

TRABAJO FIN DE MÁSTER EN
COMUNICACIÓN INTERCULTURAL Y
ENSEÑANZA DE LENGUAS (CIEL)

**FORMAR NIÑOS Y NIÑAS MÁS
RESILIENTES MEDIANTE EL
TRABAJO DE LAS EMOCIONES
POSITIVAS UTILIZANDO COMO
RECURSO DIDÁCTICO UNA
ADAPTACIÓN DE LA OBRA
LITERARIA “EL LAZARILLO DE
TORMES”**

Nombre de la alumna: Melani Leno Carceller

DNI de la alumna: 20900142-L

Nombre del tutor de TFM: Adolf Piquer Vidal

Curso académico: 2018/2019

ÍNDICE

RESUMEN.....	1
1. JUSTIFICACIÓN.....	2
2. MARCO TEÓRICO.....	4
2.1 EMOCIONES	
2.1.1 INTELIGENCIA EMOCIONAL	
2.2 PSICOLOGÍA POSITIVA	
2.3 LITERATURA INFANTIL Y JUVENIL	
2.3.1 <i>EL LAZARILLO DE TORMES</i>	
3. PROPUESTA DIDÁCTICA.....	20
3.1 CONTEXTUALIZACIÓN	
3.2 OBJETIVOS	
3.3 METODOLOGÍA	
3.4 TEMPORALIZACIÓN	
3.5 ACTIVIDADES	
3.6 EVALUACIÓN	
4. CONCLUSIÓN.....	44
5. BIBLIOGRAFÍA.....	45

RESUMEN

En este documento se describe la importancia de trabajar en el aula las emociones positivas para formar niños y niñas resilientes, ya que de esta manera serán más felices y, como consecuencia, obtendrán múltiples beneficios a nivel social, afectivo y cognitivo. Por tanto, será necesario desarrollar las habilidades más características de la inteligencia emocional, con el objetivo de conocerse a sí mismos, regular sus conductas cuando sea necesario y facilitar las relaciones interpersonales mediante la empatía. Para ello, se empleará la literatura infantil, concretamente, una adaptación de un clásico como *El Lazarillo de Tormes* a partir del cual se diseñará un modelo didáctico cuyo enfoque metodológico esté basado en la Psicología Positiva. Esta corriente les permitirá tomar conciencia de sus fortalezas y virtudes para potenciarlas, en lugar de frustrarse por las deficiencias. En definitiva, se utiliza la historia del protagonista con la intención de ejemplificar las ventajas de ser optimista y agradecido, así como de tener esperanza, confianza en uno mismo y un espíritu luchador.

Palabras clave: Inteligencia emocional, emociones positivas, psicología positiva, resiliencia, literatura infantil, modelo didáctico.

1. JUSTIFICACIÓN

Como es sabido, los niños y niñas permanecen en el colegio la mayor parte de su infancia, etapa en la que se desarrollan emocionalmente, ya que conviven e interactúan con sus iguales. Por tanto, el entorno escolar, junto con el familiar, se convierte en un espacio privilegiado de socialización emocional y el docente se transforma en su referente más importante en cuanto a actitudes, comportamientos, emociones y sentimientos. Sin embargo, en la práctica educativa diaria todavía es frecuente observar una distinción entre los aspectos más cognitivos, relacionados con el dominio de los contenidos del currículum, frente a los aspectos propios del desarrollo personal y social del alumnado, ligados a la acción tutorial: enseñar a pensar, enseñar a ser persona y enseñar a convivir.

Dicho esto, se hace necesaria la Educación Emocional en el ámbito académico, pues educar significa apostar por el desarrollo integral de las personas. Para abordar este objetivo resulta esencial el tratamiento de las emociones positivas, pues el sistema educativo actual tiende a centrarse en las carencias y errores con la intención de corregirlos y mejorarlos. Como consecuencia, se transmite, inconscientemente, una gran cantidad de mensajes destructivos, los cuales provocan en el alumnado emociones negativas, como la frustración, que deterioran su autoestima.

Por eso, se puede recurrir a la Psicología Positiva, es decir, enfocar la atención en los logros y en las cualidades de cada uno, puesto que la meta de la educación es ayudar a formar personalidades inteligentes que estén en condiciones para llevar una vida feliz y digna (Marina, 2004). Asimismo, esta puede aportar herramientas que ensalcen las fortalezas personales y potencien la capacidad de resiliencia. Así pues, este enfoque pedagógico tiene su valor en la práctica, por lo que no basta con conocerla, sino que los discentes deben utilizarla durante su formación y percibirla como indispensable para sus vidas.

Ahora bien, como maestra considero que la mejor manera de introducir y ocuparse de la Educación Emocional es a través de la Literatura Infantil y Juvenil porque, además de estar muy presente en las aulas, se trata de una estrategia con la que es posible difundir valores que favorezcan el crecimiento personal y

grupales. También permite sensibilizar a los más pequeños sobre la importancia de confiar en uno mismo, superarse y esforzarse para alcanzar la felicidad.

Otra razón que justifica este argumento es que, gracias a la lectura, los estudiantes empatizan con los personajes de la historia, de modo que dichas vivencias les pueden aportar un aprendizaje muy reflexivo, rico y significativo. Esta idea la corrobora Raymond Mar y su equipo de la Universidad de Toronto porque en el año 2006 probaron que las personas que consumen novelas tienen mayor facilidad para ponerse en la piel del otro respecto a los no lectores. Además, está sustentado en un estudio de la Universidad de Washington a cargo de la psicóloga Nicole K. Speer, quien afirmó en un artículo publicado en 2009 en la revista *Psychological Science* que “los lectores simulan mentalmente cada nueva situación que se encuentran en una narración y que los detalles de las acciones registrados en el texto se integran en el conocimiento personal de las experiencias pasadas”.

En mi opinión, todos estos beneficios no se han aprovechado, pues los docentes se han concentrado en destinar la literatura para mejorar, únicamente, las destrezas lingüísticas (comprensión y expresión oral y escrita) de los alumnos, en lugar de aplicarla para potenciar el desarrollo moral y ético.

Con todo, a lo largo del documento expondré una parte teórica que fundamente las ideas descritas anteriormente. Por un lado, la relevancia de trabajar las emociones, es decir, aprender a identificarlas, expresarlas y regularlas con el fin de mejorar las relaciones sociales, tener bienestar mental y físico y, así evitar conflictos e inestabilidad emocional. Seguidamente, se mostrarán los diferentes tipos de clasificaciones que han propuesto algunos autores durante el periodo en el que se ha indagado acerca de esta competencia, ya que existen distintos criterios a tener en cuenta.

No obstante, el estudio se centrará, más concretamente, en las emociones positivas, pues creo que la Psicología Positiva ayuda a desarrollar habilidades que generan en los niños y niñas satisfacción, alegría, gratitud y orgullo. De esta manera, adoptan un estilo de vida beneficioso, puesto que serán capaces de afrontar las dificultades con una actitud predispuesta, percibir los errores como una oportunidad para aprender, transformar el estrés en ilusión, no rendirse ante

las adversidades, ser consciente de las virtudes y aprovecharse de ellas y, en definitiva, saber vivir en paz.

Por otro lado, se plasmará la literatura como un recurso didáctico, ya que como se ha mencionado en líneas anteriores, su utilidad en las aulas facilita la transmisión de la Educación Emocional y de la cultura. Paralelamente, se constituirá un apartado donde se especificará el cuento escogido, se describirá la información necesaria para contextualizar la época en la que transcurre la historia y se indicará la adaptación sobre la que basaré las actividades. Es conveniente señalar que estará adecuada al nivel y a las características psicoevolutivas de los niños y niñas a los que va dirigida.

Finalmente, se diseñará una secuencia didáctica que gire en torno a la obra clásica “El Lazarillo de Tormes” con el propósito de poner en práctica la tesis del trabajo y demostrar que las experiencias del protagonista influyen en los estudiantes provocando una evolución. Para ello, será imprescindible analizar previamente las emociones que impregnan la narración y asociarlas con las acciones que lleva a cabo el Lazarillo. Esto les posibilitará entender el funcionamiento de dichos estados generando comportamientos empáticos y aprendizajes significativos, porque consiguen nutrirse de los mecanismos de autorregulación, normalizar y relativizar sus dificultades y motivarse para revertir su situación extrayendo la moraleja.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 EMOCIONES

En toda experiencia y recuerdo siempre se aloja una emoción. De hecho, las aportaciones científicas actuales encabezadas por Bless (2000), Bisquerra (2003), Fernández Abascal (2003), Brakett (2004), Iglesias (2004) y Crawspeth (2005) entre otros, han demostrado que las emociones afectan a la vida cotidiana teniendo un poder inmenso en nuestras decisiones y conductas, pues representan una parte fundamental de nuestra identidad y nos guían para alcanzar la felicidad. Igualmente, estos autores destacan la vinculación entre estas y la salud como base de toda actividad humana porque interfieren en los controles del pensamiento. Por eso, no se deben reprimir ni evitar, sino que se

deben estudiar con el fin de ser conscientes de nuestro mundo interior y, de esta manera, poder satisfacer nuestras necesidades y deseos y facilitar nuestra adaptación al medio.

Dicho esto, las emociones se podrían concebir como sistemas inteligentes de respuesta de nuestro cerebro que nos permiten reaccionar de forma rápida y apropiada a los acontecimientos de nuestro entorno. A su vez, Brody (1999: 15) añade que son sistemas motivacionales con componentes fisiológicos, conductuales, experienciales y cognitivos, que tienen una valencia positiva o negativa, que varían en intensidad, y que suelen estar provocadas por situaciones interpersonales o hechos que merecen nuestra atención porque afectan al bienestar.

Es más, Catanzaro (2001) sostiene que “las emociones se refieren a sensaciones internas de los individuos relacionadas con eventos fisiológicos que responden a los sucesos de la vida” (citado en Peña, Macías y Morales, 2011, p. 7). Por último, Rafael Bisquerra (2000:61) la describe como un “estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que conduce a una respuesta organizada y determinada por un acontecimiento externo o interno”.

Así pues, es posible afirmar que autores especializados en la materia comparten sus percepciones en cuanto a la conceptualización del término, aún siendo evidente la subjetividad que se le atribuye a las emociones, la cual provoca en los seres humanos una aparente dificultad para reconocerlas, comprenderlas y gestionarlas. Sin embargo, no se ha logrado un consenso con respecto a la clasificación de las mismas, ya que a lo largo de la historia se han aportado diversos nombres para organizar las emociones según distintos criterios como, por ejemplo, las funciones que desempeñan. De este modo, presentaré, en las siguientes líneas, las tres clasificaciones que he considerado más relevantes, intuitivas y creativas.

En primer lugar, Paul Ekman (1992) distingue entre emoción básica o primaria y emoción compleja o secundaria. En este sentido, expone que las primeras son innatas, es decir, aparecen de forma natural e inmediata, aunque con una duración muy breve. Además, se reconocen por medio de una expresión

determinada, lo que les otorga un carácter universal, ya que todos somos capaces de reconocerlas, independientemente de nuestra cultura. Izard (1991) apoyaba esta idea argumentando que las emociones básicas están relacionadas con unos sentimientos concretos y únicos, se derivan de procesos biológicos evolutivos, son adaptativas, motivan a actuar y cumplen una función social. Por tanto, ambos autores concluyen que estas son la alegría, la tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco.

En segundo lugar, Ekman explica que las complejas, en cambio, son aprendidas y parecen más susceptibles a la influencia del contexto sociocultural en el que se encuentran, puesto que surgen durante el proceso de socialización en las diferentes relaciones interpersonales. En definitiva, se está haciendo referencia a emociones como los celos, la culpa, la envidia, el interés y la vergüenza.

Por otro lado, Leslie Greenberg (2002) realiza una nueva aportación categorizando las seis emociones básicas en primarias, secundarias e instrumentales, al tiempo que califica las primarias como adaptativas o desadaptativas. Este psicólogo asegura que es esencial identificar la emoción básica que está en juego, así como el origen y el motivo que la justifica. Para ello, es necesario entender el significado de cada una de ellas. Las adaptativas, suelen ser respuestas viscerales y fundamentales a las situaciones que se nos presentan, por lo que llegan y se van con rapidez. También son saludables y muy valiosas, ya que se tratan de la fuente de la inteligencia emocional. Al contrario, las desadaptativas se dan cuando la circunstancias que la generaron ya forman parte del pasado, pero perduran en el tiempo sin conocer la causa que la produjo, luego se convierten en dañinas.

Por lo que respecta a las secundarias, Greenberg mantiene que son aquellas que esconden nuestras verdaderas emociones porque se manifiestan en el momento en el que las centrales se ocultan, no se perciben o no son aceptadas. Asimismo, nos impiden conectar con nuestras necesidades y, por consiguiente, resultan problemáticas. En último lugar, las emociones instrumentales son las expresiones que se emplean consciente y automáticamente para conseguir una meta. Por ello, cabe indicar que aprendemos a utilizarlas por los beneficios que aportan, pues tendremos la oportunidad de hacer que los demás reaccionen como nosotros queremos que lo hagan.

Finalmente, se puede hablar de emociones positivas y negativas en función del placer que nos produce sentir las. En este caso, Fredrickson (citado por Greco, 2010) declara que una emoción es positiva cuando la experiencia subjetiva es comprendida desde el placer y el hecho de sentirla incrementa los pensamientos y las acciones de los individuos hacia un desarrollo positivo funcional y un mejor estado de bienestar mental. Análogamente, plantea que la construcción de dichas emociones se produce en el transcurso del tiempo creando una variedad de recursos personales importantes, los cuales permiten fortalecer a las personas haciéndolas más creativas, resistentes y competentes frente a las adversidades que se le presentan. De acuerdo con este autor, Joiner (citado por Oros, 2009) piensa que las emociones positivas potencian el razonamiento flexible, imaginativo y eficiente mediante un buen aprendizaje significativo. En resumen, cree que enriquecen y mejoran la focalización atencional y las funciones cognitivas.

En cambio, las emociones negativas producen experiencias emocionales desagradables y actúan como una defensa en contra de amenazas externas con el propósito de enfrentarlas. Es imprescindible saber gestionarlas para sentirse bien con uno mismo, puesto que “si no son controladas de forma adecuada pueden producir conductas desadaptativas o trastornos psicológicos en el individuo. Este dominio se ejercerá mediante estrategias de autorregulación emocional” (Martínez, 2014: 37). Por esta razón, debe ser obligatorio trabajar la Inteligencia Emocional, pues tal y como recuerda Vallés y Vallés (2000), este tipo de emociones duran más y son más frecuentes que las positivas debido a que en la cotidianidad se suceden más situaciones frustrantes que satisfactorias.

Ahora bien, los especialistas dedican sus esfuerzos en transmitir que el concepto de emoción negativa no es sinónimo de emoción mala, simplemente se trata de una asociación que ha sido erróneamente establecida por la sociedad. De hecho, todas son buenas, pero es la gestión de estas la que determinará los efectos que van a tener sobre nuestra salud y la del resto. En este sentido, Elsa Punset (2008) expone que “las emociones, tanto positivas como negativas, cumplen un papel evolutivo, es decir, existen porque sirven para ayudarnos a sobrevivir en un entorno complejo” (p. 272).

2.1.1 INTELIGENCIA EMOCIONAL

El concepto de inteligencia emocional fue difundido por Goleman en 1996 aunque surgió con Salovey y Mayer, quienes en 1997 lo describieron como:

“la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones proviniendo un crecimiento emocional e intelectual que resultará en una fuente de salud y felicidad” (p. 10).

A su vez, Cooper y Sawaf (1997) la definieron como “la aptitud para captar, entender y aplicar eficazmente la fuerza y la perspicacia de las emociones como fuente de energía humana, información de las relaciones y de las influencias”. Por ello, Collell (2003) mantiene que las habilidades prácticas que favorece el desarrollo de la Inteligencia Emocional son: en primer lugar, el autoconcepto que se define como la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que aparece. De esta manera, se necesita prestar especial atención a los estados de ánimo y reacciones y relacionar estas con los estímulos que las provocan. En segundo lugar, la autorregulación, es decir, el control de las propias emociones. No se trata de reprimirlas, sino de regular la intensidad de la emoción y el tiempo que estamos bajo su dominio. En tercer lugar, las habilidades sociales, ya que como apunta Seligman (2005) la felicidad se debe a un alto nivel de socialización satisfactoria. Es más, Del Barrio (2005) indica que los desajustes emocionales alteran toda la vida de la persona, desde el aspecto personal hasta la convivencia y el bienestar necesarios en la sociedad actual. En cuarto lugar, el desarrollo de la motivación y de la autoestima, pues constituye la base de cualquier forma de autoeficacia y el fundamento afectivo de la identidad, convirtiéndose el respeto del alumno en un instrumento escolar básico. Finalmente, la empatía porque “gracias a ella aprendemos a sentir lo que el otro siente y compararlo con lo que nosotros sentimos, preparándonos para comprender y compartir” (Tierno, 2008, p.125). Cuando la empatía es observadora y no se inmiscuye en los sentimientos de los otros, el ser humano consigue un nivel óptimo de salud mental que se manifiesta en unas relaciones sociales satisfactorias (Fernández-Berrocal y Ramos, 2002). De ahí que las

personas empáticas sean más receptivas para captar las señales que indican lo que los demás necesitan o desean.

Como consecuencia, si se trabaja la inteligencia emocional, el rendimiento académico del alumnado mejorará considerablemente y será capaz de controlar sus propias emociones para que su vida escolar le deje un buen sabor de boca. Weiner (1990) sostiene que cuando se habla de un bajo rendimiento académico, el alumno afectado, generalmente, presenta una baja autoestima y un bajo autoconcepto acerca de sí mismo, ya que no logra obtener el nivel académico esperado para su edad. Así pues, desde un punto de vista estrictamente humano, y no social, la principal consecuencia del fracaso escolar es un deterioro de la seguridad en sí mismo y una reducción de la autoestima del niño o la niña (Muñoz, 2005).

Por el contrario, el analfabetismo emocional provoca importantes déficits en el bienestar y ajuste psicológico del individuo, dificultades y problemas de comportamiento en sus relaciones interpersonales con compañeros y profesorado, así como un escaso rendimiento escolar.

Dicho esto, resulta evidente concebir la Inteligencia Emocional como una competencia clave para gozar de una educación íntegra, por lo que debe estar presente en la escuela. Es más, Bisquerra (2002) afirma que el periodo escolar se considera fundamental en la vida del ser humano, pues se adoptan comportamientos que permitirán configurar una personalidad rica y equilibrada que posibilite la participación activa y efectiva en la sociedad. Ahora bien, para que esto sea posible, es imprescindible que el primer destinatario de la educación emocional sea el profesorado, ya que requiere de una formación óptima que le capacite para aplicar dichos conocimientos en su práctica educativa. De hecho, es sabido que cada vez hay más centros que se preocupan por esta cuestión y que, por tanto, solicitan herramientas didácticas que les facilitan el tratamiento de las emociones con los alumnos y alumnas. De este modo se les ayudará a prevenir conflictos internos, luego reforzarán la confianza en sí mismos y, como consecuencia, serán más felices y positivos para afrontar los obstáculos. También dispondrán de recursos para resolver pacíficamente los problemas comunes de una convivencia porque habrán crecido en un ambiente donde prima el respeto y la tolerancia.

Otro espacio educativo muy importante para el desarrollo emocional es la familia porque los padres son los primeros y principales agentes de la educación de sus descendientes. Además, como informa Dueñas (1994) constituyen la base de la seguridad del niño y de la niña y les proporcionan ayuda, apoyo y consuelo. Por eso, se puede concluir que juegan un rol primordial durante su temprana edad, puesto que disponen de más oportunidades para favorecer su crecimiento personal, enseñarles actitudes ejemplares y guiar su toma de decisiones hacia la satisfacción de sus necesidades y el cuidado de su salud.

2.2 PSICOLOGÍA POSITIVA

La Psicología Positiva es un enfoque relativamente novedoso que nace en 1998 con la asunción del psicólogo norteamericano Martin Seligman como presidente de la American Psychological Association. Aunque este profesor e investigador se convirtió en el portavoz de esta nueva rama de la psicología, Mihaly Csikszentmihalyi fue también considerado uno de los principales iniciadores.

El motivo fundamental de su creación fue fomentar el interés de académicos e investigadores sobre un área muy desatendida hasta ese momento, el estudio de los aspectos psicológicos positivos del ser humano. Por tanto, la Psicología Positiva busca promover el cambio desde una Psicología centrada en la preocupación por reparar el daño hasta otra centrada en desarrollar las cualidades positivas, las fortalezas de las personas, la prevención de la enfermedad mental (Seligman, 2005) así como, la adquisición de habilidades, herramientas y valores que permitan convertir sus vidas en más plenas, satisfactorias y felices.

Así pues, Seligman define esta reciente disciplina, como:

“el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene la incidencia de la psicopatología” (1999, citado en Contreras y Esguerra, 2006, p. 311).

Más concretamente, Sheldon y King (2001), se refieren a ella como “el estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una

perspectiva más abierta respecto al potencial humano, sus motivaciones y capacidades”.

Del mismo modo, Cuadra y Florenzano (2003) señalan que, a nivel individual, se puede plantear que la Psicología Positiva indaga acerca de la capacidad para amar, la vocación, el valor, las habilidades interpersonales, la perseverancia, el perdón, la originalidad, la espiritualidad, el talento y la sabiduría. En cambio a nivel social, explora las virtudes ciudadanas y las instituciones que reclaman a los individuos ser "mejores" ciudadanos: la responsabilidad, el altruismo, la civilidad, la tolerancia y el trabajo ético.

En definitiva, la psicología no debe ocuparse de corregir deficiencias sino de construir competencias emocionales y potenciar las fortalezas humanas para que funcionen como amortiguador ante la adversidad, siendo su fin último mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional de las personas (Seligman, Parks y Steen, 2004), pues la felicidad aporta beneficios en forma de estabilidad y satisfacción en las relaciones familiares e interpersonales, en el rendimiento académico y en la salud (Lyubomirsky, King y Diener, 2005).

Por eso, Seligman (2002) diseñó el modelo de las tres vías, las cuales permiten el acceso a una vida plena. La primera, conduce a la vida placentera, de modo que consiste en incrementar la cantidad de emociones positivas para ser feliz. Estos momentos felices se pueden alcanzar a lo largo de las tres etapas de la vida: en el pasado, si se cultiva la gratitud y el perdón, pues se desarrolla la satisfacción, la complacencia, la realización personal, el orgullo y la serenidad. En el presente, se logra a través de la alegría, la tranquilidad, el entusiasmo, la euforia y el placer. Finalmente, en el futuro las emociones positivas se pueden conseguir por medio del optimismo, la esperanza, la fe, y la confianza.

A continuación, la segunda vía, cuyo destino es la buena vida o vida comprometida, pues se trata de analizar las fortalezas y virtudes personales con el objetivo de desarrollar un mayor número de experiencias óptimas (*flow*). Este término fue acuñado por Csikszentmihalyi en 1975, quien manifestó que para encontrar la felicidad era necesario entrar en estado de flujo, es decir, involucrarse tanto en lo que se hace que no se piense en uno mismo como algo separado de la actividad que se esté realizando, ya que durante esta se

producen estados alterados de la conciencia en los que se llega a perder la noción del tiempo, y de ello resultan experiencias plenamente satisfactorias, con un alto nivel de rendimiento y creatividad. Por esta razón, el profesor declaró: “eres lo que estás haciendo” (Csikszentmihaly, 2010). La vida comprometida, por lo tanto, deriva de la experimentación de emociones positivas para ser conscientes de nuestras fortalezas personales y habilidades y aplicarlas en una tarea concreta, alcanzando así, esa conexión que llamamos compromiso.

Por último, la tercera ruta está destinada a la consecución de la vida con sentido o vida significativa porque tiene como finalidad experimentar el estadio superior de la felicidad. Para ello, es importante poner las habilidades y virtudes al servicio de alguna meta por encima de uno mismo para adquirir un significado vital como resultado de dicho proceso. Como consecuencia, aquello que produce sentimientos positivos no es la satisfacción de obtener logros o deseos sino el propio proceso. En general, este ocurre a través de las instituciones típicas (familia, trabajo, escuela y comunidad).

En resumen, estas tres vías de felicidad se relacionan entre sí, puesto que la vida significativa incluye los placeres y las emociones positivas. Además, no son ni exclusivas ni exhaustivas, es decir, que se pueden perseguir diversos objetivos en el camino de la felicidad y recorrerse desde distintos lugares. No obstante, según el propio Seligman (2002), y sin infravalorar la experimentación de emociones positivas en cualquier momento del ciclo vital, el desarrollo de la vida comprometida y de la vida significativa puede tener una mayor importancia para la construcción del bienestar.

Bien pues, de acuerdo con Tierno (2008) las emociones positivas son claves para la consecución de la felicidad y con ello, para el desarrollo de la Psicología Positiva. Según Fernández-Abascal (2009), son aquellas que implican sentimientos agradables, una valoración de la situación como beneficiosa, movilizan escasos recursos para su afrontamiento y tienen una duración temporal muy corta. Asimismo, Fredrickson (1998) alegó que las emociones positivas favorecen la flexibilidad, la ampliación de pensamientos y acciones y la construcción de nuevos recursos intelectuales, físicos y sociales que preparan al individuo para enfrentar con éxito dificultades y adversidades venideras. Además, cuando estamos de talante positivo, las personas mejoramos y la

amistad, las relaciones amorosas y las coaliciones tienen más probabilidades de prosperar (Seligman, 2011). De hecho, la investigación ha mostrado que el afecto positivo mejora la capacidad de resiliencia —enfrentar positivamente las circunstancias adversas—, aumenta la creatividad y dota de excelentes aptitudes para resolver conflictos (Avia y Vázquez, 1998).

Por otra parte, también resulta imprescindible apuntar que la Psicología Positiva no tiene todo su valor por sí misma, sino que se compone de una serie de fortalezas que contribuyen a que esta tenga su efecto en las personas. Una fortaleza es un rasgo, una característica psicológica que se presenta en situaciones distintas a lo largo del tiempo y que es medible y adquirible. Esta nueva mirada de la psicología pretende que las personas tomen conciencia de sus fortalezas y las apliquen, en lugar de acentuar y trabajar en sus debilidades, pues de esta manera, se reducirán.

Las fortalezas elegidas por Seligman y Peterson (2004) son las vías o caminos para llegar a alcanzar las seis virtudes humanas (Sabiduría, Valor, Humanidad, Justicia, Templanza y Transcendencia) y siguen un criterio de ubicuidad, es decir, se valoran en casi todas las culturas del mundo.

Por tanto, estas son rasgos duraderos de la personalidad, y concretamente, características positivas que aportan sensaciones placenteras y gratificantes. Las virtudes se hallan en un plano más abstracto o filosófico, mientras que las fortalezas son más específicas, susceptibles de ser modificadas y evaluadas.

Respecto a la Psicología Positiva en la escuela, son muchos los autores que aseguran, bajo un enfoque científico y riguroso, que la felicidad aporta numerosos beneficios al mundo educativo. Bisquerra (2003), Marina (2004) y Punset (2006) sostienen que conseguir niños y niñas felices debería ser un objetivo prioritario en nuestro sistema educativo. Estos piensan que más allá de la pura transmisión de conocimientos, la escuela debería ser el lugar donde se desarrollen actitudes positivas hacia la vida, desarrollando la inteligencia interpersonal e intrapersonal del alumnado, para que pueda llevar una vida más feliz y resiliente. Es más, diferentes revisiones empíricas sobre el tema han mostrado que las personas felices son más sanas física y psicológicamente, afrontan mejor el estrés e, incluso, viven más tiempo. En el ámbito social, las

personas felices tienen más amigos, están más satisfechos con sus relaciones sociales, son más cooperativos y están dispuestos a ayudar a otras personas.

Razón por la cual, las aplicaciones prácticas que están ofreciendo los investigadores de la actual Psicología Positiva, brindan diversas posibilidades para encauzar la motivación, el ánimo y el optimismo de aquellos estudiantes que en muchas ocasiones no aciertan a comprender el sentido de las enseñanzas que se les proporcionan.

Actualmente, el mensaje de la Psicología Positiva que difunden los expertos en la Psicología Positiva como Seligman (2003) es que todos podemos volvernos en buena medida más felices, debemos trabajarnos nuestra propia felicidad. Por eso, los padres y educadores debemos ayudar al discente a que descubra sus intereses específicos y a ocuparse de intensificar esta sensación procurando que se dedique a lo que le fascina, abriendo así, el camino que le lleva a una vida feliz.

En conclusión, una escuela feliz es un lugar al que el niño quiere ir y estar, en el que se siente a gusto. Por tanto, cualquier intervención educativa debería incluir la estimulación de emociones positivas como alegría, ilusión, humor, amor, esperanza, etc.

2.3 LITERATURA INFANTIL Y JUVENIL

Las últimas investigaciones han demostrado que la literatura infantil debe estar presente en la vida de los más pequeños desde su nacimiento, ya que de esta manera se forman los lectores y, un niño que lee es un adulto que piensa. Por eso, la familia y la escuela deben potenciar esta actividad e integrarla en su educación, pues como dice Bettelheim (1977) se trata de “un instrumento esencial a la hora de ofrecer al discente nuevos aprendizajes o fomentar los que ya tiene, además de desarrollar su personalidad y su nivel cognitivo, lingüístico, social y afectivo”.

Así pues, comenzaré por plasmar diferentes conceptualizaciones acerca de la literatura infantil. En primer lugar, Graciela Perriconi (citada en Pavón, 2015) la define como “un acto comunicativo entre un receptor niño y un emisor adulto que tiene como objetivo sensibilizar al primero por medio de la capacidad creadora y

lúdica del lenguaje” (p.6). Por tanto, se podría afirmar que la obra literaria se convierte en un vehículo de transmisión de ideas, creencias, valores e ideologías que influirán y enriquecerán nuestro crecimiento. De hecho, tal y como sostiene Castillo (2013, p.1), su principal pretensión no solo es divertir y entretener, sino que su lectura nos incentiva a aprender de forma significativa y a conformar nuestro carácter, fortaleciendo los principios y, en especial, la inteligencia emocional.

Como consecuencia, es posible declarar que la literatura funciona como un medio de reproducción social que constituye una herramienta pedagógica imprescindible en la construcción de la imagen que los alumnos y alumnas tienen de sí mismos, es decir, sirve para reforzar su autoconcepto y autovaloración, así como para incrementar su imaginación y recreación. Es más, de acuerdo con Pedro C. Cerrillo Torremocha (1987) se debe utilizar de manera constante en las aulas, con el fin de educarles literariamente, puesto que se favorecerá la escritura creativa, se promoverá la capacidad de análisis y del sentido crítico y se adquirirán habilidades comunicativas, las cuales facilitarán la convivencia y las relaciones interpersonales. A su vez, el encuentro espontáneo y emocional con el texto provoca una conexión directa con el mundo interior de los estudiantes, luego atenderán a sus necesidades y se sentirán en armonía, aspecto que los preparará para superar diversas experiencias positivas o negativas (Sotelo citado en Herrera, 2014).

También es interesante recurrir a Lázaro Carreter porque hizo alusión a la importancia de integrar la literatura en la enseñanza para desarrollar en el alumnado un espíritu crítico con la sociedad y con los ideales que ha implantado. Por eso, afirmó que es esencial emplear “las disciplinas literarias para insertar lúcida y críticamente a los jóvenes ciudadanos en el mundo que les ha tocado en suerte, el cual hace y hará todo lo posible por homogeneizarlos, por convertirlos en consumidores sin alma” (Lázaro, 1974: 331-332). En la actualidad, la literatura también serviría para liberar a los estudiantes de una dependencia hacia las pantallas digitales y hacia las redes sociales.

Ahora bien, emplear las narraciones como un recurso didáctico no es una estrategia innovadora, más bien algo natural, porque hablar con fluidez acerca de lo que les está sucediendo a unos personajes resulta más sencillo que

expresar aquello que nos afecta a nosotros mismos. Por esta razón, Pavón (2015) manifiesta que es importante que los discentes logren identificarse con los protagonistas de la historia, ya que les ayudará a generar patrones de resolución de conflictos dando respuesta a situaciones que todavía no han vivido. Además, la literatura infantil les concede la oportunidad de compartir ideales, de sufrir o gozar con la trama, de traducir sus emociones y pensamientos en palabras, de regular sus cambios de ánimo y de gestionar su conducta frente a las dificultades que surgen en el día a día.

En definitiva, se trata de un mecanismo de alfabetización emocional que permite desarrollar la empatía, pues son capaces de entender los sentimientos ajenos y de justificar ciertas actitudes debido a las similitudes que perciben respecto a su vida. Para ello, los agentes educativos deben tener en cuenta diferentes criterios a la hora de seleccionar una obra, puesto que son conscientes de que los jóvenes toman de ejemplo a las figuras literarias. Así pues, estarán obligados a asumir un papel de guía con el objetivo de inculcarles comportamientos éticos y morales a partir de la enseñanza que esconde cada relato.

Finalmente, es conveniente concluir que la literatura puede colaborar en la tarea de educar porque, gracias a la lectura de libros de calidad, el alumnado obtendrá beneficios en todas las destrezas y aptitudes que determinan su proceso educativo. Por ejemplo, progresan en su saber lingüístico y léxico, por lo que mejoran la expresión oral y escrita y amplían su vocabulario. También se transportan a un mundo mágico que les posibilita descubrir nuevas experiencias y cambiar su mentalidad por una más abierta, inventiva y personal.

Por otra parte, Navarro (2019) declaró en una entrevista realizada para la revista *El Cultural* que es fundamental leer clásicos en todas las etapas educativas, ya que “son la herencia cultural que nos enriquece”. Análogamente, indica de acuerdo con Ítalo Calvino (1995: 15), que representan la huella que han dejado en la cultura o en las culturas por las que han atravesado, es decir, cómo han influido en el lenguaje o en las costumbres. Del mismo modo, insistió en que los jóvenes deben leer los clásicos contrastando la información con sus conocimientos y teniendo presente el contexto literario e histórico donde se enmarcan las obras.

No obstante, para acceder a ellos el único modo es adaptarlos a su capacidad lingüística, puesto que tal y como informa Navarro (2006) la capacidad lectora de los niños y sus escasos conocimientos de la lengua no les permiten leer ni con gusto ni con aprovechamiento,

Por este motivo, Cerrillo (2007) defiende la presencia de un canon escolar de lecturas que priorice los clásicos porque todos los discentes deben sentirse parte del mundo que se describe en dichas narraciones. A su vez, el trabajo con estas obras garantiza el enriquecimiento emocional cuando se tiene en cuenta la posibilidad de empatizar con los personajes, la afinidad con la temática y la adecuación al lenguaje de los más pequeños.

2.3.1 EL LAZARILLO DE TORMES

La vida de Lazarillo de Tormes y de sus fortunas y adversidades, más conocida como *El Lazarillo de Tormes*, es una obra precursora del género de la picaresca que data del siglo XVI, cuya edición más antigua se publicó en el año 1554. Es fruto de nuestro humanismo renacentista, de modo que es concebida como una de las grandes genialidades en la literatura española. De hecho, la crítica académica la considera iniciadora de un género literario de extraordinaria originalidad, razón por la cual, se le han dedicado centenares de estudios y ha formado parte de todas las colecciones de clásicos.

A su vez, es importante señalar que una de sus peculiaridades es que se trata de una novela española anónima, escrita en primera persona y en estilo epistolar, es decir, como una carta extensa y única. Por tanto, se cuenta, de forma autobiográfica, la vida de un niño desde su nacimiento y mísera infancia hasta su matrimonio, constituido en la edad adulta. Además, algunos elementos que la caracterizan son el realismo, la estructura itinerante entre varios amos y la ideología moralizante y pesimista. En definitiva, los profesionales la califican como un esbozo irónico y cruel de la sociedad del momento, de la que se muestran sus vicios y actitudes hipócritas, especialmente, las de los clérigos y religiosos.

Ahora bien, conviene hacer alusión a Rosa Navarro Durán (1947), una especialista de la Literatura Española del siglo XVI, concretamente, del relato de *Lazarillo de Tormes* porque ha escrito varios libros y artículos críticos acerca de este clásico, por ejemplo, *La verdad sobre el caso del Lazarillo de Tormes* (2010). En dicho libro muestra su desconfianza ante algunas afirmaciones que se han hecho respecto al argumento y nos enseña a comprender los errores de la lectura, con el fin de cuestionar todo aquello que se evidencia. En este sentido, se puede destacar la teoría de la escritora sobre la autoría del cuento, ya que desmiente su anonimato y prueba, a través de un juego de letras que se hace con la primera y última palabra del título original, que Alfonso Valdés está detrás de esta maravilla literaria.

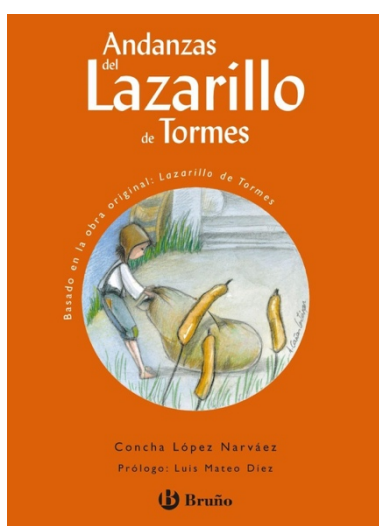
Por lo que se refiere a la trama, cabe decir que se narran las peripecias, las alegrías y amarguras de un joven huérfano que vive en la indigencia y que lucha por librarse de dicha pobreza. Para ello, trabaja sirviendo a diferentes amos, concretamente a siete, los cuales se comportan de distinta manera, la mayoría de ellos dificultando su progreso y bienestar. Sin embargo, de todos aprende una lección que le permite salir adelante a pesar de las penurias y los obstáculos que le interpone la población injusta y despiadadamente. Por tanto, las experiencias de Lázaro conforman una personalidad positiva, fuerte y arrolladora que junto a su esperanza y resiliencia le ayuda a obtener una estabilidad personal y laboral, ya que acaba disfrutando de una vida común y corriente como deseaba. En este largo camino, son clave las artimañas que el niño emplea para conseguir de un modo inteligente aquello que necesitaba para sobrevivir.

Por otra parte, es esencial analizar la obra teniendo en cuenta distintos aspectos como, por ejemplo, la evolución del protagonista, las características del contexto en el que transcurre la acción y los rasgos literarios más destacados. Así pues, comenzaré por describir a Lázaro, un espíritu travieso, ingenuo y astuto creado a partir del cinismo con un sistema de valores todavía inestable, puesto que no ha recibido una educación sólida, sino que ha debido hacerse así mismo a partir de sus vivencias y del ejemplo que tomaba de sus amos, lo cual le permitió aprender que todo acto tiene una consecuencia. Durante el relato, podemos apreciar que la tristeza y el maltrato de la vida del personaje se suaviza con la gracia de sus incidentes, sus comentarios sutiles y el humor negro, cómico y

elocuyente. En resumen, el joven pícaro provoca en el público una gran empatía, hecho que le convierte en un personaje engrandecido y expresivo. No obstante, ha sido valorado por sus lectores como un héroe a la inversa, es decir, un anti-héroe.

En cuanto a la temática de *El Lazarillo de Tormes*, conviene resaltar que es moral porque se centra en denunciar los valores idealistas, la imagen tan deplorable que tienen sobre la dignidad humana en aquella época y en revelar la supresión de las leyes. También se ofrece una visión nihilista y anticlerical, luego es evidente que el autor era un humanista desencantado, judeoconverso y erasmiano. Por consiguiente, se da a conocer una España nocturna, patética, dionisiaca, delictiva y conflictiva.

Por último, para comprender el género en el que se incluye dicho símbolo de la literatura infantil, es fundamental saber el significado de pícaro, que por lo general es un individuo hábil y sagaz con un nivel socioeconómico bajo que vive de engaños y acciones semejantes. La narración se apoya en un lenguaje muy atractivo, ya que es coloquial y popular, mientras que su estructura textual le otorga un carácter literario.



Dicho esto, debo apuntar que para poder facilitar la lectura y poder llevar a cabo la unidad didáctica con niños y niñas de cuarto de primaria, he seleccionado la adaptación de Concha López Narváez (2006) titulada *Andanzas del Lazarillo de Tormes* y perteneciente a la editorial Bruño. Esta presenta transformaciones en las escenas, especialmente en el lenguaje, aunque se pueden encontrar debilitamientos u omisiones de ciertos temas como la religión. Ahora bien, las cuestiones sobre la honra

y el hambre permanecen intactas y la escritora las plasma de una manera similar a la obra original, tal y como se observa en este fragmento:

“De todas formas, quería de verdad a su tercer amo, y así también se decía: “Este es pobre, y nadie da lo que no tiene; pero el avariento ciego y el mezquino clérigo

sí tenían y me mataban de hambre”. Tanto estimaba a su tercer amo que, viéndolo en necesidad, sufría al mismo tiempo que él.” (López Narváez, 2006: 105)

3 PROPUESTA DIDÁCTICA

Una vez se ha conformado el marco teórico con las cuestiones necesarias para contextualizar este proyecto, he decidido diseñar una propuesta didáctica que esté destinada al fomento de las emociones positivas y a la adquisición de la capacidad de resiliencia. Todo ello se desarrollará a través de unas actividades y dinámicas relacionadas con la lectura de la obra literaria *El Lazarillo de Tormes*.

En primer lugar, se trabajará la identificación, expresión y regulación de cada una de las emociones que he creído conveniente estudiar teniendo en cuenta la vida y la actitud del protagonista, así como el mensaje que pretendo transmitir a mis alumnos. En segundo lugar, se plantea un bloque que estará enfocado al tratamiento de la resiliencia para conseguir que los niños y niñas alcancen su bienestar y la felicidad plena. Por último, es importante apuntar que en ambos apartados se empleará como punto de partida una metodología basada en la psicología positiva.

A continuación, justificaré la selección de las emociones y explicaré los rasgos más característicos del optimismo, la esperanza, la confianza y la gratitud. También plasmaré la información de la resiliencia con el objetivo de conocer su significado y sus particularidades.

- Optimismo:

En mi opinión, es esencial estudiar el optimismo, ya que como sostiene Vera (2006) es uno de los puntos centrales de la psicología positiva. De hecho, Villarroel, Pávez & Silva (2012) plantean que esta emoción favorece las experiencias positivas del sujeto y beneficia los estados de ánimo que generan bienestar y mayor salud. Además, siempre va acompañado de variables como el logro y la perseverancia. Por este motivo, debe ser una condición aprendida desde la niñez, pues en este sentido, Vázquez & Castilla (2007) afirman que cuánto mayor optimismo hay en una persona, mejores estrategias de afrontamiento tendrán para desarrollar conductas de resolución de problemas.

Centrándonos en la obra, conviene señalar que Lázaro, a pesar de las dificultades, muestra positividad a la hora de pensar en su futuro, puesto que cree que llegará un día que no pasará hambre y tendrá una vida con mayores comodidades en la que desarrolle un trabajo más digno. Análogamente, se puede captar al final de la historia la filosofía de vida tan positiva que proclama el huérfano, porque no se hunde al conocer los entresijos que esconde su matrimonio, sino que se concentra en los aspectos que le ayudan a prosperar albergando la ilusión y la creencia de que todo cobrará sentido con el tiempo.

- Esperanza:

La esperanza es un estado positivo y motivacional que se basa en la interacción derivada del sentido del éxito (Cheavens, 2006). Por tanto, es una parte básica, fundamental e integral del ser humano, ya que de acuerdo con Cutchffe (1995), nos capacita para experimentar una alta calidad de vida. Asimismo, Fromm (1968) manifestó que tener esperanza significa estar en constante cambio y atento a que suceda aquello que se desea sin desesperarse.

Esta emoción planea sobre toda la trama porque el joven pícaro no permite que sus sueños se desvanezcan, por lo que actúa en consecuencia advirtiendo una actitud firme y perseverante cuando los amos le abandonan y esperando a que algún día mejoren sus circunstancias.

- Confianza:

Según Laurence Cornu, doctora en filosofía, la confianza es “una hipótesis sobre la conducta futura del otro. Es una actitud que concierne el futuro, en la medida en que este depende de la acción de otro. Es una especie de apuesta que consiste en no inquietarse del no-control del otro y del tiempo”.

Ahora bien, la confianza en uno mismo es todavía más determinante en la felicidad de un individuo porque posibilita alcanzar más fácilmente los propósitos, siempre dependiendo de las experiencias propias, de la personalidad y del ambiente que le rodea. Para ello, es esencial conocerse, valorar los sacrificios que se está dispuesto a hacer para conseguir dichos objetivos y ser conscientes de nuestras capacidades y habilidades.

Así pues, observamos, durante todo el relato, cómo el protagonista muestra no solo confianza en la vida, sino también en sí mismo, puesto que lucha

diariamente por salir adelante y tiene claro que esforzándose disfrutará de un buen porvenir. Por eso, no espera a que le den de comer, al contrario, se las ingenia para superar las adversidades utilizando su imaginación y creatividad. En definitiva, es muy consciente de que presenta las habilidades interpersonales y cognitivas necesarias para alcanzar un estatus socio-económico honrado y acorde a su empeño.

- Gratitud:

En cuanto a esta emoción, conviene citar a Emmons y McCullough (2001) quienes la definieron como “un estado afectivo cognitivo resultante de la percepción de haber sido beneficiado por un agente externo, de manera solidaria, desinteresada y gratuita”. Es más, según Watson y Naragon-Gainey (2010) la gratitud tiene un efecto de protección para los trastornos mentales como la depresión o la ansiedad, luego es evidente que reduce las emociones negativas. Por esta razón, se correlaciona de forma positiva con la autoestima y la satisfacción con la vida.

Dicho esto, quisiera anotar que este sentimiento no se manifiesta de forma explícita en la narración, no obstante, se convierte en el principal motivo por el que Lázaro continúa superando los obstáculos. En primer lugar, siente gratitud por la vida, ya que le concede nuevas oportunidades para cambiar su destino y, en segundo lugar, por sus amos, pues les agradece las lecciones aprendidas, su madurez y la picardía desarrollada. Del mismo modo, conoce, gracias a las malas artes de los personajes con los que se relaciona, el concepto de la hipocresía y el poder del interés, pues sufre en primera persona el egoísmo de las personas. En resumen, se adueña inconscientemente de valores imprescindibles para convivir en sociedad como, por ejemplo, la generosidad, la amabilidad, la solidaridad y la tolerancia.

- Resiliencia:

Barragán & Morales (2014) definen la resiliencia como la habilidad que tiene un sujeto para actuar y reponerse después de haber vivido acontecimientos estresantes, e incluso, personas que ante situaciones de adversidad son capaces de ensayar emociones positivas.

Así pues, Grotberg (1995) señala 3 variables críticas para el desarrollo de la resiliencia. Primeramente, es imprescindible gozar de un ambiente social facilitador, es decir, donde exista una aceptación incondicional y haya personas de confianza con las que se puedan establecer vínculos afectivos. En segundo lugar, se debe disponer de recursos personales tales como el optimismo, la empatía, el sentido del humor, la autoestima y la autonomía. Por último, es necesario trabajar las destrezas sociales y la búsqueda de resolución de problemas. Para ello, se debe aprender a comunicar las preocupaciones y practicar ejercicios de autocontrol. En este sentido, Muñoz y De Pedro (2005), afirman que la escuela es un entorno profundamente favorecedor de la resiliencia, puesto que es un contexto de escucha activa y apoyo emocional al menor que le aporta límites y ofrece unas altas expectativas, facilitando así su inclusión e incentivando su participación en el ámbito escolar, familiar y comunitario.

A lo largo del texto, se aprecia la capacidad de superación del lazarillo de Tormes, pues se expone como un niño capaz de adaptarse con fuerza y vitalidad a todas las circunstancias y obstáculos por más complicados que parezcan. Por ejemplo, combate la astucia del ciego, la tacañería del clérigo o resiste a la mísera vida del escudero. Sin embargo, no se trata de resignación, sino de aceptación porque siempre piensa en aprovecharse de la situación con el fin de extraer algún beneficio, principalmente, en forma de comida. Paralelamente, transmite una enseñanza vital a los lectores, ya que no asume el error como algo negativo, al contrario, lo concibe como un impulso para volver a intentarlo con más ganas. En definitiva, es un personaje luchador que se empeña por seguir viviendo a pesar de las desgracias y, además, se esmera por crecer personal y profesionalmente.

3.1 CONTEXTUALIZACIÓN

La unidad didáctica que planteo en este documento está pensada para un grupo de alumnos y alumnas de educación primaria, concretamente, de cuarto curso cuyas edades están comprendidas entre 9 y 10 años.

Así pues, considero interesante recurrir a Jean Piaget y a su Teoría del Desarrollo Cognitivo para resaltar las características más comunes de los niños y niñas con dichas edades. Según este psicólogo se encuentran en el estadio de Operaciones concretas, por lo que en el ámbito intelectual irán siendo capaces de razonar y comprender objetivamente dentro de los límites de lo concreto. Además, conforme vaya avanzando la etapa conseguirán abstraer y al final de la misma, será posible que el discente utilice una inteligencia basada en la lógica abstracta, aunque siguen encasillados en la realidad y es fundamental para ellos la experiencia directa para facilitar sus aprendizajes.

A su vez, en el ámbito psicológico, invertirán la mayor parte de su energía en realizar dos actividades fundamentales para su desarrollo: el juego y el aprendizaje escolar. Este les ofrece la posibilidad de ampliar tanto sus capacidades físicas como intelectuales. También empiezan a controlar su impulsividad y, como consecuencia, aumenta la capacidad de pensar y de descubrirse a sí mismos. Por tanto, se potencia la reflexión y la imaginación. Por lo general, muestran estados de satisfacción cuando se elogian sus tareas o se les anima.

Finalmente, en cuanto al desarrollo afectivo-social, se caracteriza por la pérdida del egocentrismo constatado en un mayor grado de participación con las personas que les rodean, ya que va naciendo poco a poco en ellos el deseo de pertenecer a un grupo de amigos debido a la importancia de sus iguales. Este aspecto, influirá en gran medida en su autoestima, puesto que se sentirán protagonistas y reforzarán la seguridad en sí mismos. Asimismo, se inicia la cooperación con el resto de los componentes y aparece la noción de consenso y la conciencia social, luego aprenden a separar el pensamiento racional del fantástico y el comportamiento público del privado. De este modo, adquieren una mayor autonomía en lo que a moral se refiere, basada en el respeto mutuo y la solidaridad y se despierta en ellos la sensibilidad ante las injusticias. Igualmente, en esta fase el sentimiento de competitividad aumenta y resulta lógico el uso de comparaciones y acusaciones.

3.2 OBJETIVOS

El término objetivo se utiliza para referirnos a formulaciones de carácter didáctico que expresan de un modo claro y preciso las competencias que deberán ser adquiridas por el alumnado durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, es decir, es el resultado que se espera que logre el discente al finalizar una tarea. Por tanto, se trata de un parámetro de evaluación que constituye el punto de partida para seleccionar, organizar y conducir los contenidos, introduciendo modificaciones cuando se requieran. En definitiva, los objetivos permiten determinar cuál ha sido el progreso del niño y la niña y conceder información al docente con el fin de descubrir los aspectos que deben ser reforzados con el grupo.

Dicho esto, el proyecto educativo estará dirigido a garantizar la consecución de los objetivos generales relacionados, principalmente, con la Educación Emocional, pues con las actividades se trabajarán valores y habilidades que desarrollen la Psicología Positiva como un estilo de vida. Para seleccionarlos tendré en cuenta el artículo 7 del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.

- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y, si la hubiere, la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma y desarrollar hábitos de lectura.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

Por último, conviene indicar que los objetivos didácticos aparecerán en el apartado de las actividades. Tal y como señala Fuentes (1990) este elemento curricular se formula analizando las capacidades que figuran en los objetivos generales y relacionándolas con los contenidos concretos que hemos elegido para cada tarea. Además, afirma que plantearlos supone decretar el grado de aprendizaje que se quiere lograr a partir de los conocimientos previos de los alumnos, de los conceptos y estrategias que poseen y de sus actitudes ante el tema tratado. Del mismo modo, a la hora de concretar los objetivos didácticos es interesante tener presente la transversalidad.

3.3 METODOLOGÍA

Según Medina (2001) “el sistema metodológico es el conjunto integrado de decisiones que toma el profesorado para comunicar su saber y configurar las situaciones de enseñanza más adecuadas a cada estudiante y ambiente de clase”.

Así pues, mi propuesta metodológica toma como punto de referencia la perspectiva constructivista, basada en los principales principios de intervención que imperan en la educación actual. Por ello, tengo presente tal y como sostenía Ausubel, el aprendizaje significativo, partiendo de las ideas previas del alumnado conectándolas con los nuevos conocimientos y de acuerdo con Vigotsky, promoviendo experiencias con las que generen diferentes esquemas mentales que permitan resolver sus conflictos cognitivos. Del mismo modo, mi filosofía está inspirada en el modelo que propone la Escuela Nueva, ya que apuesto por una enseñanza activa y participativa empleando la observación, experimentación y globalización de todos los momentos educativos que se dan en el aula.

Además, recuerdo los principios que defendía Piaget al tener en cuenta los intereses, necesidades y características de los estudiantes.

Por otra parte, respecto a la acción docente aplico las teorías de Gardner sobre las inteligencias múltiples, pues adopto nuevas actitudes a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje con el propósito de llevar a cabo estrategias didácticas que me posibiliten conocer las potencialidades y debilidades del grupo-clase. De hecho, recibo influencias de Goleman acerca de la inteligencia emocional, puesto que es imprescindible para conocer mejor la identidad personal de cada uno de los niños y niñas y poder ayudarles a gestionar sus emociones.

Finalmente, llevaré a la práctica los principios de individualización, creatividad y de actividad que proponían María Montessori, Dewey, Fröbel o Pestalozzi, entre otros.

También resulta fundamental determinar el tipo de agrupación que se va a utilizar en cada dinámica, ya que estas promueven la adquisición de habilidades sociales, fomentan el trabajo en equipo, facilitan el intercambio de ideas y la aceptación de los pensamientos ajenos. En resumen, conducen al desarrollo integral de los más pequeños.

En cuanto a las técnicas metodológicas, conviene resaltar la participación de las familias en el desarrollo de ciertas actividades de la secuencia, pues se organizan a modo de taller, con el objetivo de lograr una educación de todos y para todos a partir de varias agrupaciones heterogéneas de los estudiantes. Cada equipo estará supervisado por un familiar quien será el encargado de guiar y motivar al grupo, favorecer el debate y transmitir sus saberes y reflexiones mediante una comunicación cercana y agradable. Por todo ello, la finalidad de esta estrategia consiste en que el alumnado, sin distinción, complete las tareas planteadas a partir del aprendizaje dialógico y la interacción entre los miembros. Asimismo, con este método didáctico se adquieren valores relacionados con la Educación Emocional como son la solidaridad, el compañerismo o la cooperación.

Análogamente, es esencial recalcar que el proceso de lectura de la obra *El Lazarillo de Tormes* se efectuará por medio de las tertulias literarias, una práctica

metodológica innovadora en la que los participantes se comprometen a leer en cada sesión un número de páginas o capítulos y a elegir párrafos que, luego en el debate, leerán en voz alta y explicarán el porqué de su elección. De esta manera, dialogan y expresan colectivamente sus emociones, sentimientos y opiniones sobre aquello que les ha suscitado curiosidad e interés durante la lectura de dicho clásico. Con estas aportaciones se genera un intercambio enriquecedor que permite profundizar en el relato a partir de reflexiones críticas, promoviendo a su vez la construcción de nuevos conocimientos. A su vez, los discentes aprenden, por una parte, a escuchar y respetar las ideas del resto y, por otra, a manifestar sus juicios de forma asertiva y sin miedo a equivocarse. Por consiguiente, el equipo docente debe asumir un rol de moderador para no condicionarles, darles la oportunidad de mostrarse tal y como son y favorecer una participación igualitaria entre todo el alumnado.

3.4 TEMPORALIZACIÓN

Primeramente, cabe destacar que las actividades diseñadas se realizarán en dos sesiones semanales correspondientes al área de Lengua Castellana, luego el proyecto se extenderá a lo largo de cuatro semanas.

Por tanto, la temporalización de mi programación será abierta y flexible, puesto que es fundamental para poder adaptarse a las diversas circunstancias ajenas al proceso educativo, modificando los elementos didácticos con el objetivo de adecuarse a las condiciones concretas de las que se parte y precisa. Por ello y a pesar de que se planifique y se organice por sesiones la explicación de ciertos contenidos teóricos y la realización de tareas relacionadas con estos, siempre se procederá dependiendo de la respuesta que tengan los discentes ante los conocimientos tratados, pues cada alumno es diferente al resto, razón por la cual, progresan a distintos ritmos. Así pues, es necesario tener en cuenta esta particularidad y actuar en consecuencia para asegurar el aprendizaje de todos y cada uno de los estudiantes.

3.5 ACTIVIDADES

Después del trabajo realizado con la obra *El Lazarillo de Tormes* en las tertulias literarias, los alumnos se iniciarán en la Educación Emocional por medio de actividades que les lleven a ser más resilientes.

OPTIMISMO	SESIÓN 1 Y 2
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
Identificar el optimismo en el comportamiento de Lázaro durante su historia.	
Valorar esta cualidad para obtener mejores resultados.	
Expresarse oralmente empleando las pautas que transmite la Psicología Positiva.	
Exteriorizar sentimientos propios y respetar los ajenos. Aprender a escribir mensajes positivos.	
Participar activamente en los debates que se generan.	
Extraer el aprendizaje de las experiencias negativas.	
Analizar las situaciones desde una perspectiva positiva y objetiva.	
Representar en una línea del tiempo la evolución de un proyecto.	
Tener en cuenta tanto el proceso como el resultado.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DIDÁCTICOS	
Es capaz de percibir el optimismo en situaciones del texto.	
Reconoce esta emoción en algún episodio de su vida.	
Apoya a sus compañeros cuando lo necesitan.	
Se muestra optimista en la realización de las tareas.	
Se enriquece de las aportaciones del resto de alumnos y alumnas.	
Asume el error como una oportunidad para aprender.	

Entiende que los momentos negativos ayudan y favorecen la consecución de un objetivo.

SESIÓN 1

- ACTIVIDAD 1:

En primer lugar, se definirá el término optimismo y se describirán situaciones en las que es importante ser positivo. Para ello, todo el grupo se situará en forma de asamblea y resolverá esta propuesta con la ayuda de las preguntas que vaya lanzando el docente. Seguidamente, se animará a los niños y niñas a que, por parejas, identifiquen escenas que aparecen en el relato donde los personajes experimentan dicho estado. Por último, compartirán sus apreciaciones enriqueciéndose mutuamente y observarán la relación directa que mantiene esta emoción con la felicidad.

- ACTIVIDAD 2:

En este momento, estarán preparados para poner palabras a lo que sienten cuando leen y reflexionan acerca de las actitudes que adopta el protagonista. Después, se creará un debate en el que los alumnos y alumnas explicarán cómo actuarían ellos en las mismas circunstancias. Como consecuencia, escribirán individualmente mensajes positivos que ayuden y motiven al grupo para superar o sobrellevar pequeños conflictos emocionales que se originan a diario en el aula. Finalmente, reunirán los carteles, los leerán en voz alta y los expondrán en los rincones de la clase.

SESIÓN 2

- ACTIVIDAD 1:

Bien pues, tras haber reconocido la positividad en la actuación del Lazarillo de Tormes y haber entrado en contacto con dicha emoción mediante una tarea de expresión, conviene potenciarla como un mecanismo de salud mental. De este modo, se propone a los estudiantes que busquen en el aula un espacio tranquilo donde puedan dedicar un tiempo a leer, a analizar y a reflexionar sobre un

momento negativo de la vida cotidiana que ha elegido la docente. Este hace referencia al malestar que siente un niño al recibir un mal resultado de un examen. Así pues, cada discente aprovechará para extraer la parte positiva de dicha situación, es decir, escribirá brevemente los aprendizajes colaterales. Al finalizar, se volverán a juntar para manifestar de forma ordenada los apuntes que tomaron, de manera que será posible percibir diferentes percepciones, pues cada uno habrá destacado diversos crecimientos. En definitiva, la maestra les explicará que estudiar los eventos desde un ángulo optimista les ayudará a sentirse con una mayor autoconfianza y serenidad.

- **ACTIVIDAD 2:**

Al mismo tiempo, se plantea un ejercicio en el que cada alumno y alumna debe hacer un dibujo que refleje un proyecto sobre el que ha trabajado mucho para llegar a conseguirlo. La profesora sugiere que sea una especie de línea del tiempo donde puedan especificar, por un lado, los momentos en los que fracasaron y retrocedieron, y por otro, los logros que iban obteniendo. De esta manera, son sabedores de todas las etapas por las que pasaron hasta alcanzar la meta y les permiten visualizar las oportunidades y los nuevos caminos encontrados, los cuales les facilitaron reconducir el proceso. Por esta razón, es imprescindible compartirlo con el resto de compañeros, luego desencadena una reflexión con el propósito de valorar la importancia de afrontar los errores positivamente, ya que nada de lo que sucedió impidió la consecución del fin, al contrario, motivó con más fuerza el deseo de alcanzarlo.

CONFIANZA Y ESPERANZA	SESIÓN 3 Y 4
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
Identificar la confianza y la esperanza en el comportamiento de Lázaro durante su historia.	
Valorar estas cualidades para obtener mejores resultados.	
Expresarse oralmente empleando las pautas que transmite la Psicología Positiva.	

Exteriorizar sentimientos propios y respetar los ajenos.
Saber reconocer aspectos positivos en los compañeros y compañeras y en uno mismo.
Tener la habilidad de transmitir confianza y motivación a un amigo.
Tolerar y apreciar el esfuerzo que se destina en las actividades.
Potenciar la autoestima.
Tener esperanza de que con trabajo se cumplen los sueños.
Confiar en las palabras de quienes nos conocen.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DIDÁCTICOS
Es capaz de percibir la confianza y la esperanza en situaciones del texto.
Reconoce estas emociones en algún episodio de su vida.
Apoya a sus compañeros cuando lo necesitan.
Agradece la confianza que depositan sus iguales en ellos.
Muestra una actitud predispuesta para creer en si mismo.
Está dispuesto a sacrificar su tiempo para luchar por sus objetivos.
Sabe destacar sus virtudes y apreciar su importancia.

SESIÓN 3

- ACTIVIDAD 1:

En primer lugar, se definirán los términos confianza y esperanza y explicarán el vínculo que evidencias entre ambas emociones. Para ello, todo el grupo se situará en forma de asamblea y resolverá esta propuesta con la ayuda de las preguntas que vaya lanzando el docente. Seguidamente, se animará a los niños y niñas a que, por parejas, identifiquen escenas que aparecen en el relato donde los personajes experimentan dichos estados. Por último, compartirán sus apreciaciones enriqueciéndose mutuamente y observarán la relación directa que mantiene estas emociones con la felicidad.

- ACTIVIDAD 2:

En segundo lugar, nos centraremos en expresar la confianza que tenemos en las personas que nos importan ya que, de esta manera, les proporcionaremos la esperanza necesaria para creer en la consecución de sus metas. Por tanto, se sentarán en el suelo formando un círculo, de modo que existirá el contacto visual entre todos los participantes. Uno a uno se dirigirá al compañero o compañera al que quiera transmitir un mensaje de confianza, por lo que deberá incluir información motivacional y de reconocimiento, resaltando sus talentos y aptitudes. Paralelamente, el receptor lo agradecerá e intentará recordarlo en el momento en el que necesite seguridad. Ahora bien, el requisito fundamental será no escoger al mismo individuo, pues todos deben recibir una valoración positiva. Finalmente, realizarán un alegato conjunto hacia la maestra y esta lo devolverá a nivel de grupo.

SESIÓN 4

- ACTIVIDAD 1:

La segunda sesión estará destinada a trabajar la autoestima, puesto que es una propiedad valiosa en las personas. De hecho, condiciona en gran medida la ilusión del alumnado porque cuando esta es elevada genera alegría, ganas de superarse y confianza en uno mismo. Por ello, la dinámica consistirá en pensar, de manera crítica y con absoluta sinceridad, en las virtudes que tienen. Estas las apuntarán en una cartulina A3 y las leerán en voz alta con la intención de aprender a quererse. En este momento, la maestra realizará una serie de cuestiones encaminadas a hacerle entender el papel fundamental que adoptan para llevar a cabo cualquier tipo de reto.

- ACTIVIDAD 2:

Asimismo, se continuará con la actividad anterior anotando, al lado de la columna de las cualidades, los sueños que tiene cada discente, pues así tendrán la oportunidad de valorar sus virtudes y de tomar consciencia de que con ellas sus propósitos pueden hacerse realidad. Ahora bien, será necesario redactar otro listado donde plasmarán los esfuerzos y los sacrificios que estarían dispuestos

a hacer para conseguirlos. Por consiguiente, entenderán que estas tres variables son imprescindibles para tener seguridad en uno mismo y, sobre todo, esperanza de que un día se cumplirán. Además, ese análisis proporcionará la motivación suficiente para no desistir en la búsqueda de la felicidad.

GRATITUD	SESIÓN 5
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
Identificar la gratitud en el comportamiento de Lázaro durante su historia.	
Valorar esta cualidad para obtener mejores resultados.	
Expresarse oralmente empleando las pautas que transmite la Psicología Positiva.	
Exteriorizar sentimientos propios y respetar los ajenos.	
Aprender a agradecer a las personas de nuestro alrededor lo que hacen por nosotros.	
Formar un texto ordenado, coherente y crítico.	
Conocer la estructura textual de la carta.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DIDÁCTICOS	
Es capaz de percibir la gratitud en situaciones del texto.	
Reconoce esta emoción en algún episodio de su vida.	
Apoya a sus compañeros cuando lo necesitan.	
Agradece las buenas acciones de los demás.	
Encuentra motivos de agradecimientos en los fracasos	

SESIÓN 5

- **ACTIVIDAD 1:**

En primer lugar, se definirá el término gratitud y se describirán situaciones en las que es importante ser agradecido. Para ello, todo el grupo se situará en forma de asamblea y resolverá esta propuesta con la ayuda de las preguntas que vaya lanzando el docente. Seguidamente, se animará a los niños y niñas a que, por parejas, identifiquen escenas que aparecen en el relato donde los personajes experimentan dicho estado. Por último, compartirán sus apreciaciones enriqueciéndose mutuamente y observarán la relación directa que mantiene esta emoción con la felicidad.

- **ACTIVIDAD 2:**

A continuación, se desarrollará la capacidad de agradecimiento con el objetivo de hacer hincapié en la parte positiva de todos los acontecimientos que nos suceden, en lugar de empeñarse en analizar las causas de las dificultades. Así pues, se realizará de manera autónoma una actividad que consiste en escribir cartas en cuyo contenido prime la gratitud, es decir, los discentes tendrán la oportunidad de hacer balance de su vida y expresar su agradecimiento por todas y cada una de las cosas o personas que han contribuido a su bienestar. Para sellar este aprendizaje, construirán en el pasillo del centro educativo una telaraña de lana donde las colgarán. Además, se informará al resto de la escuela para impulsarles a seguir con esta iniciativa tan interesante.

DINÁMICAS PARA DESARROLLAR LA RESILIENCIA	SESIÓN 6 Y 7
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	
Ser crítico con la propia actitud en situaciones complejas.	
Reconocer la importancia del esfuerzo para conseguir éxito.	
Aprender a reflexionar a partir del visionado de un documental.	
Enriquecerse de las historias personales de los demás.	

Ser resilientes cuando se sufran episodios desagradables.
Extraer una lección a través de la literatura.
Identificar las conductas negativas para producir un cambio hacia el positivismo.
Evitar los mensajes negativos al comunicarnos.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN DIDÁCTICOS
Compara las emociones que intervienen en <i>El Lazarillo de Tormes</i> y en los vídeos.
Muestra ilusión por potenciar las emociones positivas en su día a día.
Valora los beneficios de la Psicología Positiva para ser feliz.
Escucha activamente las opiniones y recomendaciones de los familiares.
Ser conscientes de la relevancia de las emociones positivas estudiadas anteriormente para desarrollar la capacidad de resiliencia.
Se enfoca en sus virtudes en lugar de angustiarse por sus debilidades

SESIÓN 6

- ACTIVIDAD 1:

Para finalizar esta secuencia didáctica, se propone un taller en el que participan las familias, con el fin de lograr una coordinación entre ambos contextos educativos y asumir una misma línea metodológica que nos lleve a la felicidad plena, es decir, al éxito. Así pues, esta dinámica consiste en la aplicación de todos los aprendizajes obtenidos a partir del tratamiento de las emociones positivas estudiadas anteriormente, concretamente, se centra en concienciar al alumnado de lo imprescindibles que son para convertirse en personas resilientes.

Para ello, comenzaremos por el visionado de dos documentales, los cuales son un ejemplo claro del mensaje que pretende difundir la Psicología Positiva. De hecho, ambos reflejan un factor común: la importancia del valor, el optimismo y

la lucha incansable para alcanzar la meta. Sin embargo, se han seleccionado esos videos con el pretexto de mostrar las dos caras de la moneda. El primero, se encarga de relatar la historia de superación de una deportista de élite que sufre una lesión y, como consecuencia le provoca una grave discapacidad, por lo que se ve obligada a retirarse de la alta competición. Ahora bien, lejos de hundirse y dejar escapar su sueño, consigue reinventarse y dedicarse al deporte paraolímpico. Esta decisión conlleva mucho sacrificio, constancia y esfuerzo pero, principalmente, resulta vital la actitud para desafiar la desgracia, de modo que ha de ser resiliente y positiva, así como prevalecer la confianza en uno mismo. A continuación, la maestra les dará libertad para que expresen sus sensaciones y destaquen aquello que más les ha impresionado, al tiempo que les incentivará a ponerse en el lugar de la protagonista con la intención de que reflexionen sobre cómo hubieran actuado ellos en esa circunstancia. De este modo, se aprovecha para transmitirles los beneficios que conlleva ver la vida desde una óptica optimista y la admiración que nos produce en el resto de personas.

Seguidamente, se procederá a visualizar el otro cortometraje, que trata de representar el sentido de la gratitud y los perjuicios que desencadena la falta de generosidad y de esfuerzo. Por tanto, conviene describir a grandes rasgos su argumentación, ya que narra la rutina de una joven que pasa la mayor parte de su tiempo en estudiar para cosechar resultados satisfactorios en la escuela. No obstante, se muestra cansada y, en ocasiones, desmotivada, por lo que recibe una ayuda de una miniatura de madera que tiene en el escritorio. Esta cobra vida con el único propósito de hacerle los deberes y así, reconocer su trabajo y contribuir en su descanso. En contraposición con lo esperado, la niña al ver que gracias a este apoyo saca buenas notas, se desentiende definitivamente de sus tareas dejándolas en mano de la figurita y dedicándose exclusivamente a jugar a la consola. Además, la miniatura crece cada vez que hace una buena acción hasta el punto de transformarse en un ser humano, por eso, se anima a ir a clase sustituyendo la presencia de la protagonista. Por consiguiente y dada la alegría y aceptación de esta última, se comienza a transmutar en una figura, intercambiando con ella los papeles. En definitiva, pierde la oportunidad de vivir, pues ya no puede ni ir al colegio ni tan siquiera, disfrutar de sus juegos.

Seguidamente, cada miembro del grupo compartirá con sus compañeros y familiares sus apreciaciones y será crítico con las actuaciones que suele tener ante retos complejos que implican lucha, perseverancia y entusiasmo. Paralelamente, los adultos tratarán de recordarles que no sirve de nada ser positivo y confiar en nuestras habilidades sino se trabaja duro para cumplir nuestros sueños. A su vez, condenarán la conducta de la niña por aprovecharse del refuerzo y pretender que alguien externo alcance sus objetivos, con la finalidad de analizar situaciones donde han creído comportarse igual. Por último, considero esencial recapitular la emoción de la gratitud, puesto que nos engrandece como personas y consolida valores como la bondad o el altruismo.

SESIÓN 7

- ACTIVIDAD 1:

Como conclusión, conviene retomar la obra literaria que se ha leído antes de dicha unidad didáctica porque existe una relación muy directa con los videos que se han planteado previamente. Así pues, de forma oral y originando un debate moderado, cada discente procederá a contar las similitudes y desemejanzas que han observado en los tres relatos. Asimismo, la docente guiará la tertulia hacia el tratamiento de las emociones, es decir, les propondrá que descubran qué sentimientos comparten. Por ejemplo, les lanzará cuestiones como: ¿Creéis que en el caso de El Lazarillo de Tormes y el documental los protagonistas gozan de confianza en si mismos? ¿La gratitud ha sido clave para su superación? ¿Han mostrado esperanza? ¿Qué grado de importancia tiene el esfuerzo en las tres historias? ¿Cuál es la principal diferencia entre el pícaro y la estudiante del cortometraje?, etc. Por tanto, se les preguntará qué opinión les merece el lazarillo y si están de acuerdo con la actuación que mantiene a lo largo del libro, ya que de esta manera, se zanjará la conversación afirmando que todos debemos contagiarnos de la resiliencia del huérfano en los momentos de incertidumbre, de tristeza y de calamidades.

Finalmente, se invita a los niños y niñas a participar en una iniciativa que se desarrollará durante el curso, la cual consiste en representar un teatro del clásico trabajado. Esta actividad será enriquecedora, pues ya entienden las emociones que se ponen en juego y, por tanto, son más capaces de transmitir las al público.

Además, incrementará la motivación de los discentes y se continuará trabajando la Educación Emocional.

3.6 EVALUACIÓN

La evaluación se puede concebir de acuerdo con Duque (1993) como:

“una fase de control que tiene como objeto no sólo la revisión de lo realizado sino también el análisis sobre las causas que justifican determinados resultados y la elaboración de un nuevo plan en la medida que proporciona antecedentes para el diagnóstico” (p. 167).

Por tanto, permite juzgar el grado de logros y deficiencias, así como verificar la productividad, la eficacia y la pertinencia del currículo. De la misma manera, García Ramos (1989) la describe como una actividad o proceso sistemático de identificación, recogida o tratamiento de datos sobre elementos o hechos educativos, con el objetivo de valorarlos primero y, sobre la valoración, tomar decisiones. En definitiva, González y Ayarza (1996) consideran que es un instrumento para sensibilizar el quehacer académico y facilitar la innovación.

El carácter de dicha evaluación está definido en la Orden 89/2014, de 9 de diciembre, de la Consellería de Educación, Cultura y Deporte, por la que se establecen los documentos oficiales de evaluación y se concretan aspectos de la ordenación general de la Educación Primaria en la Comunidad Valenciana, la cual informa que esta ha de ser continua, global y formativa. Esto quiere decir que debemos estar evaluando siempre (continua), atendiendo a todos los elementos del curriculum (global), a fin de poder ir realizando las modificaciones que sean necesarias, para mejorar la calidad de lo que hacemos, dando nueva forma al curriculum (formativa) o congratulándonos en el caso de que se obtengan los resultados esperados y tanto alumnos como profesores estén disfrutando del trabajo que realizan juntos.

Así pues, en este modelo didáctico se llevará a cabo una evaluación formativa, puesto que tal y como sostiene San Martí (2000: 1) este tipo de evaluación “pone el acento en la regulación de las actitudes pedagógicas y, por lo tanto, se interesa fundamentalmente más en los procedimientos de las tareas que en los resultados” (Citado en Arias, 2008, p. 2). En resumen, es aquella que ayuda al

profesor a conocer, analizar y juzgar de qué manera se está produciendo el aprendizaje con el fin de tomar medidas que sirvan para favorecer el progreso del estudiante. Por consiguiente, no es necesario que se le otorgue una calificación cuantitativa.

A su vez, tendré presente aquellos criterios que posibiliten aplicar una evaluación de calidad, por lo que destacaré tres ejemplos que reflejan a la perfección mi propósito con las actividades.

- Flexibilidad, porque es necesario que los criterios de evaluación sean negociados entre los miembros de la comunidad educativa para lograr una actitud transigente y comprensiva en la corrección de las falencias detectadas por el docente en el proceso de calificación.
- Reflexiva, ya que se debe potenciar el pensamiento autocrítico, formulando preguntas que estimulen la inteligencia y que pongan a prueba el conocimiento.
- Didáctica, pues se pretenderá obtener un aprendizaje a partir de la valoración del maestro o del alumnado.

Del mismo modo, de acuerdo con el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se dicta el currículo básico de la Educación Primaria, los maestros evaluarán tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente, a través de diferentes técnicas como la autoevaluación, la coevaluación entre iguales y la evaluación colaborativa o compartida mediante diálogos. Además, las Administraciones educativas ordenan la presencia de una evaluación objetiva, así como la valoración no solo de los productos finales, sino también del procedimiento y la actitud del estudiante.

Por este motivo, se emplearán las herramientas e instrumentos oportunos, tales como la observación directa y sistemática para dar respuesta a los criterios de evaluación y a los estándares de aprendizaje evaluables y las escalas de estimación (véase el ejemplo en la siguiente tabla) para reflejar los diferentes niveles de adquisición.

INDICADOR	ESCALA VALORATIVA				
	MUY ALTA	ALTA	BUENA	DEFICIENTE	NO LOGRADO
Se expresa adecuadamente en un debate o un diálogo y respeta las opiniones del resto.					
Mejora la competencia lectora y comprende las ideas principales del texto.					
Produce textos de manera reflexiva y creativa.					
Participa en actividades grupales y ayuda a sus iguales para obtener un objetivo común.					
Localiza la información específica de la historia para dar respuesta a las cuestiones planteadas.					

Aprecia las obras clásicas de la literatura infantil y juvenil.					
Identifica y regula las emociones propias y ajenas.					
Valora el sacrificio, el esfuerzo y los errores como factores fundamentales para ser felices.					
Es capaz de sobreponerse a las situaciones complejas que se le presentan.					
Analiza los conflictos desde una perspectiva optimista.					
Muestra confianza tanto en sí mismo como en sus compañeros.					
Agradece el apoyo y el cariño que recibe del grupo.					
Tiene esperanza en la consecución					

de sus metas o sueños.					
Centra su atención en potenciar sus virtudes en lugar de frustrarse por sus defectos.					

Asimismo, resulta fundamental conocer el significado de criterio de evaluación, que hace referencia al grado en que el alumnado ha de conseguir los objetivos y contenidos previstos en la programación, de manera que deben establecerse una serie de criterios sobre diferentes aspectos organizativos y acerca de la metodología. Por esta razón, se han elaborado diferentes criterios didácticos que pertenecen a cada una de las actividades propuestas, tal y como se ha visto reflejado en el apartado anterior.

Finalmente, cabe recordar que, a pesar de trabajar los contenidos destinados al aprendizaje del español, se considerará vital evaluar la transversalidad, pues consiste en una propuesta educativa que permite abordar la acción docente desde una perspectiva humanizadora, desarrollando principalmente los aspectos éticos (valores) en la formación de las personas. Por tanto, durante la ejecución del proyecto centraré mi atención en analizar la evolución de la capacidad de resiliencia que han experimentado los niños y niñas.

De hecho, mi punto de vista respecto a la metodología está muy ligado a la idea de José Palos (1998), quien en su libro “Educar para el futuro” explica que:

“con el desarrollo de los ejes transversales estamos educando en valores, en última instancia lo que pretendemos es un cambio de actitudes, comportamientos y a largo plazo la construcción de una nueva escala de valores que respondan a unos principios éticos diferentes a los que están generando y agravando los problemas actuales” (p. 37).

4 CONCLUSIÓN

En conclusión, conviene afirmar que si educamos a los niños y niñas propiciando la Inteligencia Emocional conseguiremos que sean más felices, ya que gozarán de una autoestima elevada gracias a su confianza y seguridad, tendrán respeto por sus iguales y reforzarán las habilidades sociales, las cuales les prepararán para resolver conflictos. Como consecuencia, lograrán éxito en todas las facetas de su vida, luego estaremos contribuyendo a uno de los fines educativos de la Educación Primaria: el desarrollo integral del alumnado.

Del mismo modo, considero fundamental emplear la literatura infantil como un recurso didáctico, pues obliga a los discentes a comprender y aplicar la empatía en cualquier circunstancia descrita en la obra. De hecho, les ofrece la posibilidad de identificar y controlar perfectamente las emociones, puesto que la actuación de los personajes les muestra una visión externa de las situaciones que les afectan y viven en su cotidianidad. Además, la lectura provoca un tiempo de análisis en el que los estudiantes son capaces de adoptar una actitud más positiva frente a sus problemas y de buscar las soluciones adecuadas.

Por tanto, quisiera manifestar que el modelo didáctico diseñado es una propuesta realmente acertada debido a infinidad de motivos. En primer lugar, me parece excelente vincular la Educación Emocional con *El Lazarillo de Tormes*, un clásico que es prácticamente obligatorio en la escuela, porque al tiempo que motiva a los niños y niñas, se trabaja desde un punto de vista totalmente contrario al que estamos acostumbrados. Es más, se trata de extraer el aprendizaje más profundo, es decir, las lecciones que pueden fortalecer la personalidad de los más pequeños, con la intención de que sean conscientes del valor que tiene el esfuerzo y la tenacidad para cumplir los sueños. Ahora bien, ese aspecto se debe complementar con unos principios básicos fundamentados en el optimismo y en la capacidad de resiliencia.

En resumen, cabe apuntar que las actividades son también bastante estimulantes, ya que les conduce a plantearse el cambio en relación a su filosofía de vida. Por esta razón, reformulan sus propósitos encaminándolos a aumentar su grado de bienestar y a cooperar para que su mayor preocupación se base en

sentir con más frecuencia estados positivos y en relativizar los sentimientos de tristeza y desasosiego.

5 BIBLIOGRAFÍA

- Arias, N. C. (2008). *Evaluación Formativa y Formadora como posibilidad de desarrollo humano*. Bogotá: USB
- Avia, M. D. y Vázquez, C. (1998). *Optimismo inteligente. Psicología de las emociones positivas*. Madrid: Ed. Alianza.
- Barragán, A. y Morales, C. (2014). Psicología de las emociones positivas: Generalidades y Beneficios. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 19(1), 103-118.
- Bettelheim, B. (1977). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Madrid: Ed. Crítica.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis
- Bisquerra, R. (2002). *Educación emocional: el desarrollo de competencias emocionales en la ESO*. Investigación para el concurso de catedrático de universidad. Barcelona: Universidad de Barcelona (inédito).
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43
- Bless, H. (2000). The interplay of affect and cognition: the mediating role of general knowledge structures. En J. P. Forgas (ed.), *Feeling and thinking. The role of affect in social cognition*. (pp. 201-222). Cambridge. Cambridge University Press.
- Brakett, M., et al. (2004). Emotional intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences*, 36 (6), 1387-1402.
- Brody, L. (1999). *Gender, Emotion, and the Family*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Castillo, R. (2013). El rol de la literatura en el aprendizaje y desarrollo de niños y adolescentes, (1-4).
- Cerrillo, P. C. (1987). "Literatura y folklore en los juegos mímicos infantiles". *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares XLII*: 97-108.
- Cerrillo, P. C. (2007). *Literatura Infantil y Juvenil y educación literaria*. Barcelona: Octaedro.

- Cheavens, J. S., Feldman, D. B., Woodward, J. T., y Snyder, C. R. (2006). Hope in cognitive psychotherapies: *On working with client strengths*. *Journal of cognitive Psychotherapy*, 20(2), 135-145.
- Collell, J., Escudé, C. (2003). L' educació emocional. Traç, *Revista dels mestres de la Garrotxa, any XIX (37)*, 8-10.
- Contreras, F. y Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas-Perspectivas en psicología*, 2 (2), 311-319.
- Cooper, R. K. y Sawaf, A. (1997). *Executive eq: Emotional intelligence in leadership and organization*. Nueva York: Grosset Putnam.
- Crawspeth, E. (2005). Making and mistaking reality: What is emotional education? *Interchange*, 36 (2), 49-72.
- Csikszentmihalyi, M. (2010). *Fluir (Flow)*. Barcelona: Kairós.
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1), 83-96.
- Del Barrio, M. V. (2005). *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámide.
- Dueñas, M. L. (1994). *Métodos de diagnóstico e intervención educativa en la deficiencia mental*. Madrid: UNED (col. Cuadernos de la UNED, n.º 135).
- Duque, R. (1993). La evaluación en la ES Venezolana. *Planiuc. Números 17-18, Aniversario X*.
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotion. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200.
- Escudero Muñoz, J. M. (2005). Fracaso escolar, exclusión educativa: ¿De qué se excluye y cómo? *Profesorado, revista de currículum y formación de profesorado*, 1(1), 1-24. Recuperado de <http://libro.ugr.es/bitstream-/10481/15197/1/rev91ART1.pdf>
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de educación*, 332, 97-111.
- Fernández Abascal, E. G., et al. (2003). *Emoción y motivación humana. La adaptación humana*. Barcelona: Ramón Areces.
- Fernández-Abascal, E. G. (2009). *Emociones positivas*. Madrid: Ed. Pirámide.

- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2003). Inteligencia emocional y depresión. *Encuentros en psicología social*, 1, 251-254.
- Fredrickson, B. L (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2(3), 300-319.
- García Ramos, J. M. (1989). Bases pedagógicas de la evaluación. Guía práctica para educadores. Madrid: Síntesis.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- González, L., E.; Ayarza, H. (1996). Calidad, evaluación institucional y acreditación en la educación superior en la región Latinoamericana y del Caribe. Caracas: CRESALC-UNESCO.
- Greco, C. (2010). Las emociones positivas: su importancia en el marco de la promoción de la salud mental en la infancia. *Revista de Psicología liberabit*, 16(1),81-94.
- Greenberg, L. (2002). *Emociones: una guía interna*. Paidós
- Peña, J., Macías, N. y Morales, F. (2011). *Manual de Práctica Básica: Motivación y Emoción*. Colombia: El manual moderno.
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit. The Hague, The Netherlands: Bernard Van Leer Foundation.
- Herrera, C. (2014). El lenguaje simbólico de los cuentos de hadas. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Uaricha. México. 11(26), 63-71.
- Iglesias, M., J., et al. (2004). *El reto de la educación emocional en nuestra sociedad*. La Coruña. Universidad da Coruña.
- Izard, E. (1991). The psychology of emotions. New York: Springer Science & Business Media.
- López Narváez, C. (2006). Andanzas del Lazarillo de Tormes. Madrid: Bruño.
- Lyubomirsky, S., King, L. y Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Marina, J. A. (2004). Aprender a vivir. Barcelona: Ariel.
- Martínez, A. (2014). "Tristeza, depresión y estrategias de autorregulación en niños". *Tesis Psicológica*, 2(1), 35-47.

- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds). Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators, 3-31. New York: Basic Books. Recuperado el 10 Marzo, 2015, de: http://www.unh.edu/emotional_intelligence/ei%20Reprints/Elreprints%201990-1999.htm
- Muñoz, V. & De Pedro, F. (2005). Educar para la resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social *Revista Complutense de Educación* 107 Vol. 16 Núm. 1 107-124
- Navarro, R. (2006). “¿Por qué adaptar los clásicos?”, en *TK*, nº18, pág. 18.
- Oros, L. (2009). El valor adaptativo de las emociones positivas. Una mirada al funcionamiento psicológico de los niños pobres. *Revista Interamericana de Psicología*, 43(2), 288-296.
- Palos, J. (1998). Educar para el futuro: temas transversales del curriculum. Bilbao: Descleé.
- Pavón, A. (2015). Los cuentos como herramienta esencial para superar los miedos. Trabajo de grado. Universidad Internacional de la Rioja. Facultad de Educación.
- Peterson, C. y Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. Washington, DC, EE.EE: American Psychological Association; Oxford University Press.
- Punset, E. (2006). El viatge a la felicitat. Barcelona: Columna.
- Punset, E. (2008). *Brújula para navegantes emocionales*. Madrid: Aguilar.
- Seligman, M. E. P (1999). *La auténtica felicidad*. España: Ediciones B, S. A.
- Seligman, M. E. P. (2002). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Vergara
- Seligman, M. E. P. (2002). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Zeta.
- Seligman, M. E. P. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Ediciones B.S.A.
- Seligman, M. E. P. & Peterson, C. (2004). Character Strengths and Virtues: A *Handbook and Classification*. Oxford University Press, Oxford.
- Seligman, M. E. P., Parks, A. C. & Steen, T. (2004). A balanced psychology and a full life. *Phil. Trans. R. Soc. Lond. B.* 359, 1379-1381.
- Seligman M. E. P. (2005). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Byblos.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Aprenda optimismo*. Barcelona. Debolsillo. Clave.

- Sheldon, K. M. & King, L. K. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56.
- Tierno, B. (2008). *Los pilares de la felicidad*. Madrid: Ediciones Temas de Hoy, S.A.
- Vallés, A. & Vallés, C. (2000). Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas. Madrid: EOS.
- Vázquez, C. & Castilla, C. (2007). Emociones positivas y crecimiento postraumático en el cáncer de mama. *Psicooncología*, 4(2-3), 385-404.
- Vera Poseck, B. (2006). Psicología Positiva: Una nueva forma de entender la Psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-8. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1279.pdf>
- Villarroel, P., Pávez, P. & Silva, J. (2012). El Rol Predisponente del Optimismo: Hacia un Modelo Etiológico del Bienestar. *Terapia Psicológica*, 30(2), 77-84.
- Weiner, B. (1990). History of motivational research in education. *Journal of Educational Psychology*, 82, 616-622.

MARCO LEGISLATIVO

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.
- Decreto 108/2014, de 4 de julio, por el que establece el currículo y desarrolla la ordenación general de la educación primaria en la Comunidad Valenciana.
- Orden 89/2014, de 9 de diciembre, de la Consellería de Educación, Cultura y Deporte, por la que se establecen los documentos oficiales de evaluación y se concretan aspectos de la ordenación general de la Educación Primaria en la Comunidad Valenciana.