

TRABAJAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS DE LA GUERRA DE UCRANIA

Curso: Neurociencia y educación emocional 21-22

Fuencisla Negro Ferrari- Profesora de Enseñanza Secundaria de Geografía e Historia en el IES 2Trinidad Arroyo” de Palencia

Curso a quién va dirigido/ asignatura/ edad: 3ºESO- Geografía – Alumnado de 14/15 años

Temporalización: primeras semanas de marzo de 2022 / tres o cuatro sesiones

Contextualización:

La asignatura de Geografía de 3º Eso tiene en su programación un tema que trata contenidos sobre el mundo actual. El comienzo de la guerra de Ucrania, ha producido un gran impacto en la sociedad en general y por supuesto también en nuestros alumnos y alumnas. Por ello durante este curso 21/22 he ideado y puesto en práctica, una serie de actividades con las que trabajar las emociones que el conflicto bélico, ha producido en mi alumnado de 3º A y 3º B.

Nombre de las emociones: dos emociones primarias (la tristeza y la ira) / el concepto de empatía.

Objetivos:

- ✓ Reducir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- ✓ Identificar las propias emociones y las de los demás.
- ✓ Adquirir un mejor conocimiento de las emociones de la ira y la tristeza.
- ✓ Desarrollar habilidades para regular las emociones propias de la ira y la tristeza.
- ✓ Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas y para tener una actitud positiva ante la vida y ante los problemas y conflictos.

Actividades y desarrollo de cada actividad:

ACTIVIDAD 1

Visionado de un fragmento de las noticias sobre una jornada de guerra en Ucrania. En dicho fragmento tienen que aparecer tanto imágenes que muestren las consecuencias que está teniendo este conflicto para la población civil, como imágenes de las autoridades rusas y ucranianas explicando sus puntos de vista sobre los hechos que están ocurriendo.

El alumnado irá analizando estas noticias a través de **una adaptación de la rutina de pensamiento: “VEO, PIENSO, ME PREGUNTO”** que pasará a llamarse “VEO, SIENTO, ME PREGUNTO”. Con el siguiente organizador gráfico y al mismo tiempo que van visionando el fragmento, irán clasificando la información en las

columnas, diferenciando bien entre lo que estrictamente ven, los sentimientos que se van despertando en ellos, y las ideas que se les vienen a la mente.

VEO 	 SIENTO	ME PREGUNTO 

Puesta en común en el grupo clase. El docente pondrá de relieve, aquello que se haya repetido más en cada columna.

ACTIVIDAD 2

Probablemente las emociones primarias que más hayan aparecido sean la tristeza y la ira. Por eso aprovecharé para trabajarlas en esta segunda actividad.

Para ello pediré a mis alumnos y alumnas **que en parejas, expliquen a su compañero/a** qué entienden por tristeza y por ira, por qué creen que las han sentido cuándo han visto las noticias y con qué intensidad (poco/medio/mucho).

A continuación y también en parejas, propongo **una receta para calmar la tristeza y otra para calmar la ira.**

Para calmar la tristeza: dejar la tristeza a través del alivio. Podemos aliviarnos poniéndonos en el lugar del otro (empatía), en este caso en el lugar de los ucranianos, y en concreto de los adolescentes ucranianos. Intentar entender cómo se sienten ellos ante lo que les ha pasado y partiendo de ahí, pensar cómo podemos ayudarles en el caso de que tengamos la posibilidad de convivir con ellos. La posibilidad está ahí ya que se están produciendo migraciones por motivos de guerra, por lo que el concepto abstracto y utópico, de ayudar a que el mundo sea mejor, se convierte en algo real porque aportamos nuestro granito de arena para que nuestros compañeros ucranianos se sientan mejor, tratándoles bien, y aceptándoles tal y cómo son.

Para ello desarrollo una **dinámica para practicar la empatía**. Proyecto a mi alumnado el siguiente listado.

CÓMO SE SIENTE EL/LA OTRO/A	QUÉ NECESITA
<ul style="list-style-type: none"> • Agobiado/a • Agotado/a • Agradecido/a • Aliviado/a • Aterrado/a • Avergonzado/a • Calmado/a • Confiado/a • Curioso/a • Decepcionado/a • Distante • Emocionado/a • Frágil • Frustrado/a • Inquieto/a • Preocupado/a • Relajado/a • Revitalizado/a • Solitario/a • Sorprendido/a • Tranquilo/a • Triste 	<ul style="list-style-type: none"> • Afrontar retos • Alegría • Alivio • Amabilidad • Amor • Atención • Celebrarlo • Comida • Conexión con amigos y familiares • Confianza • Cooperación • Dormir • Esperanza • Estabilidad • Independencia • Juego • Movimiento • Posibilidad de escoger • Protección • Respeto • Seguridad • Sentirse capaz de hacer algo • Ser comprendido/a- comprender • Ser valorado/a

Ayudándose de dicho listado, y en parejas, deben contestar a estas dos preguntas:

A) ¿Qué crees que siente tu posible compañero/a de Ucrania? ¿Por qué?

B) ¿Qué crees que necesita y por qué?

Puesta en común en el grupo clase.

Para calmar la ira: intentar entender las razones por las que se ha producido esta guerra y por las que determinadas personas e instituciones o países, presentes en el conflicto (Putin, Zelensky, ONU, OTAN, UE,...) están actuando como lo están haciendo. Visionado de fragmentos de documentales que giren en torno a las causas que han llevado a la guerra de Ucrania.

A continuación, en grupos de cuatro personas y utilizando la **técnica cooperativa** “**FRASE/FOTO/VÍDEO MURAL**” el alumnado determina cuáles son esos motivos.

ACTIVIDAD 3

Para terminar les pediré a mis alumnos y alumnas, una actividad que tienen que realizar en casa.

Tendrán que buscar una noticia en un periódico o en internet sobre los refugiados de la guerra de Ucrania. Una vez seleccionada, leerla atentamente y elaborar una lista con las diez ideas que les hayan parecido más importantes. A continuación elegirán tres y convertirán una en un color, otra en un símbolo y otra en un dibujo, utilizando la **rutina de pensamiento “COLOR, SÍMBOLO, IMAGEN”**. De esta manera fabricarán su propio conocimiento sobre las cosas, no con palabras (como están acostumbrados), sino con colores, símbolos y dibujos, construyendo metáforas.

Estos son algunos de los resultados obtenidos en mis clases de 3º A y B

RUTINA DE PENSAMIENTO CSI (color, idea, imagen)



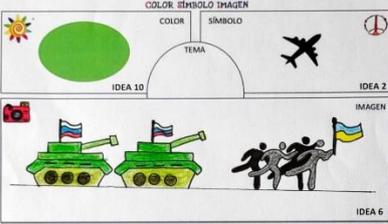
JUSTIFICAR LA RAZÓN DEL CSI:

Color: El color que he elegido es el verde debido a que es el color que representa la paz, la libertad, y la esperanza

Símbolo: He elegido el símbolo de la paz, porque es lo que necesitan los ucranianos, que se acabe la guerra.

Imagen: He dibujado un avión de pasajeros alejándose de Ucrania, representando a la gente huyendo de la guerra.

RUTINA DE PENSAMIENTO CSI (color, símbolo, imagen)

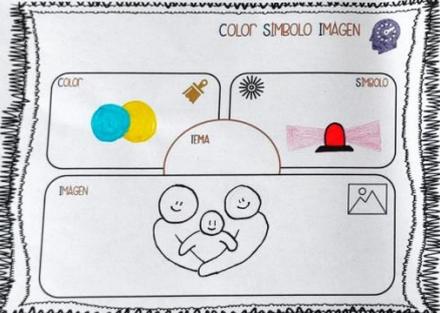


JUSTIFICAR la razón del CSI:

Color: El color lo he elegido (como la idea es la esperanza de que los refugiados salgan de su país) porque el color verde representa la esperanza y es señal de salvamento o auxilio.

Símbolo: es escogido un avión porque es el primer avión que sale de Polonia (procedente de Ucrania) con personas de origen ucraniano.

Imagen: he dibujado unos tanques con unas personas huyendo en sentido contrario con la bandera de Ucrania, porque he querido representar que las personas están huyendo de esos tanques, que son la guerra.



Metodología utilizada:

- ✓ Metodologías activas: Aprendizaje Basado en el Pensamiento y Aprendizaje Cooperativo.

Recursos didácticos:

- ✓ Fundación Trilema: trilemaeducacio.org
- ✓ Isern, Susanna – “*El emocionómetro del inspector Drilo*”- editorial nubeOcho 2016.
- ✓ Morató García, Anna – “*De mayor quiero ser feliz 2*” – Penguin Random House Grupo editorial- Barcelona 2020.
- ✓ RTVE Play.
- ✓ Snowden, Samantha- “*Calmar la rabia- Libro de actividades para niños*”- Ediciones Oberón- Madrid 2021
- ✓ Zariquiey Biondi, Francisco – “*Cooperar para aprender; transformar el aula en una red de aprendizaje cooperativo*”. Biblioteca Innovación educativa. Madrid 2016.

Evaluación:

- ✓ Observación directa.
- ✓ Rúbrica para corregir la actividad 3.

ESTRUCTURA

CRACK 4 puntos	MÁQUINA 3 puntos	APAÑADO/A 2 puntos	APRENDIENDO 1 punto	HAY QUE PONERSE 0 puntos
El trabajo contiene todos los apartados que se piden. El contenido de los apartados es muy completo.	El trabajo contiene la mayoría de los apartados que se piden. El contenido de los apartados es bastante completo.	El trabajo contiene la mitad de los apartados que se piden. El contenido de los apartados es suficiente.	El trabajo contiene menos de la mitad de los apartados que se piden. El contenido de los apartados es insuficiente.	El trabajo no contiene casi ningún apartado.

CREATIVIDAD

CRACK 4 puntos	MÁQUINA 3 puntos	APAÑADO/A 2 puntos	APRENDIENDO 1 punto	HAY QUE PONERSE 0 puntos
Muy creativo. Las imágenes están muy bien hechas y reflejan muy bien las ideas de la noticia.	Bastante creativo. Las imágenes están bastante bien hechas y reflejan bien las ideas de la noticia.	Más o menos creativo. Las imágenes están bien hechas y reflejan más o menos las ideas de la noticia.	Poco creativo. Pocas imágenes y no muy bien hechas.	Nada creativo. No hay apenas imágenes. No te has molestado nada.

RUTINA DE PENSAMIENTO Y PRESENTACIÓN

CRACK 4 puntos	MÁQUINA 3 puntos	APAÑADO/A 2 puntos	APRENDIENDO 1 punto	HAY QUE PONERSE 0 puntos
Muy buena presentación. Has comprendido el significado de la rutina de pensamiento. Has utilizado un organizador gráfico.	Buena presentación. Has comprendido bastante el significado de la rutina de pensamiento. Has utilizado “más o menos” un organizador gráfico.	Presentación regular. Comprendes poco la rutina de pensamiento. No has utilizado un organizador gráfico.	Mala presentación. No has comprendido la rutina de pensamiento. No has utilizado un organizador gráfico.	Muy mala presentación. No has comprendido en absoluto la rutina de pensamiento. No hay organizador gráfico.

Conclusión:

Expongo a continuación las razones con las que justifico que he trabajado la educación emocional, con las actividades que he diseñado para mis alumnos y alumnas.

- Parto de un conflicto que sucede fuera del aula y que ha tenido impacto en mi alumnado, pues durante los primeros días han preguntado sobre él e incluso han mostrado interés por trabajarlo en clase.
- En la actividad 1 les invito a expresar y a exteriorizar lo que sienten y a poner nombre a sus emociones (tristeza e ira).
- Propicio espacios de trabajo en grupo (parejas/ grupos de cuatro personas) así como la expresión de emociones e ideas a través del dibujo (rutina de pensamiento CSI).
- He trabajado las 5 dimensiones emocionales:
 - A) Conciencia emocional: mis alumnos y alumnas son conscientes de las emociones que tienen cuando ven imágenes sobre la guerra de Ucrania.
 - B) Regulación de las emociones: he dado una respuesta apropiada para cada emoción.
 - C) Autonomía emocional: las actividades están pensadas para que no se vean demasiado afectados por la continua presencia de esta guerra en los medios de comunicación y en las redes sociales.
 - D) Habilidades emocionales y competencias para la vida y el bienestar personal y social: facilito las relaciones entre mi alumnado, así como las de ellos con los posibles compañeros/as que vengan de Ucrania.