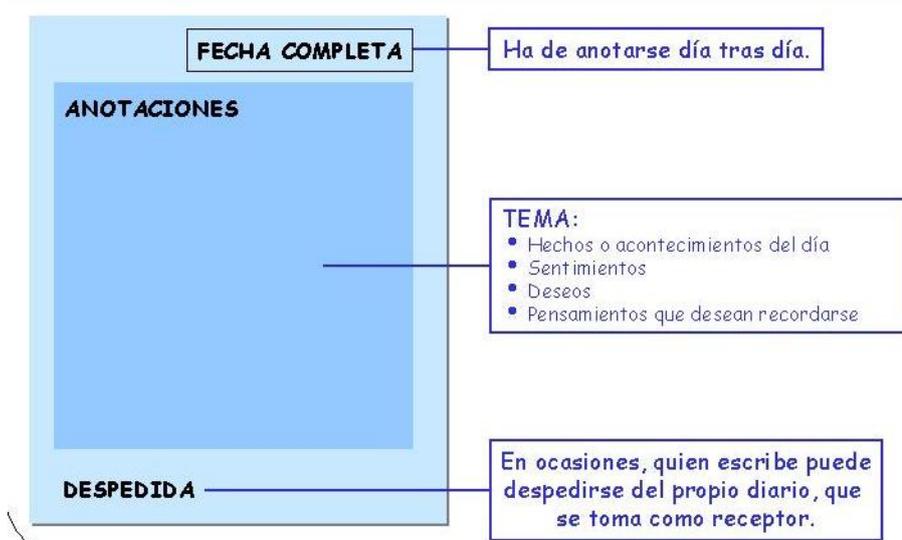
## ANEXO 15: Propuesta de actividad: el diario personal

### ACTIVIDAD 3: El diario personal

El **diario personal** es una **narración autobiográfica** que recoge acontecimientos de un periodo de la vida de una persona, **ordenados cronológicamente**, y los **estados de ánimo** y las **reflexiones** que le provocan.

Un diario debe seguir esta **estructura**:

#### El diario



### Tareas a realizar

1- Realizar un favor a dos compañeros de clase.

2- Escribir un diario personal durante 4 días.

#### Recuerda:

- Debes seguir la estructura propia de un diario (fecha, texto y despedida)
- Debes incluir cosas que has hecho o te han pasado, pero también tienes que escribir sentimientos, reflexiones, deseos, estados de ánimo...
- Tienes que explicar los favores que has hecho a tus compañeros de clase y detallar cómo han reaccionado ellos y cómo te has sentido tú.
- Escribe también cómo te has sentido tú, si te han hecho un favor estos días.
- Cuida la presentación y la ortografía.

**Fecha de entrega: martes 10 de mayo**

## Ejemplos de diarios personales

La autora indica la **fecha** de cada día que escribe.

**23 de mayo**

Anota **hechos**, **pensamientos** y **reflexiones**.

Expresa estados de ánimo y **sentimientos**.

Ya son las diez de la noche. Vuelvo a la pluma. Me falta algo. Siento un vacío. Y yo estoy completamente sola, no tengo una mejor amiga, ni amigos.

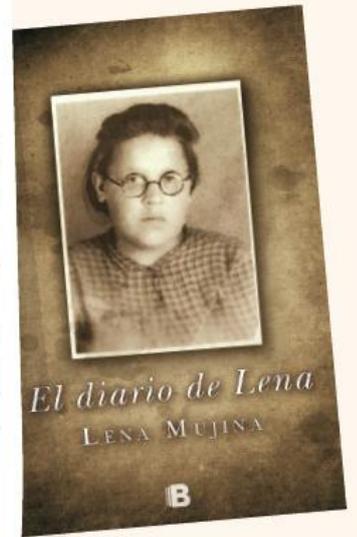
Mamá a veces quiere que le dé un beso, me acaricia, pero yo estoy apenada porque me vienen pensamientos tristes a la cabeza. Tengo ganas de romper a llorar, a gritar. Por fuera me contengo, pero de puertas adentro es imposible. Tengo la sensación de que algo no funciona. Cuando mamá no está en casa, quiero que llegue, y cuando está aquí no tengo ganas de verla ni oírla. Estoy harta de ella.

Quiero caras nuevas, nuevos conocidos, algo nuevo. Algo nuevo. No lo tengo, y ya no puedo más. Ahora mismo tengo ganas de huir hacia algún lugar lejos, muy lejos, para no ver ni oír a nadie. Ni a una sola persona. No. Voy caminando, quiero ir a ver a mi mejor amiga, que me quiere, y contarle mis penas. Todo, todo. Entonces todo será más fácil.

Pero no tengo a nadie, estoy sola. Bueno, es hora de dormir.

Lena MUJINA

El diario de Lena, Ediciones B



## Sábado 31 de agosto

Poco a poco me fui dando cuenta de que mi madre no me había comprado un teléfono, y que el dichoso regalo no era más que un librito estúpido. Digamos que fue una gran DESILUSIÓN. Entonces me di cuenta de que todas las páginas estaban EN BLANCO. Era una sensación irreal. Aquello no podía ser cierto. Mi madre me había regalado dos cosas: un DIARIO y la evidencia irrefutable de que, en efecto, ¡TIENE ELECTROENCEFALOGRAMA PLANO! Ya nadie escribe sus más íntimos sentimientos y sus secretos más profundos y oscuros en un diario. ¿PARA QUÉ? Que solo una o dos personas estuvieran al tanto de tus asuntos podría resultar fatal para tu reputación.

Rachel RENEE RUSSELL

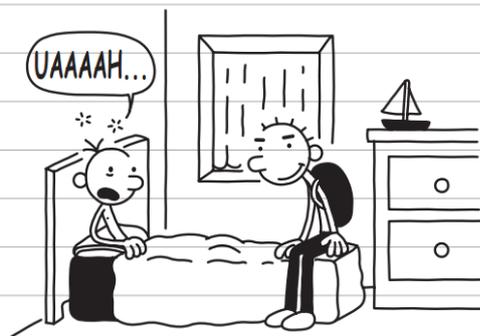
Diario de Nikki, Molino

Jueves

Está siendo muy duro acostumbrarme a la idea de que el verano ya terminó y que hay que madrugar todos los días para ir a clase.

El comienzo de mis vacaciones de verano no fue precisamente genial, gracias a mi hermano mayor, Rodrick.

El segundo día, Rodrick me despertó de madrugada. Me dijo que me había pasado el verano durmiendo y que por fin era la hora de levantarse para ir a clase.



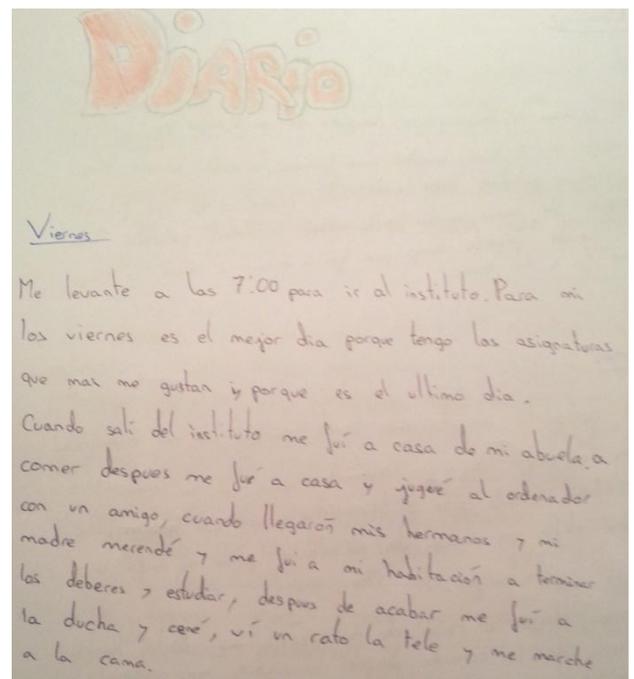
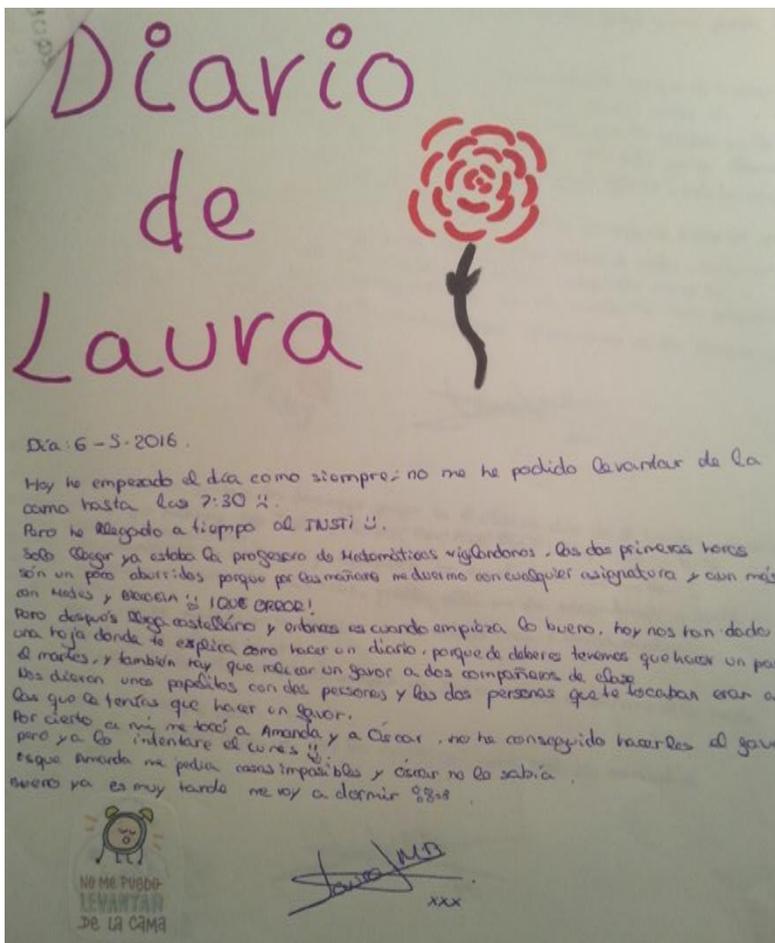
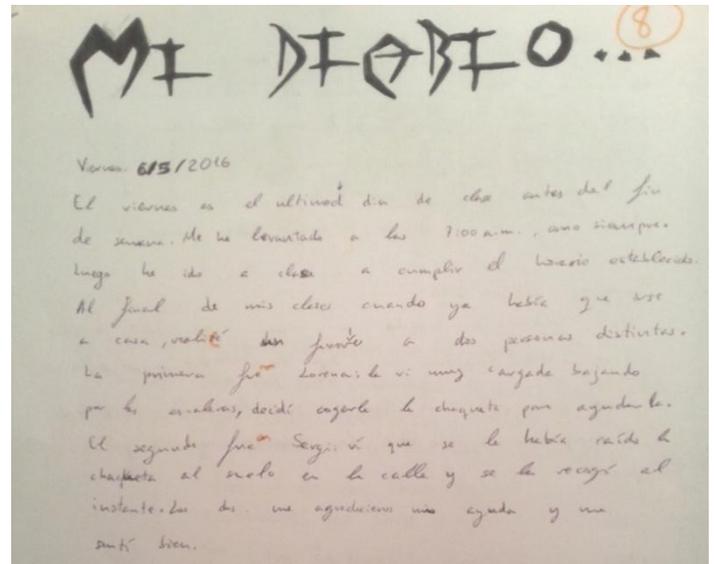
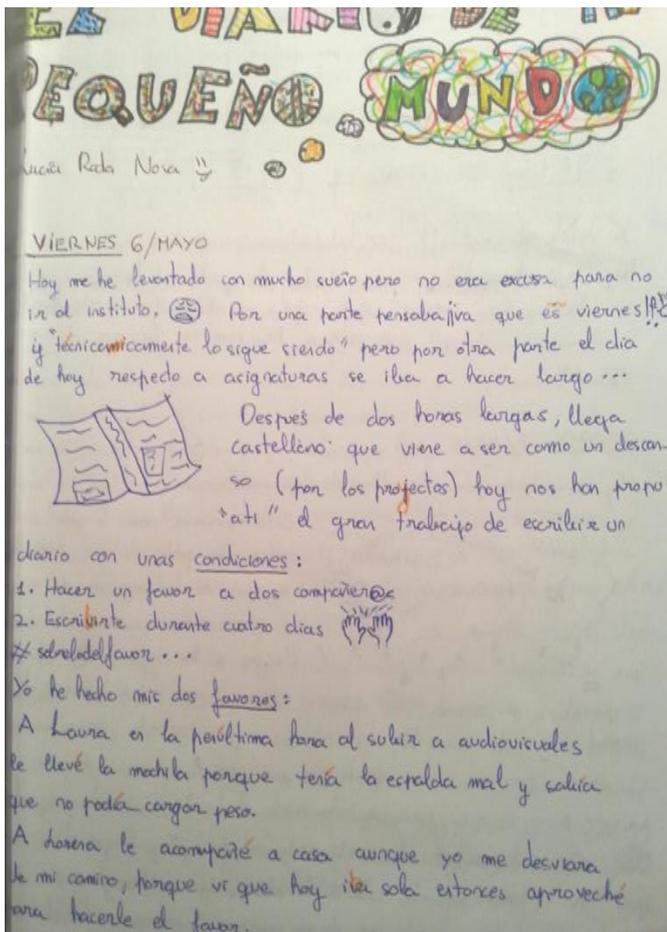
Podría parecer algo demasiado estúpido como para engañar a nadie, pero Rodrick se había vestido como para ir a clase y había cambiado la hora del despertador. Además había corrido las cortinas para que no viera que todavía era de noche.

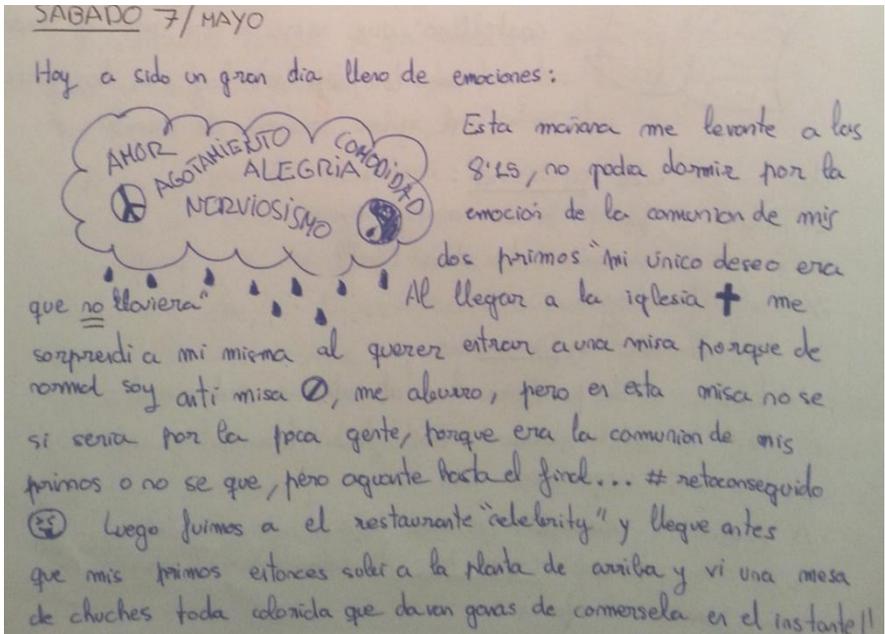
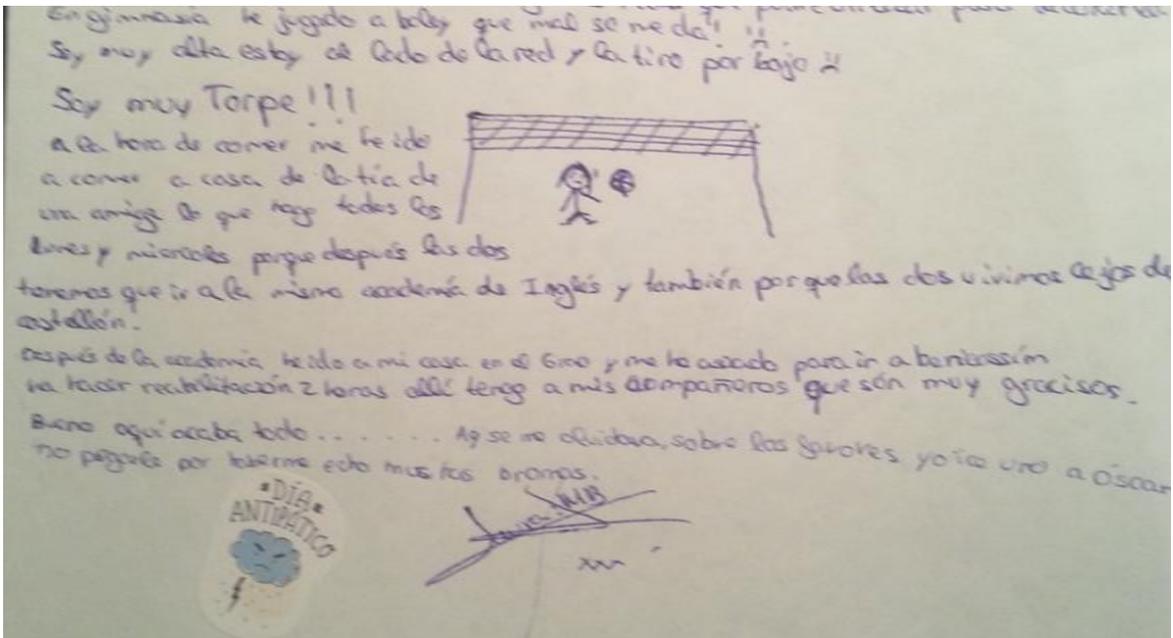
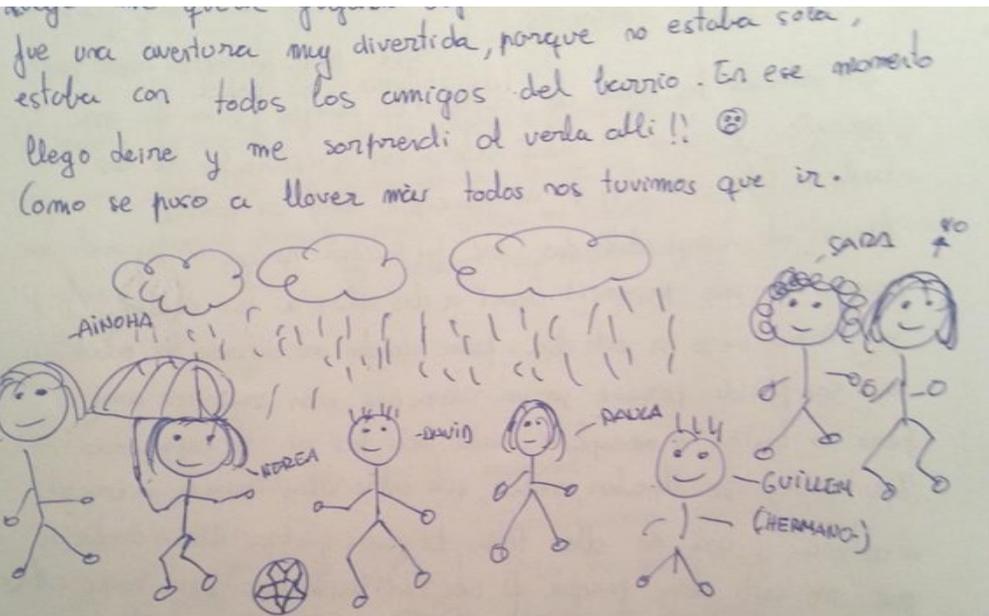
Cuando Rodrick me despertó, yo me vestí como si tal cosa y bajé las escaleras para hacerme el desayuno,

Creo que hice demasiado ruido, porque lo siguiente que recuerdo es a papá levantado, gritándome por estar comiendo cereales a las 03:00 de la madrugada.



ANEXO16 : muestra de diarios personales realizados por los alumnos





ANEXO 17: Ficha de evaluación de actividades

FICHA DE EVALUACIÓN Alumno/a:

ACTIVIDAD 1. LA ENTREVISTA		SÍ	NO	Observaciones
Incluye nombre y apellidos, fecha y nombre del periódico				
Tiene un titular sugerente				
El titular está en mayúsculas y con letra más grande				
Se realiza una presentación del compañero entrevistado				
Se respeta la estructura pregunta (en negrita)-respuesta				
Las respuestas del entrevistado son extensas y detalladas				
Se añade una foto o dibujo del compañero entrevistado				
La ortografía está revisada				
La presentación de la entrevista es atractiva				
Se entrega a tiempo				
Los dos miembros de la pareja colaboran y trabajan respetuosamente				
ACTIVIDAD 2. LA EXPOSICIÓN ORAL		SÍ	NO	
El trabajo de grupo se nota preparado y el tema trabajado				
El grupo ha aprovechado el tiempo en el aula de informática				
El grupo ha aprovechado el tiempo para trabajar en clase				
El grupo se presenta y se despide				
Hablan alto y claro. Contestan a las preguntas.				
La postura es natural y dirigen la mirada a los compañeros				
Exponen ordenadamente el contenido del trabajo				
Utilizan material de apoyo para hacerse entender mejor				
El mural sobre el trabajo es atractivo y creativo				
Los compañeros del grupo se ayudan entre ellos al exponer				
El grupo evalúa con interés las exposiciones de los demás				
El grupo escucha respetuosamente las exposiciones				
ACTIVIDAD 3. EL DIARIO PERSONAL		SÍ	NO	Observaciones
Sigue la estructura estudiada (fecha, entrada y despedida)				
Cumple con la extensión mínima (2 caras)				
Incluye varios acontecimientos y sucesos				
Incluye pensamientos y reflexiones				
Incluye sentimientos, emociones, deseos...				
Cuenta los favores realizados a los compañeros y la reacción				
Cuenta los favores recibidos y cómo le han hecho sentir				
Está escrito en primera persona				
Emplea tiempos verbales en pasado y presente				
La ortografía está revisada				
La presentación del diario es atractiva				
Se entrega a tiempo				

ACTIVIDAD	NOTA	COMENTARIOS
1. ENTREVISTA		
2. EXPOSICIÓN ORAL		
3. DIARIO PERSONAL		

## ANEXO 18 : Muestra de fichas de evaluación final

ACTIVIDAD 1. LA ENTREVISTA		SI	NO	Observaciones
Incluye nombre y apellidos, fecha y nombre del periódico		X		Preguntas muy interesantes sobre temas variados. Al pasar a ordenador, debes revisar la ortografía con el corrector. Buena presentación. Se nota que sois buenas amigas, ¡sigue así!
Tiene un titular sugerente		X		
El titular está en mayúsculas y con letra más grande		X		
Se realiza una presentación del compañero entrevistado		X		
Se respeta la estructura pregunta (en negrita)-respuesta		X		
Las respuestas del entrevistado son extensas y detalladas		X		
Se añade una foto o dibujo del compañero entrevistado		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación de la entrevista es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
Los dos miembros de la pareja colaboran y trabajan respetuosamente		X		
ACTIVIDAD 2. LA EXPOSICIÓN ORAL		SI	NO	Observaciones
El trabajo de grupo se nota preparado y el tema trabajado		X		Habéis hecho un trabajo excelente. Se nota que habéis colaborado entre todos. La exposición os ha salido muy bien y el mural muy creativo. ¡Enhorabuena!
El grupo ha aprovechado el tiempo en el aula de informática		X		
El grupo ha aprovechado el tiempo para trabajar en clase		X		
El grupo se presenta y se despide		X		
Hablan alto y claro. Contestan a las preguntas.		X		
La postura es natural y dirigen la mirada a los compañeros		X		
Exponen ordenadamente el contenido del trabajo		X		
Utilizan material de apoyo para hacerse entender mejor		X		
El mural sobre el trabajo es atractivo y creativo		X		
Los compañeros del grupo se ayudan entre ellos al exponer		X		
El grupo evalúa con interés las exposiciones de los demás		X		
El grupo escucha respetuosamente las exposiciones		X		
ACTIVIDAD 3. EL DIARIO PERSONAL		SI	NO	Observaciones
Sigue la estructura estudiada (fecha, entrada y despedida)		X		Buen trabajo. Solo te ha faltado hablar de los favores, espero que te diera tiempo a hacerlos. Se te da bien la escritura y tienes poquitas faltas, sigue así.
Cumple con la extensión mínima (2 caras)		X		
Incluye varios acontecimientos y sucesos		X		
Incluye pensamientos y reflexiones		X		
Incluye sentimientos, emociones, deseos...		X		
Cuenta los favores realizados a los compañeros y la reacción		X		
Cuenta los favores recibidos y cómo le han hecho sentir		X		
Está escrito en primera persona		X		
Emplea tiempos verbales en pasado y presente		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación del diario es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
ACTIVIDAD	NOTA	COMENTARIOS		
1. ENTREVISTA	9	Has trabajado muy bien y te has implicado en todas las actividades.		
2. EXPOSICIÓN ORAL	10	Además, eres una chica muy alegre que contagia buen humor.		
3. DIARIO PERSONAL	8	Estoy muy contenta de haberte tenido en...		

ACTIVIDAD 1. LA ENTREVISTA		SI	NO	Observaciones
Incluye nombre y apellidos, fecha y nombre del periódico		X		Aunque, al principio, os costó un poco encontrar buenas preguntas, la entrevista ha quedado muy bien. Sigue la estructura y la foto es muy apropiada.
Tiene un titular sugerente		X		
El titular está en mayúsculas y con letra más grande		X		
Se realiza una presentación del compañero entrevistado		X		
Se respeta la estructura pregunta (en negrita)-respuesta		X		
Las respuestas del entrevistado son extensas y detalladas		X		
Se añade una foto o dibujo del compañero entrevistado		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación de la entrevista es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
Los dos miembros de la pareja colaboran y trabajan respetuosamente		X		
ACTIVIDAD 2. LA EXPOSICIÓN ORAL		SI	NO	Observaciones
El trabajo de grupo se nota preparado y el tema trabajado		X		Habéis hecho un trabajo excelente. Se nota que habéis colaborado entre todos. La exposición os ha salido muy bien y el mural muy creativo. ¡Enhorabuena!
El grupo ha aprovechado el tiempo en el aula de informática		X		
El grupo ha aprovechado el tiempo para trabajar en clase		X		
El grupo se presenta y se despide		X		
Hablan alto y claro. Contestan a las preguntas.		X		
La postura es natural y dirigen la mirada a los compañeros		X		
Exponen ordenadamente el contenido del trabajo		X		
Utilizan material de apoyo para hacerse entender mejor		X		
El mural sobre el trabajo es atractivo y creativo		X		
Los compañeros del grupo se ayudan entre ellos al exponer		X		
El grupo evalúa con interés las exposiciones de los demás		X		
El grupo escucha respetuosamente las exposiciones		X		
ACTIVIDAD 3. EL DIARIO PERSONAL		SI	NO	Observaciones
Sigue la estructura estudiada (fecha, entrada y despedida)		X		Tu diario detalla los hechos vividos, pero faltaría expresar cómo te sientes al respecto. Por ejemplo, ¿te hizo sentir feliz regalar algo a tu amiga? o cómo te sientes respecto al "horario establecido"?
Cumple con la extensión mínima (2 caras)		X		
Incluye varios acontecimientos y sucesos		X		
Incluye pensamientos y reflexiones		X		
Incluye sentimientos, emociones, deseos...		X		
Cuenta los favores realizados a los compañeros y la reacción		X		
Cuenta los favores recibidos y cómo le han hecho sentir		X		
Está escrito en primera persona		X		
Emplea tiempos verbales en pasado y presente		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación del diario es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
ACTIVIDAD	NOTA	COMENTARIOS		
1. ENTREVISTA	8	Has realizado buenos trabajos demostrando que eres capaz de trabajar bien sola o con otros compañeros.		
2. EXPOSICIÓN ORAL	10	Además, tienes una fuerte personalidad y cualidades creativas destacables.		
3. DIARIO PERSONAL	8	¡Sigue así!		

**Observaciones**

El diario cumple con la estructura estudiada, tan solo has olvidado hablar de los favores realizados y recibidos.  
Se nota que te sentías feliz por la celebración de tu cumpleaños.  
¡Muchas felicidades!

**Observaciones**

Me ha gustado la portada que habéis añadido y la despedida de la entrevista.  
Las preguntas y respuestas demasiado breves y superficiales.  
Tenías que profundizar en los sentimientos.

**Observaciones**

Has escrito una entrevista ejemplar. Gracias a ella he podido conoceros mejor a las dos.  
Has acertado con las preguntas y con la presentación.  
¡Muy buen trabajo!

**COMENTARIOS**

Eres un alumno respetuoso, atento y participativo. Debes esforzarte en todas las tareas y llegarás muy lejos.  
¡Me ha encantado tenerte como alumno!

**Observaciones**

Me ha encantado leer tu diario. Está lleno de anécdotas, pensamientos y sentimientos.  
Los dibujos y comentarios de broma son muy adecuados y le dan un toque muy personal.

## Encuesta de valoración del proyecto

A continuación, vas a realizar un cuestionario para valorar las actividades realizadas las tres últimas semanas de clase.

Lee las siguientes declaraciones y rodea el número que mejor indica tus sentimientos sobre cada declaración.

Declaración	¿Estás de acuerdo?			
				
	TOTALMENTE	BASTANTE	UN POCO	NADA
1 Las actividades realizadas me han ayudado a pensar en cómo soy y a conocerme mejor	1	2	3	4
2 Las actividades me han ayudado a conocer mejor a mis compañeros de clase	1	2	3	4
3 Las actividades me han ayudado a identificar las diferentes emociones	1	2	3	4
4 Las actividades han servido para que algunos compañeros nos llevemos mejor	1	2	3	4
5 He aprendido cosas sobre la empatía	1	2	3	4
6 He aprendido cosas sobre la autoestima	1	2	3	4
7 He aprendido cosas sobre el optimismo	1	2	3	4
8 Me ha gustado trabajar por parejas	1	2	3	4
9 Me ha gustado trabajar en grupo	1	2	3	4
10 Me ha gustado trabajar individualmente	1	2	3	4
11 La entrevista me ha permitido conocer mejor a mi compañero	1	2	3	4
12 La entrevista me ha permitido conocerme mejor a mí mismo/a	1	2	3	4
13 Me ha gustado hacer una exposición oral con mi grupo	1	2	3	4
14 Me ha gustado el tema que nos ha tocado para la exposición oral	1	2	3	4
15 Me ha gustado escuchar la exposiciones de los otros grupos	1	2	3	4
16 Algunas actividades nos han hecho reír (respuestas de las entrevistas, exposiciones...)	1	2	3	4
17 Me ha gustado que mis compañeros me hicieran un favor	1	2	3	4
18 Me ha gustado hacer favores a mis compañeros	1	2	3	4
19 Me ha gustado realizar actividades creativas (decorar el mural, añadir fotos o dibujos a los trabajos...)	1	2	3	4
20 Escribir el diario me ha servido para reflexionar sobre cómo me siento ante las cosas que me pasan	1	2	3	4
21 He aprendido cómo realizar una entrevista correctamente (partes, tipo de preguntas, etc.)	1	2	3	4
22 He aprendido cómo debe realizarse una exposición oral (lenguaje, postura, voz...)	1	2	3	4
23 He aprendido a escribir un diario personal (formato, temas, uso de 1ª persona, etc.)	1	2	3	4
24 Me ha resultado útil la ficha de autoevaluación para saber si mi entrevista estaba completa	1	2	3	4
25 Me ha gustado evaluar las exposiciones orales de mis compañeros	1	2	3	4
26 Creo que debemos seguir realizando actividades para llevarnos mejor, hablar de nuestros sentimientos y mejorar nuestra autoestima	1	2	3	4

**¿Cuál crees que era el objetivo de las actividades que hemos realizado?**

Entrevista a un compañero/a:

Exposición oral en grupo:

Diario personal y favor a dos compañeros:

**¿Qué te ha gustado más y qué menos de las actividades que hemos hecho estas tres semanas?**

**Otros comentarios que quieras hacer**

ANEXO 20: Muestra de respuestas de la encuesta de valoración

¿Cuál crees que era el objetivo de las actividades que hemos realizado?

Entrevista a un compañero/a: Conocer a el compañero y empatizar o conectar con el.

Exposición oral en grupo: Tener una meta de organización y poder aprender a elevarse bien. Reflexionar sobre el tema del grupo

Diario personal y favor a dos compañeros: No tener asco a los compañeros y escribir tus sentimientos.

¿Cuál crees que era el objetivo de las actividades que hemos realizado?

Entrevista a un compañero/a: Conocernos mejor entre nosotros y que el profesora también nos conociera mejor.

Exposición oral en grupo: Aprender a colaborar.

Diario personal y favor a dos compañeros:

¿Qué te ha gustado más y qué menos de las actividades que hemos hecho estas tres semanas?

La que mas las entrevistas porque me ha ayudado a poder ver lo que siente por mí, mi familia aunque ya lo supiera. La que menos ninguna todas eran fantásticas

¿Qué te ha gustado más y qué menos de las actividades que hemos hecho estas tres semanas?

Lo que menos a sido nada, todo me a gustado mucho pero sobretodo me ha gustado el trabajo en grupo

Otros comentarios que quieras hacer

Otros comentarios que quieras hacer

Me encantaría volver a hacerlo y me gustaría que Marias se quedara o que volviera.

## ANEXO 21: Muestra de fichas de evaluación final

ACTIVIDAD 1. LA ENTREVISTA		SI	NO	Observaciones
Incluye nombre y apellidos, fecha y nombre del periódico		X		Preguntas muy interesantes sobre temas variados. Al pasar a ordenador, debes revisar la ortografía con el corrector. Buena presentación. Se nota que sois buenas amigas, ¡sigue así!
Tiene un titular sugerente		X		
El titular está en mayúsculas y con letra más grande		X		
Se realiza una presentación del compañero entrevistado		X		
Se respeta la estructura pregunta (en negrita)-respuesta		X		
Las respuestas del entrevistado son extensas y detalladas		X		
Se añade una foto o dibujo del compañero entrevistado		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación de la entrevista es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
Los dos miembros de la pareja colaboran y trabajan respetuosamente		X		
ACTIVIDAD 2. LA EXPOSICIÓN ORAL		SI	NO	Observaciones
El trabajo de grupo se nota preparado y el tema trabajado		X		Habéis hecho un trabajo excelente. Se nota que habéis colaborado entre todos. La exposición os ha salido muy bien y el mural muy creativo. ¡Enhorabuena!
El grupo ha aprovechado el tiempo en el aula de informática		X		
El grupo ha aprovechado el tiempo para trabajar en clase		X		
El grupo se presenta y se despide		X		
Hablan alto y claro. Contestan a las preguntas.		X		
La postura es natural y dirigen la mirada a los compañeros		X		
Exponen ordenadamente el contenido del trabajo		X		
Utilizan material de apoyo para hacerse entender mejor		X		
El mural sobre el trabajo es atractivo y creativo		X		
Los compañeros del grupo se ayudan entre ellos al exponer		X		
El grupo evalúa con interés las exposiciones de los demás		X		
El grupo escucha respetuosamente las exposiciones		X		
ACTIVIDAD 3. EL DIARIO PERSONAL		SI	NO	Observaciones
Sigue la estructura estudiada (fecha, entrada y despedida)		X		Buen trabajo. Solo te ha faltado hablar de los favores, espero que te diera tiempo a hacerlos. Se te da bien la escritura y tienes poquitas faltas, sigue así.
Cumple con la extensión mínima (2 caras)		X		
Incluye varios acontecimientos y sucesos		X		
Incluye pensamientos y reflexiones		X		
Incluye sentimientos, emociones, deseos...		X		
Cuenta los favores realizados a los compañeros y la reacción		X		
Cuenta los favores recibidos y cómo le han hecho sentir		X		
Está escrito en primera persona		X		
Emplea tiempos verbales en pasado y presente		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación del diario es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
ACTIVIDAD	NOTA	COMENTARIOS		
1. ENTREVISTA	9	Has trabajado muy bien y te has implicado en todas las actividades.		
2. EXPOSICIÓN ORAL	10	Además, eres una chica muy alegre que contagia buen humor.		
3. DIARIO PERSONAL	8	Estoy muy contenta de haberte tenido en...		

ACTIVIDAD 1. LA ENTREVISTA		SI	NO	Observaciones
Incluye nombre y apellidos, fecha y nombre del periódico		X		Aunque, al principio, os costó un poco encontrar buenas preguntas, la entrevista ha quedado muy bien. Sigue la estructura y la foto es muy apropiada.
Tiene un titular sugerente		X		
El titular está en mayúsculas y con letra más grande		X		
Se realiza una presentación del compañero entrevistado		X		
Se respeta la estructura pregunta (en negrita)-respuesta		X		
Las respuestas del entrevistado son extensas y detalladas		X		
Se añade una foto o dibujo del compañero entrevistado		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación de la entrevista es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
Los dos miembros de la pareja colaboran y trabajan respetuosamente		X		
ACTIVIDAD 2. LA EXPOSICIÓN ORAL		SI	NO	Observaciones
El trabajo de grupo se nota preparado y el tema trabajado		X		Habéis hecho un trabajo excelente. Se nota que habéis colaborado entre todos. La exposición os ha salido muy bien y el mural muy creativo. ¡Enhorabuena!
El grupo ha aprovechado el tiempo en el aula de informática		X		
El grupo ha aprovechado el tiempo para trabajar en clase		X		
El grupo se presenta y se despide		X		
Hablan alto y claro. Contestan a las preguntas.		X		
La postura es natural y dirigen la mirada a los compañeros		X		
Exponen ordenadamente el contenido del trabajo		X		
Utilizan material de apoyo para hacerse entender mejor		X		
El mural sobre el trabajo es atractivo y creativo		X		
Los compañeros del grupo se ayudan entre ellos al exponer		X		
El grupo evalúa con interés las exposiciones de los demás		X		
El grupo escucha respetuosamente las exposiciones		X		
ACTIVIDAD 3. EL DIARIO PERSONAL		SI	NO	Observaciones
Sigue la estructura estudiada (fecha, entrada y despedida)		X		Tu diario detalla los hechos vividos, pero faltaría expresar cómo te sientes al respecto. Por ejemplo, ¿te hizo sentir feliz regalar algo a tu amiga? o cómo te sientes respecto al "horario establecido"?
Cumple con la extensión mínima (2 caras)		X		
Incluye varios acontecimientos y sucesos		X		
Incluye pensamientos y reflexiones		X		
Incluye sentimientos, emociones, deseos...		X		
Cuenta los favores realizados a los compañeros y la reacción		X		
Cuenta los favores recibidos y cómo le han hecho sentir		X		
Está escrito en primera persona		X		
Emplea tiempos verbales en pasado y presente		X		
La ortografía está revisada		X		
La presentación del diario es atractiva		X		
Se entrega a tiempo		X		
ACTIVIDAD	NOTA	COMENTARIOS		
1. ENTREVISTA	8	Has realizado buenos trabajos demostrando que eres capaz de trabajar bien sola o con otros compañeros.		
2. EXPOSICIÓN ORAL	10	Además, tienes una fuerte personalidad y cualidades creativas destacables.		
3. DIARIO PERSONAL	8	¡Sigue así!		

**Observaciones**

El diario cumple con la estructura estudiada, tan solo has olvidado hablar de los favores realizados y recibidos.  
Se nota que te sentías feliz por la celebración de tu cumpleaños.  
¡Muchas felicidades!

**Observaciones**

Me ha gustado la portada que habéis añadido y la despedida de la entrevista.  
Las preguntas y respuestas demasiado breves y superficiales.  
Tenías que profundizar en los sentimientos.

**Observaciones**

Has escrito una entrevista ejemplar. Gracias a ella he podido conoceros mejor a las dos.  
Has acertado con las preguntas y con la presentación.  
¡Muy buen trabajo!

**COMENTARIOS**

Eres un alumno respetuoso, atento y participativo. Debes esforzarte en todas las tareas y llegarás muy lejos.  
¡Me ha encantado tenerte como alumno!

**Observaciones**

Me ha encantado leer tu diario. Está lleno de anécdotas, pensamientos y sentimientos.  
Los dibujos y comentarios de broma son muy adecuados y le dan un toque muy personal.

## *ANEXO 22: Transcripción de extractos de las tutorías grupales*

### **Extractos de las grabaciones en audio de la tutoría grupal final**

#### Sobre la actividad 1

*-Como pudisteis ver en la entrevista por parejas pudisteis elegir con quien ponerlos. Todos os habéis puesto con quien habéis querido. Pero el grupo os ha tocado. ¿Qué pasa cuándo nos toca un grupo por sorteo?*

*-Te toca quién te ha tocado y ya está. No puedes decir con este no me llevo bien y no me pongo.*

*-Ese es un buen punto de vista, ¿no creéis los demás?*

*-Pues claro, optimismo... al final ha salido bien.*

*- Cuando no te queda otra, mejor afrontarlo. No te vas a poner a patallar.*

#### Sobre la actividad 2

*-¿Cómo os han salido las exposiciones en grupo? ¿Cómo os habéis visto?*

*-Bien. A mí mejor que a nadie. Yo estoy acostumbrado a que me miren siempre, cómo soy tan guapo...*

*-Lo bueno de las exposiciones en grupo es que te repartes el trabajo, así nos ayudamos. Si a uno no se le da bien algo, siempre hay otro para ayudarle.*

*- A veces hay problemas para organizarse y acabas discutiendo, pero tienes que ponerte de acuerdo para sacar el trabajo adelante.*

#### Sobre la actividad 3

*-¿Os ha tocado alguien a quién le tuvierais que hacer un favor y que no os cayera muy bien?*

*-Sí a mí alguien a quién le tengo asco rotundo. Pero le he hecho igual el favor. Me ha dado risa.*

*- Sí, como te tocaba por sorteo me ha tocado hacerle el favor a uno con quien me llevo mal. Le he hecho el favor sin muchas ganas y luego él me ha dado las gracias. Eso me ha gustado.*

*-¿Creéis que si nos hiciéramos favores fáciles los unos a los otros a menudo, el clima de clase sería mejor?*

*-Yo creo que sí porque como seríamos más amigos nos trataríamos mejor.*

*- Pues claro, te obligas a ayudar a otros en vez de pensar maneras de fastidiarles.*

#### Valoración general

*-El objetivo de la entrevista era que nos conociéramos mejor, a quién te tocara hacérsela pero también a ti mismo.*

*-Para acompañar la entrevista he puesto una foto con la cara hinchada de cuando me picó una abeja. Es que yo tengo mucho sentido del humor.*

*-Las exposiciones de grupo nos han servido para aprender frases sobre la autoestima que luego las recuerdas y las aplica en tu día a día. Son las que siempre te encuentras en Instagram.*

*-El diario personal lo hemos hecho para ver qué clases de personas éramos.*

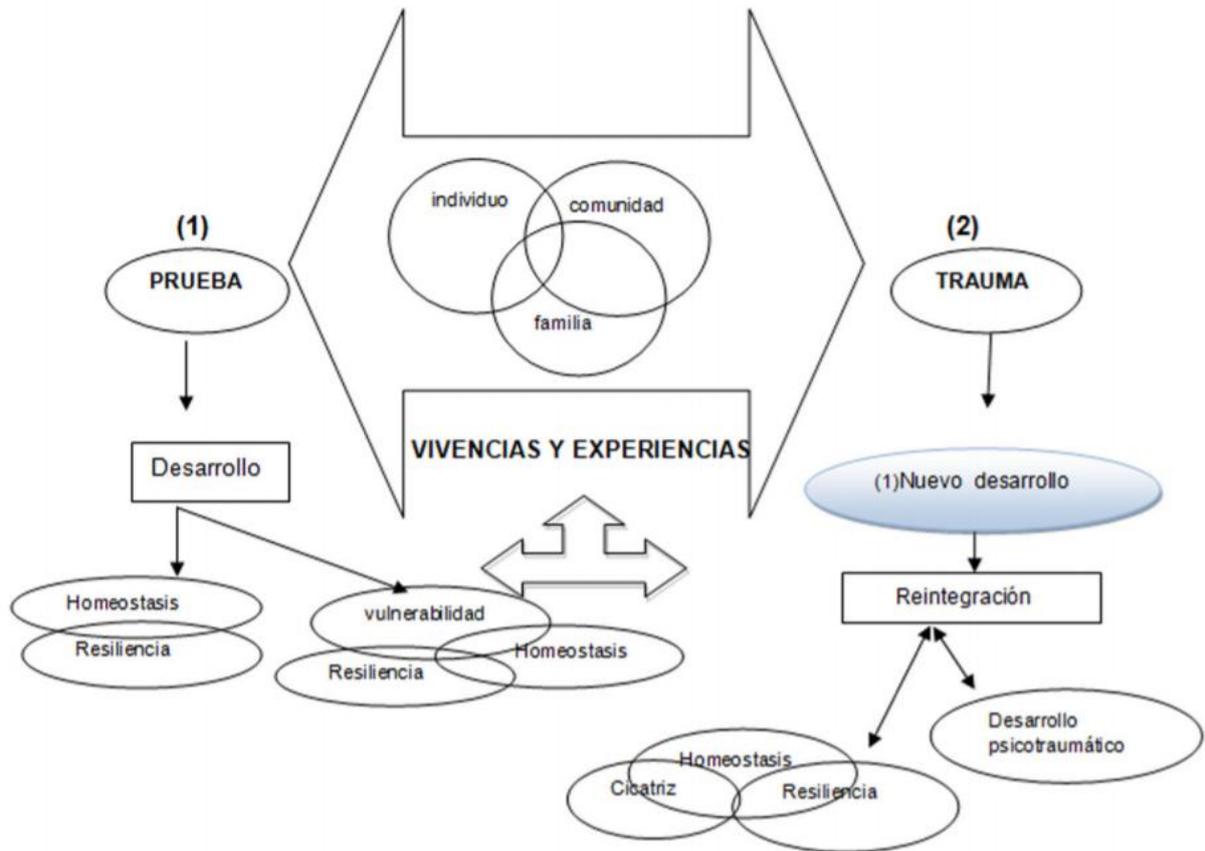
*-Lo que más me ha gustado ha sido la entrevista personal porque he podido conocer mejor a mi amiga.*

*-Lo que más me ha gustado ha sido el diario para acordarme de lo que he ido haciendo y lo de la autoestima.*

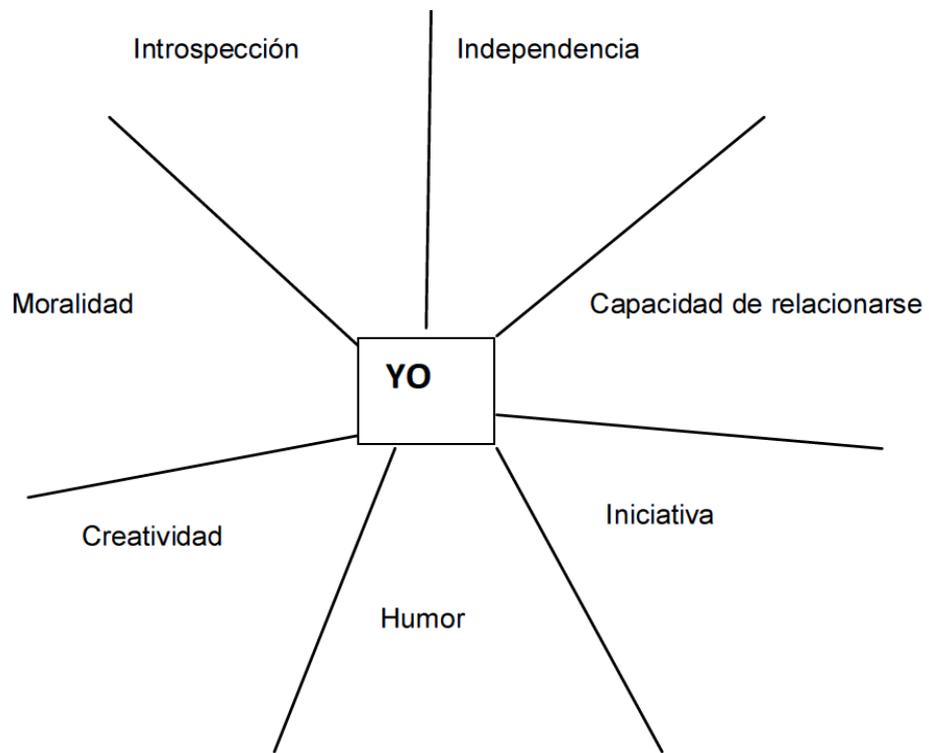
*-Me gustó cuando hablamos de la autoestima en clase que dijimos que si la tienes baja hay gente que se dedica a humillar a otros, son como parásitos. Pero no todos, hay gente con la autoestima baja que no hace daño a nadie, bueno sí, a sí mismos.*

*-Estas actividades han sido muy diferentes, pero a mí me han gustado. Es como que hemos estado todo el rato hablando entre nosotros en vez de estudiar del libro. Además no hay examen.*

ANEXO 23: Modelo integrador de resiliencia (Mateu, Gil, García, 2009) (1) Cyrulnik (2009).



*ANEXO 24: Mandala de resiliencia de Wolin y Wolin (1993)*



## *ANEXO 25: PREGUNTAS Y RESPUESTAS realizadas por los alumnos en la actividad1*

*“Hoy he entrevistado a Rubén porque aunque es un buen amigo mío me gustaría saber más cosas sobre él”*

*“¿Qué cambiarías de ti misma? Muchas cosas, no sé ni por dónde empezar”*

*“¿Cuáles son tus mayores cualidades? Tengo la autoestima muy alta, no como mi hermano gemelo que la tiene muy baja”*

*“¿Cuál es tu mayor sueño?”*

*“La amistad es como el mar, se ve el principio pero no el final”*

*“¿Cuál es tu mayor temor? Que me separen de mis amigos”*

*“¿Cuál es tu mayor miedo? Nunca me lo he planteado, pero creo que caer en las drogas”*

*“¿Tienes algún talento? Soy muy bueno jugando a balonmano, lo he conseguido con mucho esfuerzo”*

*“Cuéntanos una situación que te diera mucha vergüenza. Una vez me dio un ataque de risa y no me pude contener y me hice pis encima, para disimular como era verano me tiré a la piscina. Lo importante es pasárselo bien y reírse siempre que puedas”*

*“¿Tienes algún talento? No tengo ninguno porque soy un patoso”*

*“¿Qué opinas sobre el machismo? Es una crueldad. Los hombres no deben estar por encima de las mujeres”*

*“¿Qué piensas de los gays? Cada uno tiene derecho a hacer lo que quiera, no es mejor ni peor”*

*“Si tu amiga está mal, ¿cómo te afecta? Yo también me siento mal y por eso intento ayudarla y alegrarla. La hago reír”*

*“¿Cómo reaccionan tus amigos cuando te insultan? Mis amigos me intentan defender y si me hacen daño me consuelan y me demuestran que están ahí para mí”*

*“¿Tu familia acepta tu forma de ser? Sí, ellos aceptan como soy y siempre me apoyan”*

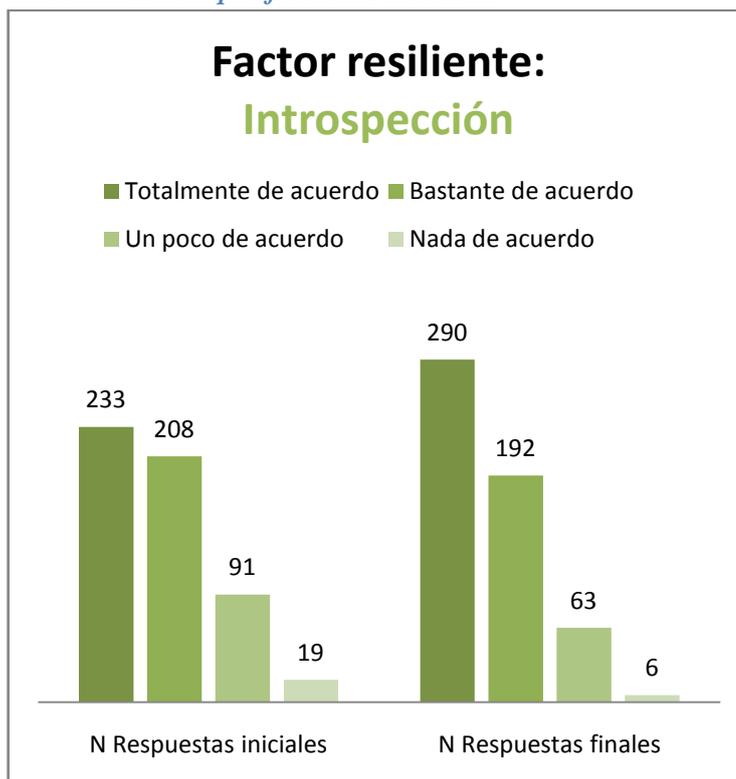
*“Ahora pasamos a las preguntas más profundas, a conocer sus opiniones personales. Vemos que el entrevistado empieza a aponerse nervioso...”*

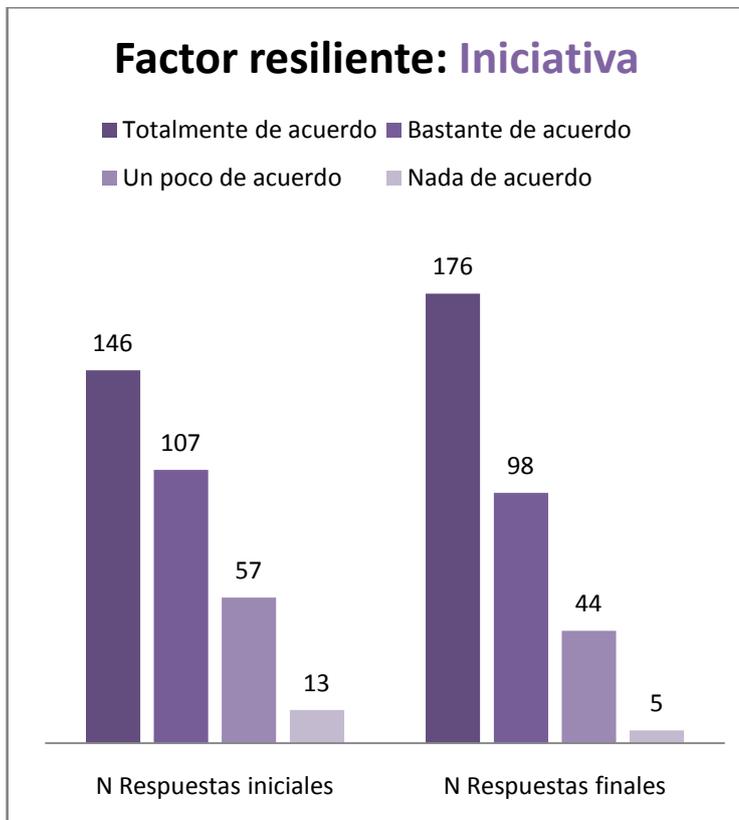
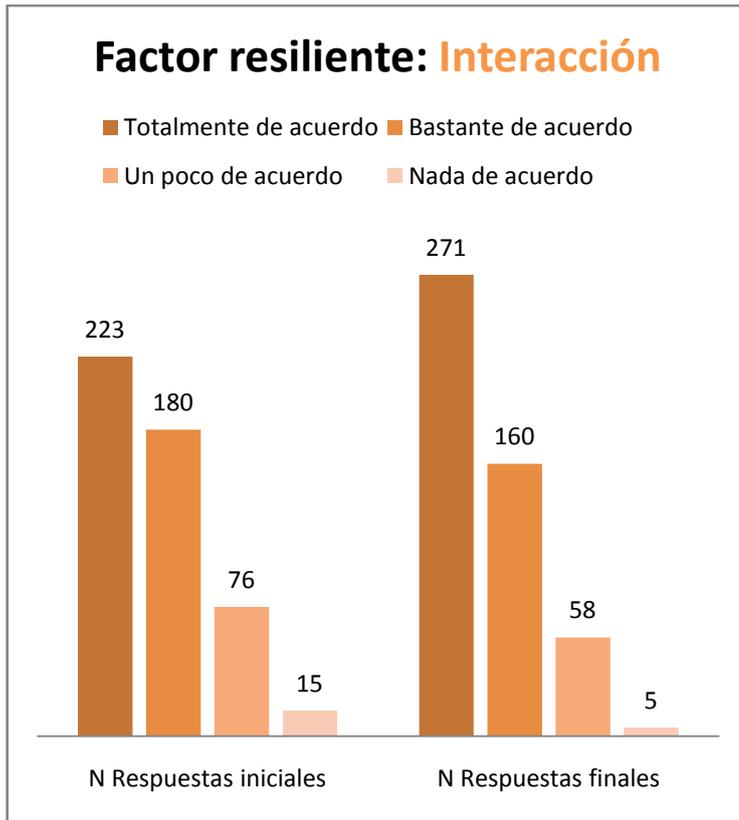
*“Hoy vamos a entrevistar a un alumno de 1º de ESO. Le preguntaremos sobre su vida, desde lo más personal a lo más divertido y sorprendente”*

ANEXO 26: Comparativa de respuestas a cuestionarios agrupadas por factores resilientes

RESPUESTAS CUESTIONARIOS INICIALES AGRUPADAS POR FACTORES RESILIENTES					RESPUESTAS CUESTIONARIOS FINALES AGRUPADAS POR FACTORES RESILIENTES				
ASPECTO	Ítems del cuestionario asociados	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje	ASPECTO	Ítems del cuestionario asociados	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje
Introspección	1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	233	42,29	Introspección	1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	290	52,63
		Bastante	208	37,75			Bastante	192	34,85
		Un poco	91	16,52			Un poco	63	11,43
		Nada	19	3,45			Nada	6	1,09
		TOTAL	551	100,00			TOTAL	551	100,00
Independencia	8, 9, 13, 18, 19, 33, 34, 36, 38, 39 y 40	Totalmente	90	43,06	Independencia	8, 9, 13, 18, 19, 33, 34, 36, 38, 39 y 40	Totalmente	37	46,41
		Bastante	79	37,80			Bastante	82	39,23
		Un poco	31	14,83			Un poco	28	13,40
		Nada	9	4,31			Nada	2	0,96
		TOTAL	209	100,00			TOTAL	209	100,00
Interacción	2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 20, 21, 22, 23, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	223	45,14	Interacción	2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 20, 21, 22, 23, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	271	54,86
		Bastante	180	36,44			Bastante	160	32,33
		Un poco	76	15,38			Un poco	58	11,74
		Nada	15	3,04			Nada	5	1,01
		TOTAL	494	100,00			TOTAL	494	100,00
Iniciativa	3, 8, 10, 13, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	146	45,20	Iniciativa	3, 8, 10, 13, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 39 y 40	Totalmente	176	54,49
		Bastante	107	33,13			Bastante	98	30,34
		Un poco	57	17,65			Un poco	44	13,62
		Nada	13	4,02			Nada	5	1,55
		TOTAL	323	100,00			TOTAL	323	100,00
Creatividad	16, 17, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	57	50,00	Creatividad	16, 17, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	58	50,88
		Bastante	32	28,07			Bastante	35	30,70
		Un poco	16	14,04			Un poco	17	14,91
		Nada	9	7,89			Nada	4	3,51
		TOTAL	114	100,00			TOTAL	114	100,00
Ideología personal	1, 8, 9, 10, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40	Totalmente	240	46,78	Ideología personal	1, 8, 9, 10, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40	Totalmente	284	55,36
		Bastante	184	35,87			Bastante	178	34,70
		Un poco	74	14,42			Un poco	47	9,16
		Nada	15	2,92			Nada	4	0,78
		TOTAL	513	100,00			TOTAL	513	100,00
Sentido del humor	24, 25, 26, 27, 28, 31, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	85	44,74	Sentido del humor	24, 25, 26, 27, 28, 31, 35, 36, 38 y 40	Totalmente	101	53,16
		Bastante	66	34,74			Bastante	62	32,63
		Un poco	33	17,37			Un poco	24	12,63
		Nada	6	3,16			Nada	3	1,58
		TOTAL	190	100,00			TOTAL	190	100,00

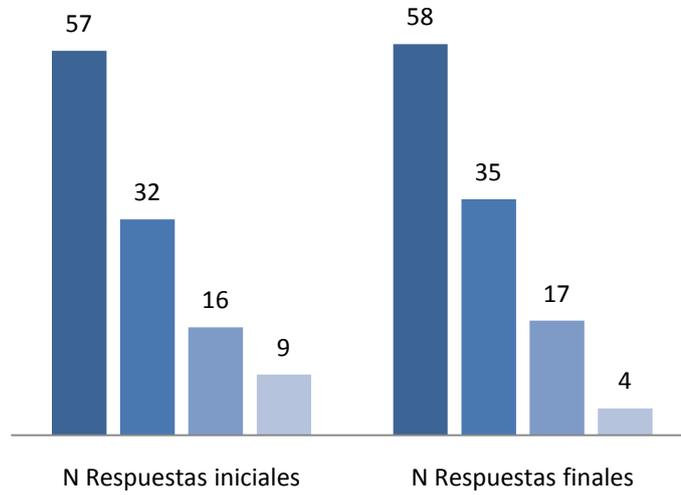
ANEXO 27: Gráfico de barras: análisis por factores resilientes





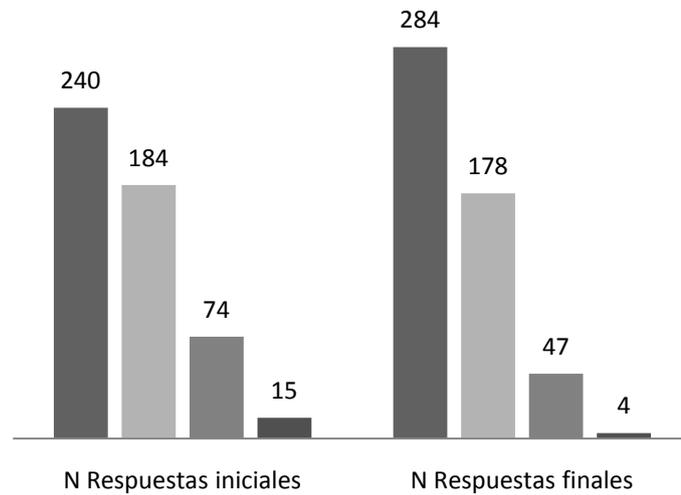
## Factor resiliente: Creatividad

■ Totalmente de acuerdo ■ Bastante de acuerdo  
■ Un poco de acuerdo ■ Nada de acuerdo



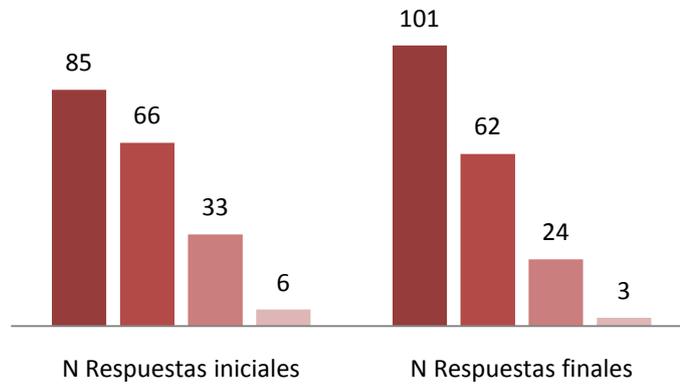
## Factor resiliente: Ideología personal

■ Totalmente de acuerdo ■ Bastante de acuerdo  
■ Un poco de acuerdo ■ Nada de acuerdo



## Factor resiliente: Sentido del humor

■ Totalmente de acuerdo ■ Bastante de acuerdo  
■ Un poco de acuerdo ■ Nada de acuerdo



ANEXO 28: Gráfico de barras: análisis de encuestas de valoración final

