



### **RAE: Arena**

Del lat. *arēna*

l. f. Conjunto de partículas desagregadas de las rocas, sobre todo si son silíceas, y acumuladas, ya en las orillas del mar o de los ríos, ya en capas de los terrenos de acarreo.

## **Arena**

En geología se denomina arena al material compuesto de partículas cuyo tamaño varía entre 0,063 y 2 mm. Una partícula individual dentro de este rango es llamada grano o clasto de arena. Una roca consolidada y compuesta por estas partículas se denomina arenisca (o psamita) o calcarenita, si los componentes son calcáreos. Las partículas por debajo de los 0,063 mm y hasta 0,004 mm se denominan limo, y por arriba de la medida del grano de arena y hasta los 64 mm se denominan grava.

El componente más común de la arena, en ambientes continentales y en las costas no tropicales, es la sílice, generalmente en forma de cuarzo. Sin embargo, la composición varía de acuerdo a las características locales de las rocas del área de procedencia. Una parte de la fina arena hallada en los arrecifes de coral, por ejemplo, es caliza molida que ha pasado por la digestión del pez loro. En algunos lugares hay arena que contiene hierro, feldespato o, incluso, yeso.

Según el tipo de roca de la que procede, la arena puede variar mucho en apariencia. Por ejemplo, la arena volcánica es de color negro mientras que la arena de las playas con arrecifes de coral suele ser blanca.

La arena es transportada por el viento, también llamada arena eólica, y el agua, y depositada en forma de playas, dunas, médanos, etc. En el desierto, la arena es el tipo de sustrato más abundante. La granulometría de la arena eólica está muy concentrada en torno a 0,2 mm de diámetro de sus partículas, que son además muy redondeadas.



## NO ES MAGIA, ES EDUCACIÓN EMOCIONAL

*THIS IS NOT MAGIC, IT IS EMOTIONAL EDUCATION*

**Reyes Mantilla Rozas**

**Olga Saiz Zamanillo**

*CEPA Reinoso (Cantabria)*

### Resumen

Para un Centro de Educación de Personas Adultas (CEPA) su principal finalidad es la educación permanente. Sin embargo, impartir solo conocimientos no era suficiente para el CEPA de Reinoso, planteándose como reto trabajar la educación emocional a través de un proyecto innovador y piloto hasta entonces, en un CEPA, y todo gracias a la inestimable ayuda y tutela de la Fundación Botín de Cantabria, en el marco de su proyecto de Educación Responsable.

Se comenzó a trabajar la dimensión emocional de los adultos, persiguiendo no solo alcanzar una formación integral que atendiera la parte cognitiva, sino también la emocional, que hasta este siglo XXI ha sido más bien escasa. La apuesta por la educación emocional responde a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias.

Durante seis años se lleva desarrollando el aspecto emocional en todas las etapas del centro y, especialmente, en la educación no formal, impartándose durante estos años un taller con resultados muy satisfactorios. Las emociones se han convertido en un punto clave de los métodos de enseñanza-aprendizaje del centro, pues el alumnado adulto necesita expresar sus sentimientos, opiniones y pensamientos en un clima de confianza y de grupo, creándose relaciones más estrechas con sus iguales, con el fin de mejorar en su crecimiento personal y su bienestar.

Se ha generado, en resumen, un espacio más abierto y acogedor en el centro.

**Palabras clave:** educación emocional; nutrición emocional; educación de adultos; proyecto innovador; emociones.

### Abstract

*The main purpose of an Adult School (CEPA) should be to focus on permanent education. However, paying attention only to formal knowledge was not enough for CEPA Reinoso, posing as a challenge to work on emotional education through an innovative pilot project. All thanks to the invaluable help and tutelage of Cantabria Foundation (Botin Centre), within the framework of their «Responsible Education Project».*

*CEPA Reinoso began to work on the emotional dimension of adults, seeking not only to achieve a comprehensive training that would attend the cognitive side of education, but also the emotional one, and this has been rather unusual until the 21st century. The commitment to emotional education responds to social needs not met in ordinary academic subjects.*

*For 6 years the emotional aspect has been developed in all the stages and, especially, in non-formal education. At the same time, a workshop has been organized with very satisfactory results. «Emotions» have become a key point in the teaching-learning methods, since adult students need to express their feelings, opinions and thoughts in a trusting group climate, creating closer relationships with their peers in order to improve their personal growth and well-being.*

*In short, a more open and welcoming space has been generated in the school.*

**Keywords:** emotional education; nutrition and emotional well-being; adult schools; innovation projection; emotions.



## **I. El CEPA de Reinosa**

### **1.1. Descripción del centro**

El Centro de Educación de Personas Adultas de Reinosa (CEPA Reinosa), adscrito a la Consejería de Educación de la Comunidad de Cantabria, ofrece formación permanente a un amplio colectivo integrado por toda la comarca de Campoo, con el fin de adquirir, actualizar, completar y ampliar capacidades y conocimientos para el desarrollo personal, integral y profesional.

La Comarca de Campoo está situada al sur de Cantabria y su capital es Reinosa, a 850 msnm. Con algo más de 1000 km<sup>2</sup>, es la más grande de la comunidad autónoma, pues ocupa casi el 20 % de la extensión de Cantabria, aunque en ella solo vive alrededor del 3,5 % de la población total. Limita al este y al sur con Castilla y León, con la provincia de Burgos, al oeste con la provincia de Palencia y al norte con el Besaya, Saja-Nansa y los Valles Pasiegos.

Está compuesta por 11 ayuntamientos con una población cercana a los 22.000 habitantes: Campoo de Enmedio, Campoo de Yuso, Hermandad de Campoo de Suso, Las Rozas de Valdearroyo, Pesquera, Reinosa, San Miguel de Aguayo, Santiurde de Reinosa, Valdeolea, Valdeprado del Río y Valderredible.

La necesidad de dar visibilidad a un centro de estas características hace imprescindible la coordinación con el entorno, manteniendo una relación fluida con todas las entidades y principalmente con el Instituto de Educación Secundaria (IES Montesclaros), con el que comparte edificio. La labor de dirección de ambos centros, a través de reuniones periódicas, es una prioridad a la hora de llegar a acuerdos respecto al uso de espacios, la programación de actividades escolares o extraescolares y culturales en común, consiguiendo la colaboración y participación del alumnado de ambos centros.

También es muy estrecha la relación con el Ayuntamiento de Reinosa, firmando entre ambos un convenio de colaboración donde el Ayuntamiento subvenciona alguna actividad del CEPA y el centro asume la responsabilidad de organizar y participar alguna actividad municipal anual (generalmente el Día de la Mujer el 8 de marzo).

Se mantienen a lo largo del curso, una relación, con otras asociaciones culturales o deportivas, oficina de consumo, biblioteca municipal, Guardia Civil, farmacias locales, Cruz Roja etc, siempre dispuestos a colaborar con el CEPA a través de charlas que cuentan con una gran asistencia de alumnado por el interés que despiertan.

### **1.2. Perfil del profesorado**

El CEPA de Reinosa está compuesto por cinco docentes (dos maestros y tres profesores de Secundaria; dos de ellos mujeres y tres hombres) todos funcionarios de la Consejería de Educación de Cantabria.

El claustro ha recibido formación en la competencia de educación emocional, en un principio gracias a la participación del CEPA en la red de centros del Proyecto de «Educación Responsable» de la Fundación Botín, beneficiándose durante los tres años de tutorización de la Fundación de una formación de calidad. Posteriormente, cada año, se incluye en el Plan de formación de la Programación General del CEPA, un curso, impartido por algún profesional de reconocido prestigio, cuyo objetivo es ampliar los conocimientos, técnicas e investigaciones en esta área de trabajo.

El proyecto cuenta con dos personas responsables de su seguimiento y coordinación, que forman parte del equipo directivo y ejercen su liderazgo participativo y asertivo.

El resto del profesorado participante actúa como agente facilitador, y presenta una total disposición para la realización y ejecución de las actividades programadas con el compromiso de continuidad del proyecto en el centro.

### **1.3. Perfil del alumnado**

Asisten anualmente al centro más de un centenar y medio de alumnos y alumnas. Son personas mayores de 18 años, con predominio de mujeres de mediana edad, la gran mayoría con una titulación básica. Los perfiles de edades son heterogéneos, predominando el grupo de 45-70 años, y menor los comprendidos entre 18 a 45, aunque también existe un importante grupo de alumnado que supera los 70 años.

Se pueden señalar los siguientes grupos y rasgos característicos:

- Adultos-jóvenes sin titulación profesional integrados ya en el mundo laboral o que pretenden hacerlo, que buscan la titulación pertinente o bien en reciclaje para su promoción. Forman el grupo de las ofertas educativas de ESPA, Acceso a la Universidad y Formación Básica, es decir, la enseñanza catalogada como educación formal dado que la consecución de dicha formación conlleva la obtención de un título académico.
- Adultos-mujeres, en edad madura y aliviadas de cargas familiares y laborales. Buscan la formación que no tuvieron en su infancia o juventud, la actualización de sus conocimientos o la realización

de alguna actividad intelectual o lúdica que ayude a mejorar su desarrollo personal e integral. Se orientan en su inmensa mayoría a los talleres no formales, es decir, enseñanzas cuya finalidad no es la de la obtención de un título académico. Forman el grupo de las ofertas educativas de talleres y proyectos de innovación.

- Otros grupos minoritarios integrados por inmigrantes que demandan formación en lengua española, y la obtención del certificado, forman varios grupos según los distintos niveles de conocimiento del idioma, que se enmarcan en la oferta de Español para extranjeros.

Por todo ello las necesidades que se detectan en un CEPA son:

- Obtener una titulación básica, en un alto porcentaje de la población.
- Integrar la educación formal y no formal, promoviendo el aprendizaje a lo largo de la vida (ALV).
- Atender a grupos de discriminación positiva en base a modelos educativos inclusivos.
- Responder a la diversidad existente en un CEPA y a las necesidades educativas de cierto alumnado especial (analfabetismo y ACNEAE).
- Superar el fracaso escolar en adolescentes.
- Corregir conductas disruptivas de algunos jóvenes desplazados de una enseñanza obligatoria que no supo dar respuesta a sus necesidades.
- Suplir la carencia de estímulos para alcanzar con éxito las competencias emocionales y el control emocional.
- Potenciar las emociones como elemento importante del currículo por su influencia en los aprendizajes y la conducta.

- Adquirir recursos para prevenir los cambios sociales y ayudar a afrontarlos para adaptarse a la mayoría de ellos.
- Llamar la atención social sobre el beneficio de llevar a cabo una intervención en un grupo de población como es el integrado en un CEPA, al que menos se le ha dedicado el estudio y herramientas para su desarrollo integral.

Implicarse en un proyecto de este calibre busca dar solución a las necesidades anteriormente expuestas, fundamentadas y justificadas en las nuevas corrientes que desde diferentes ámbitos científicos y educativos nos indican de la importancia de trabajar las emociones, los afectos y los estados de ánimo. Porque las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas, tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y son más eficaces en todos los ámbitos de la vida.

#### **1.4. Otros proyectos**

Durante los seis años que el CEPA de Reinosa ha seguido apostando por la educación emocional, varios han sido los talleres no formales que han mantenido este tema como eje central, aunque el contenido se ampliaba a otras áreas. Por ejemplo, el Taller de nutrición emocional impartido en el curso 2019-20.

La alimentación y nutrición son ámbitos donde se puede apreciar la estrecha relación entre los factores biológicos, psicológicos y sociales a lo largo del desarrollo de las personas. De hecho, hay estudios actuales que han analizado y demostrado la influencia de la alimentación en el estado cognitivo y emocional, así como la influencia de la conducta en los hábitos de alimentación y sus trastornos.

El Taller marcaba como objetivo el desarrollo de la educación emocional centrada en la nutrición, trabajando un nuevo instrumento dinamizador y valioso para sentir, entender, gestionar y modificar estados emocionales para uno mismo y para los demás a tra-



vés de la alimentación. El objetivo era que el alumnado adoptase una nueva actitud y consiguiera unos cambios globales de hábitos relacionados con la alimentación equilibrada y el ejercicio que le permitiera seguir un estilo de vida saludable y sostenible.

La justificación de este taller es fruto de la relación que existe entre emociones y alimentación. Es fundamental identificar el estado emocional para luego introducir nuevas pautas y conductas efectivas que mejoren la relación con la comida y con uno mismo. Nuestro organismo funciona como un todo (somos, pensamos, sentimos, comemos, actuamos...) y tanto el cuerpo como la mente están estrechamente vinculados. Sin el buen funcionamiento de uno de estos elementos, difícilmente conseguiremos el pleno bienestar emocional y un buen estilo de vida saludable.

Hipócrates, padre de la medicina, enunció la frase: «Que tu alimento sea tu medicina, y que tu medicina sea tu alimento». Se puede afirmar que la alimentación saludable es el mejor aliado de la salud y, además, podemos añadir que solo con buena salud se puede disfrutar de todo lo que nos ofrece la vida.

En resumen, nuestras emociones y estados mentales están influenciados por diversos factores, y uno de ellos es nuestra alimentación. El resultado del taller fue una Guía que incluía consejos para entender la alimentación y cómo obtener el bienestar personal, tanto físico como emocional, siendo conscientes de lo que comemos y el porqué, a la vez que hacer una gestión adecuada de los pensamientos.

## **1.5. Reconocimientos**

El CEPA de Reinosa, pionero en el trabajo en Educación Emocional, aplicado a la Educación de Adultos en Cantabria, consigue el premio a la mejor experiencia de educación emocional en SIMO Educación 2018.

Con el lema «Innovar en educación para transformar el mundo» se desarrollaba en noviembre SIMO Educación 2018. La innovación tecnológica aplicada a la enseñanza y las buenas prácticas docentes eran dos de los grandes contenidos de referencia en este Salón para profesionales de la Educación. Y, ese año, el jurado seleccionaba de entre un total de 30 experiencias de todos los niveles educativos y con temáticas muy variadas, la del CEPA de Reinosa bajo el título «No es magia, es Educación Emocional».

## **2. El Proyecto**

### **2.1. Justificación**

La necesidad de un cambio en la cultura de los centros para llegar a una visión integral de la educación

inquieta, y es motivo suficiente para impulsar este proyecto innovador en un centro de adultos porque, sin duda, está comprobado que una mejora en el ámbito emocional no solo beneficia a nivel personal, sino también en el rendimiento académico de cualquier alumno y en cualquier etapa educativa y, por tanto, ¿por qué no también en la enseñanza de adultos?

La sociedad actual ha concedido un nuevo papel a las emociones: han dejado de ser algo negativo y que hay que reprimir, para convertirse en un elemento positivo que ayuda a actuar y tomar decisiones y, por tanto, a adaptarse a la vida cotidiana. Y el sistema educativo debe responder a las demandas y los retos de la sociedad contemporánea, siempre que sea para promover el éxito educativo, basándose en modelos inclusivos.

Leonardo Da Vinci dijo que «Todo nuestro conocimiento tiene su principio en los sentimientos». Por tanto, comenzar a educar en las emociones, sin duda ayudará a conseguir el éxito educativo.

Así, el proyecto surge dentro del programa de formación del profesorado comprometido en el proyecto directivo del CEPA de Reinosa, buscando la implicación y participación de todo el claustro de profesores y la colaboración de instituciones locales de la Comarca de Campoo. Iba a suponer una innovación educativa para responder a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias.

Creyendo firmemente que la complejidad del ser humano no se resuelve potenciando solo sus capacidades académicas e intelectuales, sino desarrollando otras competencias y capacidades que sin duda resultan de vital importancia para todas las esferas de la vida, es por lo que se aspira, desde el CEPA de Reinosa, a elaborar un instrumento dinamizador y valioso para sentir, entender, gestionar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás.

El siglo XXI será el siglo de las emociones, pues los afectos y los estados de ánimo están ganando en importancia tanto en el pensamiento científico como en la sociedad en general, y en el ámbito educativo en particular.

Actualmente la educación emocional o la inteligencia emocional hacen referencia a ese conjunto de habilidades o competencias como proceso continuo y permanente que pretende desarrollar la personalidad de modo integral y afrontar mejor los retos que la vida plantea.

En la etapa adulta son muchos los cambios que se producen, de toda índole (biológicos, cognitivos, sociales) que requieren de recursos, bien para prevenirlos o bien para afrontarlos o adaptarse a ellos. Y



esos cambios, en el ámbito emocional de los adultos, no se les ha dado la importancia que tienen.

Por otro lado, uno de los grandes problemas que cualquier adulto encuentra en la actualidad es la dificultad para enfrentarse a los cambios sociales y afectivos que se presentan de forma demasiado rápida para su asimilación, y son muchos los que adolecen de habilidades y recursos como tolerancia, asertividad o empatía, cuando no un notable rechazo o aversión hacia sí mismos o los demás, y que sin duda es nuestro deber intentar mejorar.

Por ello y porque las personas adultas y mayores pueden beneficiarse ampliamente de este tipo de programas es por lo que desde el CEPA de Reinosa se apuesta por el desarrollo de este Proyecto de Integración e Innovación Educativa, porque va a suponer una oportunidad para aprender competencias que nunca llegaron a adquirir por distintas razones o no pudieron potenciar o mejorar y, esas, son prioridades de la Educación Permanente y del Aprendizaje a lo Largo de la Vida.

Se pretende introducir también la metodología innovadora: *Design Thinking* que comenzó a ejecutarse en la Universidad de Stanford (California), en un principio para fines lucrativos de una empresa. Como su nombre indica, se centra en el proceso de diseño, dejando en un segundo plano el producto final. Esta metodología ayuda a entender y dar solución a las necesidades reales de los participantes que generarán tanto sus propias necesidades como los objetivos y metas por alcanzar, ya que diseñan soluciones para obtener mejores resultados en la programación. Llevando en definitiva a fomentar la innovación en la educación de una forma eficaz y exitosa.

¿Y por qué el proyecto suponía una innovación? Porque para ser considerada como tal, necesita:

- Ser duradera, contar con un alto índice de utilización y estar relacionada con mejoras sustanciales

de la práctica profesional. Este proyecto, de duración inicial de tres años, y con intención de perdurar en el tiempo conlleva la participación de un elevado número de alumnos y alumnas e implica una formación continua en el profesorado.

- No es algo que se deje al azar, sino que se planifica para aumentar las probabilidades de lograr el cambio deseado. Queda patente en el proyecto el plan de actuación que se debe seguir.
- Es un proceso de adaptación de un programa a una realidad local. A través del *Design Thinking* se reconocerán las necesidades del alumnado que se intentan responder y subsanar.
- Debe de someterse a un proceso de seguimiento y evaluación. En los tres cursos de duración existe un protocolo para ello (que bien podrá continuar posteriormente).
- Produce un cambio intencional y deliberado. Aunque se trabaja de manera transversal, va a influir en el rendimiento y éxito educativo del alumnado. Profesores y alumnos, todos, se convierten en agentes facilitadores del cambio.

## 2.2. La Fundación Botín

La Fundación Botín con sede en Santander (Cantabria), apuesta por una educación que promueva el crecimiento saludable de niños, jóvenes y adultos, potenciando su talento y creatividad para ayudarles a ser autónomos, competentes, solidarios y felices.

Una educación, en definitiva, que genera desarrollo y contribuye al progreso de la sociedad.

La intervención de la Fundación se materializa en un Proyecto denominado «Educación Responsable», diseñado como un programa desarrollado en colaboración con la Consejería de Educación del Gobierno de Cantabria, que favorece el crecimiento físico, emocional, intelectual y social de las personas, promueve la comunicación y mejora la convivencia en los centros escolares a partir del trabajo con docentes, alumnado y familias. Es un programa para:

- Conocerse y confiar en sí mismos.
- Comprender a los demás.
- Reconocer y expresar emociones e ideas.
- Desarrollar el autocontrol.
- Aprender a tomar decisiones responsables.
- Valorar y cuidar su salud.
- Mejorar sus habilidades sociales.

Participan colegios de Cantabria generando un modelo de actuación que ya se ha extendido a una Red de Centros ER en Madrid, La Rioja, Navarra, Galicia, Murcia, Castilla y León, Aragón, Comunidad Valenciana, Cataluña y la extensión internacional en Uruguay –con el fundamental apoyo de la Asociación Civil Emocionarte y Plan Ceibal-, Chile –de la mano de la Corporación Adelanto Amigos de Panguipulli-, México –promovido por PROED con la inestimable ayuda de la Fundación Gigante– y tres países en Centroamérica (Honduras, Nicaragua y El Salvador) con el impulso de la Fundación Terra.

### 2.3. **Ámbito de actuación**

La atención a la diversidad y la compensación de desigualdades es su principal ámbito de actuación.

Como bien se especifica, en la Programación General Anual (PGA) del centro, aprobada por el Claustro y, en el proyecto del equipo directivo, una de las señas de identidad que caracteriza al CEPA de Reinosa es hacer notar la integración. Se considera a todo el alumnado como individuos únicos, diferentes e irrepetibles y es por esta razón por la que todos necesitan de una atención individualizada. Por ello, y dentro de las posibilidades del profesorado, se prestará atención a la diversidad y al alumnado con necesidades educativas especiales intentando orientarlos a salidas profesionales y a una formación complementaria que les permita enriquecerse como personas.

En un CEPA esa atención a la diversidad es objetivo prioritario y permanente, puesto que la diferencia aparece en el alumnado tan diverso que conforma el centro. La elección de este ámbito de actuación se justifica inicialmente en la necesidad de atender el porcentaje tan elevado de alumnado que no ha adquirido todavía completamente las principales competencias básicas, en segundo lugar, por la diversidad de estatus, edades, y capacidades que requiere favorecer la flexibilidad metodológica y organizativa necesaria para suplir las carencias especialmente emocionales que busca este proyecto.

El CEPA de Reinosa, como la mayoría de los centros de adultos, carece de personal especializado para atender a la diversidad, por lo que el esfuerzo que el profesorado realiza es fruto generalmente de la buena voluntad de los propios profesores y a la preocupación mostrada por el equipo directivo. Al carecer de profesorado especialista, es necesario y primordial introducir de manera transversal la atención a la diversidad, y nada mejor que por medio de un programa innovador.

### 2.4. **Integración del resto de ámbitos**

Aunque la Atención a la diversidad y la compensación de desigualdades son los aspectos prioritarios, también se atiende a los siguientes ámbitos educativos:

#### **Curricular**

Aunque de manera directa, no se podrá hacer hincapié en los ámbitos de conocimiento, sí que va a suponer un cambio en el funcionamiento general del centro al igual que en la metodología empleada por el profesorado.

Se pretenden realizar actividades para la integración curricular de las TIC, aspecto tan importante en la sociedad actual, es por ello que un alto porcentaje de las sesiones contará con el soporte informático para su puesta en práctica, y así poder introducir un elemento primordial en la educación actual. Como ejemplos: proyección de vídeos *online*, elaboración de vídeos propios para colgar en YouTube, o la elaboración de un recurso educativo para poner a disposición de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte.

Un segundo elemento a nivel curricular, es el uso de metodologías de trabajo activas y participativas, en las que los alumnos son los protagonistas de su propio aprendizaje, y para eso se utilizará el modelo *Design Thinking*, antes descrito.

El aprendizaje será autodirigido, ya que el desarrollo de habilidades metacognitivas promueve un mejor y mayor aprendizaje. Todas las actividades suscitarán habilidades que permiten al estudiante juzgar la dificultad de los problemas, detectar si entendieron un texto, saber cuándo utilizar estrategias alternativas para comprender la documentación y saber evaluar su progresión en la adquisición de conocimientos (BRUNNING ET AL., 1995).

Se trabajará en equipo, discutirán, argumentarán y evaluarán constantemente lo que aprendan, a través de un cuestionario al final de cada sesión o cuando se estime necesario. El aprendizaje en colaboración, será uno de los ingredientes principales de la dinámica de trabajo.

Por otro lado, todas las actividades programadas enfatizarán un contexto basado en problemas reales o de la práctica profesional. La contextualización de la enseñanza promueve la actitud positiva de los estudiantes hacia el aprendizaje y su motivación, lo que es imprescindible para un aprendizaje con comprensión. Permitirá al adulto enfrentarse a problemas reales, con un nivel de dificultad y complejidad similares a los que se encontrarán en la práctica habitual y profesional.

## 2.5. Organización del centro

### Agrupamientos, espacios y tiempos

Para llevar a cabo el proyecto, basándose en el *Design Thinking*, es necesario un cambio en la organización de espacios y tiempos. Se necesita un espacio de trabajo flexible y alternativo al aula y también se llevan a cabo actividades fuera del centro.

Debe ser un sitio lo suficientemente amplio para trabajar en torno a una mesa, con paredes libres donde colocar la información que se vaya generando, un lugar luminoso e inspirador que propicie el trabajo distendido y donde se sientan cómodos y con un buen estado anímico. Un espacio inspirador motiva la innovación.

### Elementos transversales

Dado que el centro ha suscrito un convenio de colaboración con el Ayuntamiento de Reinosa, se incorporarán las actividades que se vayan a realizar conjuntamente en el presente proyecto. Así, el centro está comprometido en la redacción y la elaboración de propuestas que haya que ejecutar en actos como el Día Internacional de la Mujer (8 de marzo), o en la semana dedicada al libro (mes de abril).

## 2.6. Metodología y necesidades de formación

### Planificación de actuaciones

El proyecto pretende convertirse en una herramienta al servicio del desarrollo de competencias, basada en la habilidad para percibir, generar y acceder a emociones que faciliten el pensamiento y comprender el conocimiento emocional que finalmente permita a un adulto crecer intelectual y emocionalmente. Por tanto, se pueden identificar como componentes básicos: la atención, la participación, facilitación, comprensión y regulación emocional (SALOVEY Y MAYER, 1997).

Se va a trabajar partiendo de una visión próxima a la realidad de cada persona, diferenciando claramente dos partes en este Proyecto de Innovación e Investigación Educativa (PIIE):

- Principio constructivista, tomando como base el conocimiento previo del alumnado adulto en la materia que haya que tratar, y resumiendo la información final en cada sesión.
- Prácticas cognitivo-conductuales en cada una de las fases del programa, es decir, poner en práctica el aprendizaje adquirido.

El programa propuesto se organiza en torno a cinco módulos, cuatro de ellos según el modelo de Salovey y Mayer de Inteligencia Emocional y un módulo más,

porque es el modelo que mejor se adapta al ámbito de actuación propuesto y a los objetivos que se pretenden alcanzar. Proporciona a su vez, un marco de actuación riguroso a la hora de comprobar sus supuestos teóricos, puede medirse el alcance de cada uno de los objetivos y permite constatar y facilitar el desarrollo del PIIE con su correspondiente evaluación:

1. Comprensión de emociones.
2. Percepción, evaluación y expresión de emociones.
3. Asimilación emocional.
4. Regulación de emociones.
5. Habilidades sociales y resolución de conflictos.

### Necesidades de formación

En el inicio del proyecto, una primera necesidad planteada, y a la vez prioritaria, fue diseñar una programación para la mejora de la formación del profesorado participante, que impartirían profesionales cualificados y de reconocido prestigio.

Nadie pone en duda que para enseñar un idioma hay que ser competente, no solo lingüísticamente, sino en su metodología. Sin embargo, a menudo, no se considera necesario en temas de educación personal, social y emocional, como si el profesorado, por el solo hecho de ser adulto y de disponer de una titulación, ya estuviera capacitado para ello. Hoy sabemos que tales competencias no se dan por sí solas, y que estar informado no es estar formado.

La idea sería desarrollar sesiones con periodicidad quincenal, donde expertos en el ámbito de la universidad o de la empresa aporten su experiencia en el campo de la inteligencia y la educación emocional. Estas sesiones formativas serían teórico-prácticas: además de los contenidos, el profesorado vivenciaría para poder transmitir después este contenido en el aula, lo que supondría un enriquecimiento como docente y como persona.



La formación del profesorado tendría un triple enfoque: por una parte informar y formar en el conocimiento de las emociones; por otra entrenar en el manejo de situaciones cotidianas de pequeños conflictos y sus soluciones; y tercera tener más conocimiento del uso del *Design Thinking* en educación. Y todo dentro de un enfoque práctico y participativo.

La colaboración con instituciones como el Ayuntamiento de Reinosa podría permitir llevar a cabo dicha formación a través de profesionales contratados por el consistorio para realizar las sesiones formativas.

Se cumpliría también uno de los objetivos del proyecto de dirección del CEPA de Reinosa, que incluye el impulso de la participación del profesorado en actividades externas de formación que impliquen una mejora en la cualificación para el desempeño de sus funciones, así como fomentar el intercambio de conocimientos, experiencias y criterios entre los profesores, en pro de la mejora de cada departamento y área.

### **Participación de los miembros de la comunidad educativa**

Con todos los elementos hasta este momento justificados en el proyecto, se constituirá un grupo de trabajo integrado por el 100 % del claustro, donde a lo largo de las sesiones semanales diseñadas en el plan, se redactan y ejecutan las líneas de actuación con la participación activa tanto de docentes como de alumnado.

Como planteamiento inicial, partiendo de los principios y necesidades detectadas y junto a la metodología de participación activa, el fin último del proyecto será integrar a toda la comunidad educativa: centro, profesorado, alumnado, asociación de alumnos e instituciones locales colaboradoras.

### **Duración y secuenciación**

El Proyecto de Innovación e Investigación Educativa (PIIE) plantea comenzar en la oferta educativa de formación básica y oferta no reglada, con un taller específico, para después en cursos sucesivos ir incorporado nuevos grupos de alumnos (ESPA, EOI, *That's English*). Con ello se pretende lograr la participación de todo el centro para conseguir un clima, una forma de estar y una forma de expresarse emocionalmente que lleve a una mejora de la convivencia en los diferentes espacios.

La duración será de tres cursos consecutivos.

### **Planificación cronológica**

Primer año:

— Octubre- diciembre. Toma de contacto con los grupos de alumnos participantes en el proyecto. Puesta en práctica del *Design Thinking*, estudio de necesidades y plan de trabajo.

— Enero- junio. Comienzo del primer módulo: Comprensión de emociones.

— Valoración de resultados.

Segundo año:

— Octubre-diciembre. Segundo módulo: Percepción, evaluación y expresión de emociones.

— Enero-junio. Tercer módulo: Asimilación emocional.

— Valoración y seguimiento del PIIE.

Tercer año:

— Octubre-diciembre. Cuarto módulo: Regulación de emociones.

— Enero-junio: Quinto módulo. Habilidades sociales y resolución de conflictos.

— Valoración.

— Conclusiones finales.

## **2.7. Evaluación**

Se llevarán a cabo tres tipos o momentos de evaluación: inicial, durante el proceso y final. De forma general esta valoración de resultados será continua para así poder comprobar en qué medida se alcanzan los objetivos que se pretenden conseguir.

### **Evaluación inicial**

El objetivo principal de este momento es establecer la línea base de la que parte el alumnado participante en la puesta en práctica de los diferentes módulos.

Este momento de evaluación tiene una doble finalidad: por un lado, recoger la información que se considere relevante para así planificar la intervención. Para llevar a cabo este punto, se usará el *Design Thinking*, que aparte de ser la metodología empleada, también es un recurso muy útil e innovador de evaluación.

Los conocimientos previos que poseen los adultos son un punto importante. Por ello, se realiza al comienzo de cada sesión una lluvia de ideas sobre el tema que se va a tratar ese día.

### **Evaluación durante el proceso**

Permite analizar si el programa se está aplicando según lo previsto y si se están alcanzando los objetivos intermedios, establecidos como paso previo para alcanzar los finales.

Se realizará, por un lado, una pequeña evaluación/cuestionario al final de cada sesión, o cada dos sesiones, en la que el alumnado valore la actuación realizada, si cambiarían algo o no, y su opinión sobre la actitud del docente.

Mensualmente se llevará a cabo un seguimiento del desarrollo del proyecto y de las posibles modificaciones que se hubieran introducido. Para ello se elaborará un pequeño registro con los objetivos intermedios y a través de la observación ir anotando cuáles han sido alcanzados y cuáles no, por cada uno de los participantes, al igual que las dificultades encontradas. También se puede evaluar en las tutorías semanales o quincenales si se desea llevar a cabo un seguimiento más exhaustivo.

### Evaluación final

Permite recoger la información de todos los momentos en los que se ha evaluado el Proyecto, y su finalidad es la de valorar si se han alcanzado los objetivos inicialmente planteados, en qué medida han beneficiado al alumnado en su rendimiento académico y personal, si se han producido cambios y, de manera especial, si se ha generado una mejora en las competencias.

El Claustro será informado de esta evaluación final y podrá tomar las medidas que estime convenientes para mejorar en los próximos cursos académicos.

### Responsables de la Evaluación

La participación al 100 % del claustro de este centro va a permitir la distribución de tareas a la hora de la realizar la evaluación. Es necesario y primordial, al poner en práctica un proyecto de intervención, un aprendizaje en colaboración, y por ello se considera que la evaluación es un apartado esencial del aprendizaje:

- Detectar necesidades (*Design Thinking*: contar en el centro con una persona formada en psicopedagogía facilita esta labor).
- Conocimientos previos del alumnado: el profesor o profesora responsable de impartir esa determinada sesión.
- Seguimiento para valorar el desarrollo del proyecto, así como sus modificaciones. Se realizará conjuntamente por medio de reuniones mensuales del claustro.
- La recogida de la evaluación final del PIIE se realizará igualmente por el Claustro, con el visto bueno del Consejo escolar.

Será necesario establecer a su vez, un registro de actuaciones, para evaluar las actividades realizadas fuera

del centro, o en colaboración con el IES de la zona, asociaciones, Ayuntamiento, etc y la formación del profesorado.

## 3. Previsiones de futuro. Conclusiones

El Proyecto tiene establecidas, como previsiones para integrarse en el Proyecto Educativo del CEPA de Reinosa, las siguientes:

### En el propio Centro

- Previsiones para la atención a la diversidad que incluyen consideraciones generales o formulaciones de intenciones encaminadas a atender las necesidades de todo el alumnado.
- Como contenidos transversales al resto de áreas curriculares en cada una de las ofertas educativas.
- En la dinámica del propio centro, tanto en sus órganos colegiados como otros, donde la participación del profesorado y del alumno son relevantes.
- Previsiones para la mejora de la convivencia a la hora de realizar cualquier actividad tanto dentro del centro como actividades exteriores de ocio y tiempo libre.
- Prever un marco de trabajo estable del profesorado.

### Con otras instituciones

- Cooperación con el Ayuntamiento de Reinosa, tanto en la formación de los implicados en el proyecto como en el desarrollo de las actividades que realice el consistorio con la participación del CEPA de Reinosa.
- Previsiones para colaborar con asociaciones culturales y deportivas de la comarca y con la asociación de alumnos y alumnas en determinadas actuaciones, que se deben desarrollar en común.

Y todo para conseguir hacer de la Escuela de Adultos un proyecto colectivo.

## Referencias

- BISQUERRA, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.
- BISQUERRA, R., y PÉREZ, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI. Revista de la Facultad de Educación*.  
<http://revistas.uned.es/index.php/educacionXXI/article/view/11804/11261>
- BRADFORD, M. (2017). *La alimentación y las emociones* (6.ª ED.) Océano, S.L.

FERNÁNDEZ BERROCAL, P.; EXTREMERA PACHECO, N. (2005) La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* 19(3). Universidad de Zaragoza. BRADFORD, M. (2017). *La alimentación y las emociones*(6.ª ED.) Océano, S. L.

LÓPEZ PÉREZ, B.; FERNÁNDEZ-PINTO, I.; MÁRQUEZ-GONZÁLEZ, M; (2008). Educación emocional en adultos y personas mayores. *Revista electrónica de investigación psicoeducativa*, n. 15, 6(2), pp. 501-522.

[http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/542/Art\\_15\\_249.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/542/Art_15_249.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

MOOTLE, I.(2014). *Design Thinking para innovación estratégica*. Empresa Activa.

Proyecto de Educación Responsable. *Fundación Botín*. <https://fundacionbotin.org/programas/educacion/educacion-responsable/>

Web del Ayuntamiento de Reinosa

[https://www.aytoreinosa.es/cpt\\_services/campool/](https://www.aytoreinosa.es/cpt_services/campool)

## Las Autoras

### **Reyes Mantilla Rozas**

Maestra (Graduada en Primaria) y Graduada en derecho. Jubilada desde octubre de 2021, ha sido funcionaria, por acceso directo, durante 37 años, de los cuales treinta ha trabajado en el ámbito de la Educación permanente de adultos.

Como directora del CEPA de Reinosa ha contribuido a cambiar el actual currículum orientado hacia el «saber conocer» y el «saber hacer», desarrollando el autodominio, la motivación, la autoconfianza o las habilidades sociales y haciendo visible la labor de un centro de adultos en cada actividad que desarrollaba. Ha coordinado proyectos de innovación aprobados por la Consejería de Educación de Cantabria, uno de ellos en relación a la Nutrición emocional.

Enamorada de la educación emocional, junto a todo el claustro del CEPA de Reinosa desarrolló el proyecto dirigido desde la Fundación Botín en Cantabria, «Educación Responsable», como programa piloto en un centro de adultos, y por el que fueron reconocidos con el primer premio SIMO EDUCACIÓN 2018.

Se considera una estudiante permanente, y... lo será a lo largo de su vida.

### **Olga Saiz Zamanillo**

Maestra, graduada en Primaria y Licenciada en Psicopedagogía. Actualmente es funcionaria interina y la directora del CEPA de Reinosa desde la jubilación de Reyes Mantilla.

Como Coordinadora del «Programa de Educación Responsable» de la Fundación Botín, desde sus inicios, ha adquirido amplia experiencia en el manejo de cualquier grupo sea de alumnos o de profesores.

Asiste frecuentemente a cursos organizados por el Centro de Formación de Profesores de la Consejería de Educación, actuando en varias ocasiones como ponente para transmitir su labor en el área de la Educación emocional.

Actualmente se prepara para la próxima convocatoria de selección de profesores para demostrar su formación y manifestar sus dotes y capacidades, junto al entusiasmo por la docencia y enseñanza en general.