Proyecto
Expresa lo que sientes: conectando, comprendiendo y creciendo

Francia Cabrera Piña

EDUC 6995-Teleproyecto

Introducción

Las emociones han sido un aspecto muy importante para el desarrollo personal, profesional y el conectar con otros. El trabajar las emociones reconociéndolas y conociendo las de los demás, es un vínculo que se genera de manera interna y externa en donde se concretiza las relaciones humanas (Colom, 2009). Sin embargo, se refleja una necesidad de contar con apoyo para lograr balancearlas. Este aspecto genera el trabajar con la inteligencia emocional y abonar al manejo de la habilidades emocionales. Un detalle de mucha importante es que, durante el último año, ha transcurrido la exacelvación en la necesidad de trabajar con las emociones con el paso de la pandemía. En este caso, delimitaremos el tema a trabajar en las emociones de los adolescentes.

Por lo que es importante conocer y apoyarse en el proceso de desarrollo afectivo y emocional en adolescentes de forma que se pueda contribuir en la prevención y/o disminución de comportamientos negativos, no deseables en la vida y salud de un ser humano. La importancia de reconocer las emociones y transformarlas en aquellas que hacen bien. Es la manera de contar con herramientas y empoderarnos en los procesos de desarrollo personal y emocional.

Es por esto que a continuación se compartirá información de la implementación de un proyecto de Red Global titulado **Expresa lo que sientes: Conectando, comprendiendo y creciendo**. De manera que que trabajen actividades colaborativas y se le brinde herramientas de apoyo a los adolescentes de cómo conocer su emociones, conocer las de los demás, desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones, prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas y desarrollar una mayor competencia emocional.

Expresa lo que sientes: Conectando, comprendiendo y creciendo

Descripción de proyecto

Es un proyecto que pretende que los estudiantes identifiquen qué son las emociones, reconocer sus emociones y las que comparte con otras personas y grupos. Por medio de intercambio de actividades en línea con la colaboración de estudiantes de manera grupal con otros países del mundo. El proyecto consta de 12 semanas de trabajo, dividas en 4 sesiones en donde se proponen actividades para el desarrollo de las habilidades socioemocionales basado en el artículo 3 constitucional (Expresa lo que sientes, 2021). Esta establece que toda "persona tiene el derecho a una educación integrar con el objetivo de desarrollar en las personas capacidades cognitivas, socioemocionales y físicas que les permitan alcanzar su bienestar" (iEARN 2021, citado de UNAM (2017) Artículo 3º Título Primero Capítulo I, de los derechos humanos y sus garantías, 2021).

Descripción de población

Este proyecto está dirigido a estudiantes de escuela elemental hasta escuela secundaria. S llevará a cabo con 11 estudiantes entre los grados de 7mo y 12 grado de los cuales se tienen 10 niño y 1 niña. Sin embargo, la población a impactar serán estudiante de escuela secuendaria en los niveles desde 7mo grado hasta 12 grado. El propósito es general que los estudiantes reconozan e identifiquen sus emociones, las emociones de los demás. De manera que aprendan a manejarlas de forma apropiada; con la intensión de establecer relaciones sanas con sus compañeros y la sociedad. Para que esto ocurra se trabajarán diversas actividades de manera colaborativa entre equipos con un grupo de México. Estos equipos identificarán, analizarán, comentarán y expresarán sus emociones mediente la realización de las actividades y presentación de

las mismas utilizando el medio digital. Las actividades que realizan son escritura de textos utilizando inspiración de cuentos y narraciones. De esta forma se puede fortalecer la expresión lingüística oral que ciertamente están relacionado con las emociones.

A continuación se detallan el calendario de actividades a realizar en cada una de las sesiones:

Calendario otoño 2021

Sesión	Fechas	Productos a entregar por sesión	Herramientas de comunicación y colaboración
Sesión 0 Inscripción	Del 30 de agosto al 17 de septiembre del 2021	Llenar el formulario de inscripción en línea. Responder evaluación en línea.	Formato de inscripción en línea Pre-test
Sesión 1 Las emociones, mis emociones	Del 20 de septiembre al 08 de octubre	❖ Infografía del concepto de emoción, las emociones básicas y las emociones a través del arte. ❖ Diario Emocional ❖ Participación en foros de discusión.	Muro digital Foro
04 de octubre		Inducción al proyecto	Aula virtual Zoom
22 de octubre		Presentación de trabajos de la sesión 1.	Aula virtual Zoom
Sesión 2 Las emociones de los otros	Del 11 al 29 de octubre	❖ Texto de reflexión de emociones positivas y negativas. ❖ Presentación digital del cuento *La peor señora del mundo,* reescribiendo el final. ❖ Texto de las emociones durante la pandemia	Muro digital Foro
12 de noviembre		Presentación de trabajos de la sesión 2.	Aula virtual Zoom

Sesión 3 Manejo de emociones	Del 01 al 19 de noviembre	❖ Carta de propuesta de solución de un problema de bullying. ❖ Cómic de representación de un problema y solución de un conflicto entre amigos. ❖ Rueda de opciones del manejo de emociones. ❖ Participación en los foros de discusión.	Muro digital Foro
26 de noviembre		Presentación de trabajos de la sesión 3	Aula virtual Zoom
Sesión 4 Cómo expreso mis emociones	Del 22 de noviembre al 10 de diciembre	❖ Dibujo o texto de las emociones experimentadas en la pandemia. ❖ Póster de las emociones propias, de la familia y compañeros detectadas en diferentes situaciones durante la pandemia. ❖ Participación en foro de discusión.	Muro digital Foro
10 de diciembre		Presentación de trabajos finales de la sesión 4 y cierre del proyecto	Aula virtual Zoom
Para los docentes			Muro digital para docentes Foro para docentes
Evaluación Final / Encuesta de satisfacción			

Procedimientos

Las actividades a llevarse a cabo se realizarán con la intención de cumplir con el objetivos del proyecto. Se realizarán por video conferencia por la naturaleza actual de la pandemia. Al igual, son grupos que en el Proyecto DE AFFECTo la forma de interactual es en línea por el motiva antes mencionado. Se estarán haciendo grabaciones para poder compartir los videos con su grupo hermano de México. La

primera y segúnda sesión los estudiantes de Puerto Rico las estarán haciendo de manera colaborativa con los mismo miembros de la nacionalidad. Luego la tercera y la cuarta, se espera que puedan integrar la clase hermana en los grupos colaborativos extendidos.

La primera sección se estará llevando a cabo dos actividades. En primer lugar, estarán observando dos videos y luego de esto tendrán que indicar en un documento compartido en Word en donde contesarán la siguientes pregunta: ¿qué emoción les trajo el video que observaron? La segunda actividad que tendrían que realizar de las cinco emociones presentadas, de cada una tendrán que escuchar la música y ver una obra de arte. La intención es que ellos puedan, al finalizarla realizar una pintura que muestren a sus compañeros. Luego de esto estarán trabajando una infografía en la cuál compartirán el dibujo de manera grupal vía *Padlet.*

La segunda sesión consistirá de dos actividades. Las mismas serán escuchar en grupo un cuento audible. Luego se le pedirán que vuelvan a escuchar unos fragmentos y se le preguntará ¿qué emoción sintieron? En la segunda actividad se compartirá la pintura que realizaron en la primera sesión con otros compañeros de manera que ellos puedan adivinar ¿qué emociones entienden que el compañero intentó plasmar en el dibujo? De esta manera, podremos trabajar el que ellos puedan conocer las emociones de los demás en un dialogo que se establecerá en el salón virtual. Luego observaremos obras pictóricas profesionales en donde se le pedirá al alumno que indiqué ¿cuál cree que fue la emoción que el artista intentó plasmar?

La tercera sesión se pretende que los estudiantes aprendan a regular y controlar las emociones sin que la tengan que evitar. La intensión es que ellos puedan buscar la forma de expresarse sin ofender a los demás. Se presentarán varios casos y se le

pedirá a los estudiantes ¿cómo es la forma en que ellos lo trabajarían y luego se le brindará la alternativa idónea si aún no la han identificado.

La cuarta y última sesión, tratará el ¿cómo expreso mis emociones? Es importante entender sus emociones para poder expresarlas. Sin embargo, en muchas ocasiones no saben como expresar su sentir. Se le compartirá las diferentes maneras de cómo podemos expresar las emociones de manera amena, respetuosa, amable y sana hacia los demás. Se les realizará varias preguntas para reflexionar sobre dicho asunto. Trabajaremos un *poster* de manera grupal con las emociones que deseamos presentar utilizando la programación de Canva, de algún estudiante tener alguna dificultad se podrá modificar la actividad a realizar en un papel en blanco.

Al finalizar la sesión, se espera que los estudiantes logren alcanzar los objetivos del proyecto o por lo menos cuatro de ellos. Al igual, se espera que realicen interacción y colaboración con el grupo de Puerto Rico y la clase hermana de México. También se espera que cada uno logre publicar sus trabajos y participar del foro global. El participar de este proyecto no conlleva ningún costo alguno. Se entiende que tendrán beneficios como por ejemplo: interactuar con estudiantes de Puerto Rico y otras nacionalidades, compartir su sentir, gustos y emociones con los demás. En cuanto a aspectos de riesgos, puede ser que los estudiantes se sientan nerviosos y con ansiedad por el hecho de tener que abrise y compartir con los demás sus emociones.

Cruzamiento curricular

El proyecto se desarrollará en la base a las áreas de contenido trabjando el encruzamiento curricular en las áreas de formación cívica y ética, Artes y Español. En la formación cívica y ética se trabajan los ejes conociendo y cuidado de sí. Trabajando los temas de identidad personas y cuidado de sí, sujeto de derecho y dignidad humana.

Otro eje es convidencia pacífica y resolución de conclictos, con los temas de cultura de paz.

Para lograr la colaboración del proyecto se utilizarará el apoyo diferentes páginas digitales. Las cuales siervieron de espacio de vinculación con los demás estudiates y profesores. Las páginas utilizadas para llevar a cabo la colaboración fueron: convocatoria vía canva, *Padlet*, google sites, Word, formulario inicial a los padres y formulario para autorización de grabación y fotos, foros vía iEARN, *Zoom*, *Google Meet*.

La facilitadora del proyecto Expresa lo que sientes, Red Global, es la Profa. Rebeca Ortega. Sin embargo, la Sra. Francia Cabrera Piña, fungirá de proresora del proyecto subtitulado “conectando, comprendiendo y creciendo”. Actualmente Profa. Cabrera labora como Asistente de Investigación del Proyecto DE AFFECTo en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Al igual es Terapista Educativa ofreciendo servicios a un centro privado. Para el proyecto la Sra. Cabrera estará realizando las intervenciones como parte de una colaboración del Proyecto DE AFFECTo de la Universidad de Puerto Rico que brinda apoyo a la comunidad de niños con doble excepcionalidad (2e), que cuenta con características de estudiantes con IQ de más de 129, pero tienen algún problema especifico de aprendizaje, dificultad en lectura, escritura y/o matemáticas. El contacto con los estudiante será de manera virtual, debido a que los estudiantes no se están atendiendo en el proyecto de manera presencial, sino que las actividades de interacción se estarán realizando virtualmente. La Sra. Cabrera está asistida por la facilitadora del proyecto Profa. Rebeca Ortega del país de México. Como participación en líderal un grupo, la Sra. Cabrera, primero tuvo

que pertenecer al grupo de Teleproyecto del curso EDUC 6995 de la Universidad de Puerto Rico, como requisito de un proyecto de curso.

Para mantener la comunicación durante el proyecto y aclaraciones de dudas, preguntas o realizar algún comentario se compartieron el correo electrónico, se le indicó a los estudiantes que el tiempo de contacto no tardará más de 24 horas, la cuenta de Zoom para reuniones y número el teléfono de la facilitadora para una comunicación directa con los padres, madres y/o encargados.

Para lograr la colaboración del proyecto se utilizaron de apoyo diferentes páginas digitales. Las cuales siervieron de espacio de vinculación con los demás estudiantes y profesores. Las páginas utilizadas para llevar a cabo la colaboración fueron: convocatoria vía canva, *Padlet*, google sites, Word, formulario inicial a los padres y formulario para autorización de grabación y fotos y foros vía iEARN

Aportación a iEARN

Este proyecto será de contribución a la comunidad iEARN y shoorlogy, ya que contarán con información de estudiantes que pertenecen a un grupo no identificado actualmente en la sociedad y/o en Puerto Rico. Estos estudiantes son identificados por el Proyecto DE AFFECTo como niños con doble excepticonalidad (2e). Se tendrán información, datos sobre la interacción y sentir de esta población. Al igual, que se crea un espacio virtual en *google sites* en donde se recoge los datos de la plataforma y se personaliza según la población a impactar. El intercambio se llevará a cabo en el idioma de español, ya que la población a impactar son estudiantes de Puerto Rico y México, ya que es su lengua materna. No le limita a español también se podría trabajar en inglés.

Referencias

Cabrera, F. (2021). Autorización a grabación en video y audio de los participantes del Proyecto: Expresa lo que sientes. https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSci3oBIhzpckId8bZwfl-Qc5D_8XOe4Xvw7EX1YdEL_eTGeHA/viewform

Cabrera, F. (2021). Convocatoria: Proyecto Expresa lo que sientes. https://drive.google.com/file/d/1dqPeXBveqvUjXxI8ZAN8aaiNZyHeOj_Y/view

Cabrera, F. (2021). Proyecto:Expresa lo que sientes. https://docs.google.com/forms/d/1o3x_OhcwSCc2uc_wGP1C0K6Fs30fagbPWn9EK419Cpw/edit

Colom Bauzá, J.; Fernández, B, Maria del Carmen, M. (2009), Adolescencia y Desarrollo Emocional en la Sociedad Actual. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, *1*(1), 235-242. https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832320025.pdf

iEAR (2021) Foro: RedEscolar. https://redescolar.ilce.edu.mx/index.php/foro/foro-1-las-emociones-mis-emociones-oto21/520-foro-1-las-emociones-mis-emociones-oto21

Proyecto colaborativo, Expresa lo que sientes, Otoño 2021. https://padlet.com/RedEscolar_Expresa/fs9eyhmq1gkuc1dh