



**CLIMA EMOCIONAL DE AULA, COMPETENCIAS
PARA LA APLICACIÓN EFICIENTE DE LA
EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL
CONTEXTO EDUCATIVO.
PROPUESTA DE CAPACITACIÓN**

CLIMA EMOCIONAL DE AULA, COMPETENCIAS PARA LA APLICACIÓN EFICIENTE DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL CONTEXTO EDUCATIVO.

OBJETIVO GENERAL:

Desarrollar estrategias de gestión emocional en el docente, a través del autoconocimiento, permitiendo generar un clima emocional de aula.

DESTINATARIOS:

Equipo directivo, docentes, asistentes de la educación y equipos de apoyo.

ÁREA:

Académica y Convivencia escolar.

CONTENIDOS:

Competencias Emocionales, las emociones, La escucha, la autocompasión, el autocuidado, el autodiálogo, la gestión emocional, los actos lingüísticos básicos, Clima de aula, Los tipos de comunicación, La importancia del clima emocional.

RESULTADOS ESPERADOS:

Al participar en este proceso, el participante podrá desarrollar un autoconocimiento, siendo el primer paso para implementar competencias emocionales, logrando una apertura de su ser que le permitirá desplegar un trabajo integral con los agentes participantes de la comunidad, en apoyo del desarrollo de un clima.

PROGRAMA:

| Nº de horas | Tema | Descripción del contenido |
|--------------------|------------------------------|---|
| 1 | Diagnóstico | Reunión de trabajo con el equipo directivo y algunos representantes de los docentes para levantar información sobre resultados de mediciones, implementación de otros programas en el área, metodologías utilizadas, entre otros. Además, se recogen requerimientos y necesidades particulares. |
| Clase 1 2 horas | ¿Qué son las emociones? | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Vocabulario emocional2. ¿Qué son las emociones?3. La importancia de la educación emocional. <p>Objetivo: Reconocer las emociones y sus características.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Ejercicios de conexión emocional: Respiración, relajación muscular, breve imaginación de un viaje mental a un lugar de tranquilidad.</p> <p>Reconocimiento de emociones: desarrollan actividades que les permitirán reconocer su mundo emocional a través de diferentes estímulos.</p> |
| Clase 2 2 horas | Las Competencias emocionales | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none">1. La consciencia emocional.2. Las Competencias emocionales. <p>Objetivo: Reconocer las competencias emocionales con las que cuentan y su relevancia en el quehacer con los otros.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Revisión de enfoque de educación emocional: se revisarán los conceptos de consciencia emocional y de competencias emocionales.</p> <p>Ejercicios experienciales: A través de técnicas de auto indagación, respiración, conectándolos con sus competencias para poder reconocer cuáles son aquellas que poseen para enfrentar su vida diaria.</p> |

| N° de horas | Tema | Descripción del contenido |
|--------------------|--|--|
| Clase 3 2 horas | La gestión emocional | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La regulación emocional 2. La gestión emocional 3. Los pasos para la gestión emocional. <p>Objetivo: Aplicar estrategias de regulación y gestión emocional en su vida personal y laboral.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Revisión de pasos: poder indagar en los pasos que se requieren para la regulación y gestión emocional.</p> <p>Talleres experienciales: que les permitirá llevar a la práctica los contenidos trabajados.</p> |
| Clase 4 2 horas | El autocuidado y la autocompasión | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El autocuidado emocional 2. El autocuidado desde la gestión emocional. 3. La autocompasión. <p>Objetivo: Reconocer la relevancia del autocuidado y la autocompasión para la gestión emocional.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Talleres experienciales: que les permitirá llevar a la práctica los contenidos trabajados.</p> |
| Clase 5 2 horas | El autodiálogo | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La escucha 2. El autodiálogo 3. La importancia del lenguaje en el autodiálogo. <p>Objetivo: Aplicar estrategias de autodiálogos favorecedores.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Ejercicios experienciales: desarrollan reconocimiento de elementos favorables para aplicar día a día en su autodiálogo favorecedor.</p> |
| Clase 6 2 horas | Los actos lingüísticos básicos y su incidencia en las relaciones sociales. | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Las afirmaciones 2. Las declaraciones 3. Los juicios. <p>Objetivo: Reconocer la importancia de los actos lingüísticos y su incidencia en las relaciones.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Ejercicios experienciales: desarrollan diferentes ejercicios que les ayudarán a ser conscientes del lenguaje que utilizan con sus pares y estudiantes, permitiéndoles desarrollar modificaciones que favorezcan el clima de aula.</p> |

| Nº de horas | Tema | Descripción del contenido |
|--------------------|----------------------------|--|
| Clase 7 2 horas | Las formas de comunicación | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La comunicación simpática. 2. La comunicación antipática 3. La comunicación empática. <p>Objetivo: Reconocer las diferentes formas de comunicación y sus implicancias para el clima.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Ejercicios experienciales: desarrollan diferentes ejercicios que les ayudarán a ser conscientes de las formas de comunicación que emplean en los diferentes ámbitos de su vida, especialmente los que utilizan con sus pares y estudiantes, permitiéndoles desarrollar modificaciones que favorezcan el clima de aula.</p> |
| Clase 8 2 horas | Clima emocional de aula | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Qué es el clima. 2. El clima emocional de aula. 3. Elementos que inciden en el clima de aula. <p>Objetivo: Valorar y reconocer la importancia del clima emocional de aula.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Reflexión y análisis: los profesores analizarán y reflexionarán de la importancia de su labor en generar climas favorables de aula.</p> <p>Talleres experienciales: experimentarán la relevancia del clima en los entornos en los que se desenvuelven.</p> <p>Estrategias de clima para el aula: analizarán diferentes estrategias a implementar en el aula para generar climas emocionales.</p> |
| Clase 9 2 horas | Clima emocional de aula | <p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A.M.A.R. 2. Estudio de casos. <p>Objetivo: Implementar competencias emocionales para generar un clima emocional de aula.</p> <p>Estrategias de la jornada:</p> <p>Reflexión y análisis: los profesores analizarán y reflexionarán de la importancia de su labor a través de análisis de casos.</p> <p>Taller: desarrollarán en equipos estudios de casos, aplicando algunos elementos del modelo A.M.A.R.</p> |
| 1 hora | Junta pedagógica | <p>Reunión final junto con el equipo directivo y algunos representantes de los docentes para analizar el informe final de capacitación: apreciaciones con respecto a las jornadas, análisis de las acciones realizadas, oportunidades de mejora, revisión de evidencias y evaluación del servicio.</p> |

Bibliografía:

- Bisquerra, R. (2015). Universo de las emociones. Palaugua Comunicación S.L., España
- Casassus, J. (2015). La Educación del ser emocional. Editorial Cuarto propio, 4 ed., Santiago, Chile.
- Echeverría, R. (1994). Ontología del Lenguaje. Dolmen, Santiago, Chile.
- Lecannelier, F. (2016), A.M.A.R. Ediciones B, Santiago, Chile.



**CLIMA EMOCIONAL DE AULA, COMPETENCIAS
PARA LA APLICACIÓN EFICIENTE DE LA
EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL
CONTEXTO EDUCATIVO.**

PROPUESTA DE CAPACITACIÓN