



UNIVERSIDAD DE ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO.

LIBERANDO EMOCIONES PARA UNA SANA CONVIVENCIA ESCOLAR.

Estudiante: Ramos Rojas, Lizzy
Profesor guía: García Délano, Diego

Tesis de grado para optar al título de magister en educación.

Santiago, 2023

Índice.

1. Introducción.....	4-6
2. Capítulo 1: Del caos nacen las estrellas.....	7
2.1 Mis aprendizajes.....	7-8
2.2 Aprendiendo a escuchar.....	8-10
2.3 La mirada sin prejuicios, abrazando el caos.....	10-12
2.4 El quiebre.....	12-15
2.5 Las emociones y la transformación.....	15-18
3. Capitulo 2: Liberando emociones para una sana convivencia escolar.....	19
3.1 Identificación de la escuela.....	20
3.2 Resumen datos importantes del contexto.....	21
3.3 Resumen del proyecto.....	22
4. Fundamentación del proyecto.....	23
4.1 Levantamiento del problema.....	23-24
4.2 Estrategia de consulta.....	25-26
4.3 Resultados del diagnóstico.....	27
4.4 Resultados de los apoderado/as.....	27-29
4.5 Resultados de los estudiantes.....	30-31
4.6 Resultados de los docentes.....	32-34
4.7 Resultados finales.....	34
4.8 Resultados de los apoderado/as	34-35

4.9 Resultados e los estudiantes.....	36-37
4.10 Resultado de los docentes.....	38-39
5. Marco teórico.....	40-45
6. Descripción del plan de acción.....	46
6.1 Recuadro de actividades.....	47-51
6.2 Anexos de la intervención por clase.....	52
6.3 Carta Gantt.....	52
6.4 Fortalecimiento de la gestión.....	53
6.5 Resultados alcanzados.....	54
7. Conclusiones.....	55-56
8. Referencias.....	57
9. Anexos.....	58-61

1. Introducción.

En el siguiente informe de aprendizaje relataré el recorrido y todo lo que me ha estado sucediendo en el transcurso de este magister involucraré mis aprendizajes con algunos autores y con los diferentes módulos que me han removido y me han mostrado una nueva posibilidad como por ejemplo los quiebres, mirarse desde el tercer orden sin juicios, darme cuenta de lo importante del caos, de darse el tiempo de escuchar de verdad a los otros y también al interior.

Este informe se divide en dos capítulos. El capítulo I: “Del caos nacen las estrellas” muestra los aprendizajes personales y el recorrido de transformación, este se subdivide en: mis aprendizajes, aprendiendo a escuchar, la mirada sin prejuicios, abrazando el caos, el quiebre y las emociones y la transformación. En el capítulo número II: “Liberando emociones para una sana convivencia escolar” se muestra todo el recorrido del proyecto de intervención realizado en la Escuela Las Américas.

Sin lugar a dudas ha sido un viaje marcado de cosas que antes no visualizaba como positivas y que marcan un antes y un después, por ejemplo, abrazar el caos como una fuente creativa “Cuando somos creativos en nuestro trabajo o en nuestra vida diaria, inmersos en el caos, a veces se produce la bifurcación. Entonces una semilla germina y se logra la flor de una creación que fluye sin obstáculos” (Peat & Briggs, 1999, pág.35). Ahora puedo decir que el caos es una fuente de inspiración y agradezco que exista porque, hace que podamos ver ese caos como una oportunidad.

La escucha activa también ha sido un gran aprendizaje, ya que antes no me detenía a escuchar de verdad, no conocía su importancia silenciar la mente a veces

me resultaba un desafío pero, desde que he comenzado a escuchar al otro, me ha permitido descubrirme y aprender en el otro y con los otros. Aprender a escuchar también me llevo a escuchar mi propio interior.

Otro aprendizaje significativo es la observación sin juicio desde el tercer pájaro como lo expresaba el profesor Felipe Sáez en el módulo de Liderazgo transformacional. Es que a veces es necesario salirse de la situación y mirar desde arriba como un pájaro dejando de lado los prejuicios que a diario bombardean la mente, desde ese momento estoy cuestionando todo y siempre pensando que la situación me dejará un aprendizaje. Mirar todo desde otra perspectiva es un gran aprendizaje incluso en la vida cotidiana.

A raíz de lo antes mencionado nace el siguiente Proyecto de Intervención Educativa: “Liberando las emociones para una sana convivencia escolar”.

El objetivo general planteado para la presente intervención educativa corresponde a: “Mejorar la convivencia escolar en el 1°B mediante la liberación de emociones, fortaleciendo los vínculos con la comunidad de la Escuela Las Américas”. Con este propósito se busca mejorar la convivencia de este curso ya que, han presentado conductas inapropiadas o exacerbadas como consecuencia de los dos años de pandemia y considerando que aún nos encontramos en pandemia. Esta situación de crisis nos ha afectado a todos y en mayor medida a los niños y niñas.

Es necesario mencionar que no solo los niños más pequeños están siendo perjudicados si no que a nivel nacional existen problemas de convivencia o episodios de violencia.

Para el logro de este objetivo y considerando que la Convivencia Escolar involucra a todos los miembros de la Comunidad Educativa, la intervención contempla la participación de los estudiantes, docente, asistente de aula y de los apoderado/as.

Este proyecto asume que los seres humanos podemos aprender a convivir mediante la liberación de las emociones propias dándoles su espacio para sentirnos mejor. Es a través del baile o la expresión artística donde aprendemos a relacionarnos de una manera distinta que nos permite acercarnos y comunicarnos de una manera especial. Sin lugar a dudas la participación de los apoderado/as toma un rol fundamental ya que esto genera vínculos más profundos y de identidad local que ayuda a visualizar la Escuela desde el amor y la colaboración.

Esta necesidad fue detectada en el mes de Marzo y se pretende realizar un diagnóstico para saber la opinión de los participantes de este proyecto.

La metodología que se utilizará corresponde a cuatro fases: Diagnóstico, Ejecución, Evaluación y Cierre.

Para finalizar es necesario comentar que este proyecto busca generar un impacto positivo para difundirlo a todos los niveles de la Escuela Las Américas y que sea un proyecto a realizar desde el área de convivencia escolar y Orientación.

2. Capítulo 1: Del caos nacen las estrellas.

2.1 Mis aprendizajes.

Siempre he considerado importante realizar cambios por eso elegí estudiar pedagogía. Mientras estaba cursando el pregrado en la Universidad Católica Silva Henríquez tuve una muy fuerte influencia con el fundador¹ de la Universidad, su compromiso social en una época oscura de nuestra Historia. Es por esta razón que decidí ser docente, para ayudar de alguna forma y ¿Por qué no? También pensando en cambiar el mundo. He transitado por diversos escenarios y me fui dando cuenta de las limitantes que existían en torno al sistema, pero también entendí que se pueden hacer cambios en las aulas, quizás llegando a unos pocos. Así como escribí en el reporte de aprendizaje en la cátedra de Taller de Aplicación:

Para el 18 de Octubre para el estallido social, se nos solicita abordar superficialmente el tema, sin ahondar en lo ocurrido, para mí era un hecho súper importante “histórico” y lo aborde en profundidad. En ese momento con mis niños y niñas de 2do Básico, me detuve analizar lo ocurrido, con el sueldo mínimo y lo elevado de los precios en servicios básicos, donde se transforma un desafío casi imposible llegar a fin de mes y lo macabro del sistema que te obliga a endeudarte y trabajar 12 horas o hacer doble turno para poder pagar esa deuda. Es ahí donde los niños y niñas hicieron sus análisis y dibujaron como les gustaría que fuera nuestro país, me emociona escribirlo y

¹ Nuestro proyecto educativo se inicia en 1982 con la creación del Instituto Profesional de Estudios Superiores (Universidad Católica Silva Henríquez, 2022)s Blas Cañas, institución que nace con el sólido apoyo del **Cardenal Raúl Silva Henríquez**.

recordarlo porque en su mayoría querían ser felices, que sus padres sean felices y estar más tiempo con sus padres y eso me hizo reflexionar ¿nuestros niños no están siendo felices? Desde esa realidad se hace primordial romper con lo establecido y generar cambios profundos por esos niños y niñas, por las nuevas generaciones que sin lugar a dudas son nuestra esperanza (Ramos, 2021).

Ese es uno de los ejemplos de tantos otros que han ido sucediendo a diario en el quehacer pedagógico.

2.2 Aprendiendo a escuchar.

Antes de comenzar el programa sentía que quizás debía dar un salto más al abismo lo digo así porque dirigir o liderar un espacio es una gran responsabilidad, pero necesitaba tener las herramientas para lograr ese desafío es por eso que me planteé realizar el magister. Busque por varias universidades sus programas parecían como que fuera a estudiar ingeniería, o algo así los encontraba muy técnicos vacíos hasta que llegue a la malla curricular de la Universidad Academia de Humanismo Cristiano, lo que me llamo la atención fue su nombre: “Magister en educación con mención en Liderazgo transformacional y gestión escolar” sin pensarlo dos veces sentí que esa era y es el lugar donde debía estar, la verdad que no me arrepiento, todo lo contrario, ha sido un viaje muy hermoso donde cada lectura, cada clase, cada trabajo grupal, me ha abierto un espacio que antes desconocía para potenciar y crecer en el ámbito personal y profesional. Este crecimiento se detalla en los siguientes párrafos, donde explico vivencias y

situaciones que han cambiado mi forma de ver las cosas y de reaccionar frente a diversas problemáticas.

El impacto que ha tenido este magister lo puedo resumir en una situación en particular que me sucedió el año pasado con mi curso 3ºA cuando comenzaron asistir de manera presencial surgió un problema entre 2 estudiantes habían tenido una diferencia me enteré porque la mamá de Antonella fue a conversar conmigo y me dijo que la niña no quería ir a la escuela porque se había sentido intimidada por Sofía, hablé con cada una y luego con ambas. Sofía cuando estábamos hablando, en un momento comienza a llorar y me dice: “en mi otra escuela me molestaban por mi cuerpo no se lo había dicho nadie más que mi familia” y llora sin parar, luego de decirle que no era malo llorar y que es muy necesario porque estamos dándole espacio a esa emoción, fue a tomar agua y más calmada me dice: “profesora gracias, Ud. Ha sido la única profesora que me ha escuchado, en el otro colegio me llevaban a inspección y me citaban al apoderado”, esa experiencia me dejó pensando mucho en la importancia de conocer, de saber y de escuchar. Al descubrir la importancia del lenguaje y sobre todo el saber escuchar a partir de las lecturas de la Ontología del lenguaje y aprender a escuchar, me hicieron detenerme en esta situación y la recuerdo porque marca un antes y un después en mí, ya que puse en práctica la escucha efectiva y además fue en ese momento cuando entendí la importancia de conocer sin juzgar dar una oportunidad conocer el contexto la importancia de escuchar al otro como lo plantea Lenkersdorf (2008):

El escuchar, pues, nos abre las puertas para entrar en otra cultura. Al hablar con la gente, nos pueden abrir su corazón, explicar sus problemas y alegrías y hacemos participar en el mundo que viven.

A la vez nos pueden cuestionar e interpelar si aceptamos sus preguntas (p. 25).

Es que cuando nos escuchamos a nosotros y al entorno podemos comprender y aprender que detrás de cada acto existe una realidad que quizás desconocemos. El entender que la comunicación no es solo la verbalización si no que el escuchar es el que dirige todo el proceso de comunicación (Echeverría, 2003). El darle valor al escuchar me ha permitido entender muchas cosas tanto personales como profesionales.

En nuestra primera clase en la cátedra Liderazgo Transformacional y Convivencia Escolar. La recuerdo porque desde ese primer encuentro, comprendí que la metodología era completamente diferente a lo experimentado en otra universidad, donde lo académico es lo más importante la repetición de contenidos y la poca instancia de reflexión y conversación. Ese día compartí parte de mi niñez con una desconocida quien me escuchó y a su vez pude escuchar su vivencia ese gesto de compartir un pedacito de nuestras vidas me hizo entender lo importante que es la conversación desde lo profundo desde el respeto y el aprendizaje que se gesta en una simple conversación. Es en esa escucha activa como muy bien lo expuso Echeverría (1998) “El hablar no sólo nos crea, sino también nos da a conocer, nos abre al otro, quien, a través del escuchar, tiene una llave de acceso a nuestra forma de ser, a lo que llamamos el alma humana” (p,96). Esta primera experiencia me hizo entender la importancia de escucharnos de verdad y la puedo anclar con la experiencia que antes mencione.

2.3 La mirada sin prejuicios, abrazando el caos.

Es de suma importancia entender que para que exista una transformación real y por ende un aprendizaje duradero hay que partir por uno mismo y escucharnos, preocuparse del ser interior observarse desde afuera y entender el panorama desde un tercer orden o tercer pájaro como lo aprendí en clases, no es fácil darse cuenta ni observarse desde esa mirada desde otra perspectiva, sin juicios ya sea por el ritmo de vida apresurado, por el sistema o por tantas otras razones que no permiten observar el interior detenerse en el cuerpo en las disposiciones emocionales, los estados de ánimo, el aprendizaje de los quiebres, el caos desde una mirada de oportunidad, la importancia del lenguaje, la comunidad, el trabajo en equipo. Puedo mencionar lo escrito en el reporte N°2 de la cátedra Taller de aplicación:

Para poder transformar a otros hay que partir por uno, para poder crear conciencia hay que amarnos sin límites, aprender eso no es fácil, constantemente esta ese espíritu patriarcal silencioso tratando de manipularnos con cosas vacías, la competencia, ser mejor que el otro, destruyendo todo a su paso (Ramos, 2021).

El magister me ha enseñado y me ha brindado la oportunidad de darme cuenta de situaciones que antes no visualizaba sobre todo en este último tiempo donde se me presentó un quiebre a nivel laboral, el problema es que converso con la directora de mi escuela a mitad de año 2021 y le pido continuar con mi curso (cuarto básico) para cerrar el ciclo y también le informo que realizaré un magister, solo se limito a decirme que lo estará viendo, pero a fin de año del 2021 me informa que no seguiré con mi curso y que tendría jornada de tarde y es aquí, en este

quiebre que también he puesto en práctica lo aprendido, porque antes no le hubiese prestado mayor atención al problema y es que detenerse a analizar desde afuera permite visualizar desde otra perspectiva, además desde esta situación caótica han surgido ideas creativas que más adelante mencionaré. Ahora el caos para mí es completamente necesario y le debo el honor al texto *Las 7 leyes del caos* que me permitió entender que desde este hecho problemático nacen otras ramificaciones y que se puede mirar el caos como una oportunidad de crecimiento donde surgen cosas maravillosas (Briggs y Peat, 1999).

Para mí el caos formaba parte de algo completamente negativo y siempre me preocupaba de sobremanera para que todo saliera de manera perfecta, eso implicaba que cuando algo se salía de ese orden establecido no sabía que hacer, me enojaba, me frustraba, etc. Y me juzgaba sintiéndome inferior, agrediéndome verbalmente ¿Cómo tan tonta? ¿Cómo no mediste esa variable? Entre otros muchos cuestionamientos. Por eso al descubrir que el caos es completamente necesario sentí un alivio y ya no intenté tener el control de todo porque entendí que: “El caos no es desorden; simplemente, es un orden diferente que debe verse de otro modo, porque muchas variables no necesariamente han de seguir un comportamiento determinista. A menudo, de sus interacciones emerge un nuevo orden” (Aldana et al., 2011).

2.4 El quiebre.

En esta experiencia caótica donde fui completamente ignorada en una petición para continuar con mi curso y terminar su primer ciclo escolar donde pasarían a cuarto básico, sin darme ninguna justificación válida relacionado a lo profesional, académico o personal. Este quiebre generó en mí un desgaste

emocional al sentir la injusticia sin apoyo de ningún tipo sentirme sola en algo hasta el punto de llegar a cuestionarme que quizás no era tan grave la situación, bajándole el perfil y continuando como si nada pasara, esto trajo algunas consecuencias ya que no me sentía del todo bien o cómoda en mi lugar de trabajo y obviamente no estaba en mi 100% para poder hacer las clases con mi nuevo curso que sería el 1ºB. Tal como fue reportado en la cátedra de Liderazgo Transformacional:

Redescubrirme desde un observador sin juicios, valorar cada detalle de mi ser y respetarlo como un tesoro mi ser, único ser el cual debo escuchar primero para poder transformarme como una oruga que, en su proceso para convertirse en una abeja, debe pasar en su capullo, en silencio y quietud (Ramos, 2021).

Debido a eso y a la importancia de saber o motivarme nuevamente fue que acudí al Psiquiatra, donde me diagnosticaron con estrés laboral y desde abril me encuentro con licencia médica. En algún momento me sentí culpable, por mi sentido de responsabilidad con los estudiantes y por dejar mi curso incluso mis compañeros de trabajo más cercanos me cuestionaron, pero yo no me sentía bien como para poder entregarles herramientas a los pequeños, creo que nadie debería cuestionar o criticar la salud mental del otro. Entre en un caos y un bucle mental de hacer lo correcto por otros o pensar en mí y creo que la decisión tomada fue acertada porque me elegí a mí. En marzo al retomar todo y continuar haciendo clases como si nada hubiese pasado fue realmente agotador y aquí recuerdo el caso que se presentó en la cátedra de Gestión de recursos en la escuela, del colegio “Newen” me sentí muy identificada con la situación tan injusta que pasaron 15 colegas que fueron desvinculadas en apoyo de otros 3 que estaban siendo violentados injustamente.

Debo decir que al escuchar el relato del podcast² donde comentaban las diversas situaciones de menoscabo y violencia era como estar en un dejavu, pero lo que más me sorprendió y me fue el apoyo de esos colegas. A partir de lo anterior, reconozco ciertos elementos que son presentados por Marcial Losada en su entrevista (2012).

Dice el Psicólogo Chileno:

Cuando la gente tiene miedo en las organizaciones, miedo al jefe, a cometer errores a perder su empleo y a tantas cosas que les pueden pasar, el sesgo negativo empieza a prevalecer y nuestras posibilidades de acción van disminuyendo, porque lo que la evolución nos enseña es que en ese campo reducimos nuestras posibilidades de acción a 2 tipos de conductas: una es escapar y la otra luchar (p.6).

Puedo comentar que en mi escuela se maneja mas por el sesgo negativo, puesto que la manera de liderar es totalmente vertical, las decisiones son manejadas por el equipo directivo y corporación municipal y solo informadas al resto de la comunidad.

Con respecto a lo que expuso el Psicólogo esta vez elegí escapar por un tiempo para observar la situación desde el tercer orden, esto me ha permitido centrarme en mí contactándome con mi ser interior, dándole espacio a las emociones sacando la rabia, la impotencia y la ira a través de meditaciones y habiendo ejercicios, pero además ha sido un proceso creativo donde me he enfocado en crear el proyecto de seminario I que me motiva porque abordaré el

² Emisión de radio o de televisión que un usuario puede descargar de internet mediante una suscripción previa y escucharla tanto en una computadora como en un reproductor portátil. [Oxford Languages](#).

tema emocional en los niños para mejorar la convivencia escolar. Así como escribí en el trabajo de la cátedra de Liderazgo transformacional:

Constantemente de acuerdo a lo que hemos vivido en nuestra infancia, nos han limitado y nos han enseñado a reprimir las emociones, etiquetándolas de malas o buenas emociones o teniendo una connotación negativa por ejemplo la rabia, la tristeza, la ira etc. Considero este punto súper importante ya que las emociones existen, forman parte de nosotros ¿Por qué debemos dejarlas de lado? Hay que darle espacio a esa emoción, entendiendo que forman parte de nosotros, sin darles una connotación positiva o negativa, simplemente existen (Ramos, 2021).

2.5 Las emociones y la transformación.

Es muy necesario mencionar que he ido descubriendo la importancia a la palabra “Transformacional” ya que a través de este recorrido en el magister me he dado cuenta que para que exista una transformación real debemos partir por nosotros y este análisis me ha abierto una nueva posibilidad de transformación personal porque le he ido dando la importancia que se merece a cada proceso, dándole el tiempo necesario y dejar fluir sin ansiedad. El ponerme en primer lugar para estar bien me parece fundamental, trabajar en uno para poder generar los cambios en otros, me encantó que los primeros módulos del magister me inviten a reflexionar, a visualizar desde el tercer orden, sin juicios, que es en sí, un gran desafío, pero me parece fundamental que esto sea el eje central de nuestra formación, cuando estamos sanos podemos generar cambios en los demás.

Puedo decir que al leer a Bloch (2019) me abrió una ventana, ya que le encontré todo el sentido porque habla de la importancia de dejar fluir las emociones y darles el espacio, así como dice:

Como si al abstraer la emoción, esta no existiera, o le ocurriera a otro, lo que es una paradoja. Ese estar "fuera de nuestro cuerpo" hace que muy a menudo no nos demos cuenta de lo que nos está pasando emocionalmente. Permanecemos gran parte del tiempo de vigilia, en pensamientos o ensoñaciones totalmente ajenas al momento físico que estamos viviendo, es decir, vivimos casi exclusivamente en lo que llamamos un espacio mental (p.9).

Mi realidad laboral es un poco adversa, ya que mis directivos tienen una forma de liderar un tanto dictatorial, punitiva y se visualiza una verticalidad sobre todo a la hora de tomar decisiones. Esto se puede mencionar porque no se invita a la comunidad a participar de las decisiones, solo se informa y no se puede hacer mucho. Para mí es adversa porque estoy incomoda y no me gusta la forma de liderar el espacio, creo que existe una comunidad que se muestra entusiasta cuando se les plantean acciones con respecto a convivencias, actividades extra programáticas, etc. Esto se debería aprovechar para mejorar la convivencia en toda la comunidad.

He ido descubriendo poco a poco y respondiendo a la pregunta ¿Cómo quiero ser cuando lidere un espacio? Y es totalmente diferente a mi experiencia laboral, creo que es de suma importancia escuchar a la comunidad para tomar decisiones, así como lo menciona Mejia (2020):

Uno que articula la vida cotidiana de la comunidad con la realidad más amplia vinculando el nivel local con el

nacional/latinoamericano/mundial, y el otro que relaciona el presente de lxs sujetos, con el pasado, su historia y sus aspiraciones para el futuro (p.314).

El conocer a la comunidad y darles el espacio para involucrarlos es necesario, saber escuchar y juntos construir un espacio en comunidad. Así como escribí en la cátedra de Taller de aplicación:

Ha sido muy interesante el cambio que se ha generado, incluso siento que yo he cambiado, y eso se visualiza en mis relaciones humanas, dando la oportunidad, siendo menos racional y más visceral, lo que antes en mí era impensado porque era muy estructurada y quizás me estresaba de más con ciertas situaciones que ahora visualizo como una oportunidad de aprendizaje involucrando a todos y todas en ese proceso (Ramos 2021).

Es tan importante conocer e involucrar a la comunidad, dándoles la importancia y reconocernos en el otro, donde se genera ese aprendizaje real, ese darse cuenta, donde damos la oportunidad de conocer, de saber y de generar instancias de conversación, de escucha activa, conocer la vida de la gente, implica también, un sentido de pertenencia, de cuidado, de protección, de respeto, de confianza, de tolerancia, de sentirse cómodo y a gusto en un lugar, donde se potencia la creatividad en conjunto, donde se valida al otro y se muestra el afecto, el cariño. Considero que esas son las instancias que hacen falta en esta sociedad, en las escuelas y en la vida.

Otro aprendizaje muy importante es que comencé a darle valor al lenguaje, uno no se detiene a pensar lo trascendental del lenguaje, que es un proceso que tiene vida, porque va cambiando, va mutando, varía de un lugar a otro, la vida misma

es el lenguaje ¿Qué hacemos sin la comunicación? Todo comunica, el cuerpo, los gestos, la corporalidad, todo eso forma parte del lenguaje, el poder expresarse nos permite conocer y también recordé un cliché que el lenguaje crea realidades, pero ahora le tomo valor sentido y por supuesto que también lo he puesto en práctica y lo más importante es tener cuidado con lo que decimos porque podemos crear realidades, así como dice Echeverría (2003): “La acción de hacer una declaración genera una nueva realidad” (p. 45) si yo genero realidades positivas, voy a estar creando esa situación, así de potente es esta frase. Otro proceso que también incluye al lenguaje y por ende la comunicación es el de escuchar, no practicamos esta parte del lenguaje, los seres humanos no escuchamos al otro, este aspecto me quedo tan impregnado, que siempre estoy atenta a lo que sucede a mi alrededor, también escuchando desde el silencio interior. Eso implica darle cabida a esa emoción, conocerla, descubrirla por ende también darle espacio para que fluya libremente, el permitir eso en compañía de otros también es un acto de amor, que involucra la comunidad, aquí cito a Maturana (2001) “La emoción que funda lo social como la emoción que constituye el dominio de acciones en el que el otro es aceptado como un legítimo otro en la convivencia, es el amor”

Si involucramos a la comunidad, hace que se sientan valorados y en conjunto construir un mejor lugar les hace sentirse “parte de” finalmente cuando estamos cómodos en un lugar esto trasciende y hace que todo fluya de mejor manera. Creo que el ser un líder transformacional debe buscar siempre eso que toda la comunidad se sienta bien.

**3. Capítulo 2:
Proyecto de intervención educativa.
“Liberando emociones para una sana
convivencia escolar”.**



3.1 IDENTIFICACIÓN DE LA ESCUELA .

Esta es una escuela municipal administrada por la corporación de educación de Maipú. (CODEDUC). Regida por los lineamientos pedagógicos ministeriales. Con una matrícula de 761 estudiantes desde Pre-Kínder hasta Octavo Básico. Y con un total aproximado de 100 trabajadores.

Las personas que trabajan en la institución son: asistentes de la educación y diversos profesionales tales como: docentes de Educación básica, Educadoras diferenciales y profesionales como: fonoaudióloga, psicóloga, asistente social, terapeuta ocupacional.

Para el abordaje de las necesidades de los estudiantes, cuenta con un equipo PIE y otro SEP.

La toma de decisiones a grandes rasgos se caracteriza por ser una gestión con bastante verticalidad, considerando para algunas situaciones puntuales a los apoderado/as y escasamente a los profesores, educadoras, asistentes y profesionales.

La toma de decisiones es netamente impuesta y no consultiva, a pesar de que existe una aparente democratización. En la práctica esto no es real.

En relación a la participación y compromiso docente se puede decir que la/os docentes manifiestan sus ganas de participar, pero desde la gestión no se permite. En este sentido la toma de decisiones siempre es impuesta y no consultiva, en los consejos de profesores se transforma en una entrega de información y los docentes solo deben acatar, en muchas ocasiones en conversaciones informales los docentes manifiestan sus ganas de participar de forma activa en las actividades y participar en las tomas de decisiones. Existe un compromiso por parte de la mayoría de los/las docentes reflejado esto de diversas maneras, pese a ello, también existe un cansancio general y una sensación de NO ESCUCHA por parte del equipo de gestión, lo que limita y obstaculiza la participación docente, creando un clima hostil y con bastante desánimo.

La vía de comunicación es a través de los consejos de profesores, correos electrónicos, WhatsApp y en algunos momentos de manera exprés en los recreos de los estudiantes.

3.2 RECUADRO 1: RESUMEN DATOS IMPORTANTES DEL CONTEXTO.

Escuela Las Américas.	
Nombre legal de la institución	
Misión principal de la institución	Nuestra Misión es formar alumnos y alumnas con habilidades y destrezas intelectuales, morales, sociales y afectivas que le permitan adaptarse a una sociedad en constante cambio.
Visión principal de la institución	Lograr que nuestros niños y niñas desarrollen todas sus potencialidades intelectuales y afectivas en un ambiente acogedor para aplicarlas en su vida futura, tanto a nivel personal como profesional o laboral.
Sello educativo	El sello distintivo de la Escuela Las Américas es ser una escuela que respeta y valora la identidad nacional y sus raíces folklóricas; integradora, que acoge a niños con discapacidad cognitiva y motora, brindándoles igualdad de oportunidades al recibir una educación de excelencia.
Ubicación de la institución y datos de identificación	Ubicada en Marco Antonio #16916 Villa el abrazo de Maipú.
Autoridad responsable de la Institución	Directora: Carolina Herrera Sandoval. Orientadora: Alejandra Urbina. Encargado de convivencia: Rolando Duarte. UTP: Carmen Gloria Lincolao Inspectora general: Nancy Molina
Unidad responsable del proyecto	Lizzy Ramos Docente 1°B
Jefe del proyecto	Lizzy Ramos Docente

3.3 RESUMEN DEL PROYECTO

RECUADRO 2: RESUMEN DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN.

“Liberando emociones para una sana convivencia escolar”	
Título del Proyecto	
Área temática	Convivencia escolar Liberación de emociones El arte Participación de la comunidad
Beneficiario(s) (tipos y cantidades de beneficiarios directos e indirectos)	Curso 1°B 38 estudiantes
Objetivo General	Mejorar la convivencia escolar en el 1°B, mediante la liberación de emociones, fortaleciendo vínculos con la comunidad de la Escuela Las Américas.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none">• Liberar las emociones reprimidas mediante el movimiento del cuerpo.• Expresar a través del arte sus emociones.• Involucrar a los apoderados en el proceso.
Propósito	Mejorar la convivencia escolar, mediante la liberación de emociones reprimidas a través del arte e incorporar a la comunidad en el proceso.
Resultados Esperados	Se espera que mejore la convivencia y la relación personal y colectiva.
Duración Total del Proyecto	Se realizaría una vez por semana en el área de orientación.

4. FUNDAMENTACIÓN DEL PROYECTO

4.1 Levantamiento del Problema.

Surge la necesidad de intervenir el curso 1°B, ya que han estado ocurriendo muchas instancias de violencia entre ellos, conductas disruptivas en las clases, episodios de euforia o de llanto por alguna situación, impulsividad, entre otras. A partir de esto y considerando que han estado dos años en pandemia es necesario poder darle espacio a las emociones que tienen reprimidas y que han estado surgiendo en este tiempo para liberarlas, el enfoque es trabajar en su interior con ayuda de la danza y el arte para poder relacionarse de manera armónica con sus compañeros. Además, se trabajará de forma paralela con los apoderados.

Como docente de este grupo curso me sentí agotada, frustrada, cansada, agobiada y estresada, debido a que los estudiantes estaban muy alterados, no lograba calmarlos y, además no estaba con asistente de aula lo que me generaba un cansancio mayor. Iba todas las semanas durante ese mes donde la directora a pedirle por favor que me ayudara y que se contratara una asistente. Su respuesta siempre fue la misma: "Lo estamos gestionando", finalmente nunca llegó la asistente. Los apoderado/as por otra parte también, exigían una mayor revisión de tareas, de cuidados, de muchas cosas que yo sola no podía cumplir. Teniendo este escenario adverso y un caos donde no veía alguna solución entré en crisis lo que desencadenó una terapia con Siquiatra durante tres meses. Este tiempo me sirvió para visualizar desde afuera el contexto y buscar solución.

Desde ahí nace la siguiente idea: "Liberando emociones para una sana convivencia escolar".

Se trabaja en el sector de aprendizaje de Orientación puesto que, existe un lineamiento desde el ministerio de educación que aborda el ámbito socioemocional de los estudiantes.

Lo que se pretende en este plan de acción es revertir las conductas disruptivas o exacerbadas y de descontrol para armonizar el grupo curso, utilizando la danza y las artes como herramientas para liberar las emociones reprimidas que durante estos dos años de pandemia pudieron afectar a los niños y niñas, para mejorar la convivencia escolar, conociéndose e involucrándose desde otro ámbito que no es académico si no mas bien, social emocional y crear un vínculo afectivo entre ello/as que potencie la sana convivencia.

Otro punto importante en este proyecto es involucrar a los apoderado/as para que puedan visualizar y darse cuenta del complejo escenario y desde allí formar grupos de trabajo para enseñarles a los estudiantes juegos que ello/as jugaban cuando eran pequeños. Esto se debe llevar a cabo en un recreo al termino de la semana (día viernes). Lo que se pretende es que ello/as participen activamente de y puedan enseñarles juegos para relacionarse de una manera mas sana y sin violencia.

El propósito de este proyecto es que se mejore la conducta en la sala de clases y los episodios de violencia involucrando a los apoderad/os, para finalizar se realiza una convivencia donde se les entrega un diploma a cada estudiante con su aspecto o habilidad conductual positiva.

4.2 Estrategia de consulta.

Para poder dar respuesta a esta problemática se aplicaran dos encuestas y un test a los estudiantes. Las encuestas serán realizadas vía google form para los apoderados y profesores que han estado reemplazando en el curso.

Para realizar el diagnóstico a los estudiantes se aplicará “el test del árbol”³ llamado así por su creador el psicólogo británico Pip Wilson. Este instrumento se valida con la Psicóloga Francisca Navarro, perteneciente al equipo de integración de la escuela, quien menciona que este tipo de test permite una rápida visualización de cómo se sienten los niño/as y cómo se ven ante los demás. Este instrumento permite que los estudiantes que no tienen la lectoescritura adquirida puedan responder, facilitando su implementación. Estos son los dos temas que aborda este test y que es justamente lo que se busca detectar como problemas de autoestima y adaptación, además de saber la posición de cómo se ven ellos y como se proyectan frente a los demás. Relacionado directamente con las emociones de ¿Cómo se sienten y cómo se ven? Será realizado durante la clase de orientación en conjunto con educadora diferencial y Psicóloga del programa de integración.

La consulta a los apoderados será realizada en reunión para asegurar que la mayor cantidad de ellos responda, el formato será por Formulario Google⁴ Herramienta de fácil acceso y conocida por casi la totalidad de la comunidad educativa. En esta encuesta deberán responder de manera individual a cuatro preguntas de alternativas donde se aborda la emoción del estudiante y la convivencia escolar.

³ Anexo 3. Pág. 30,31

⁴ Anexo 4. Pág. 30,31

La encuesta ⁵a los profesores consiste en cuatro preguntas de alternativas que permite descubrir el ambiente, las emociones y la observación de los docentes que estuvieron reemplazando el curso por un tiempo. Esto nos permitirá conocer otro punto de observación y de análisis ¿De cómo los docentes encuentran que están los estudiantes en el ámbito socioemocional y conductual?.

Al finalizar la intervención se realizará nuevamente la consulta hacia los apoderado/as, estudiantes y docentes para determinar el resultado final de la intervención, la estrategia será la misma, aunque varía en los estudiantes donde se realizará mediante preguntas cerradas con alternativas.

El principal objetivo de realizar este sondeo es ampliar la participación de todos/as los actores, para determinar las diversas visiones y generar un análisis más amplio de la problemática y así determinar las acciones pertinentes incluyendo a toda la comunidad educativa.

⁵ Anexo 4: pág. 30,31

4.3 Resultado del diagnóstico.

Los siguientes resultados son recogidos antes de comenzar la intervención.

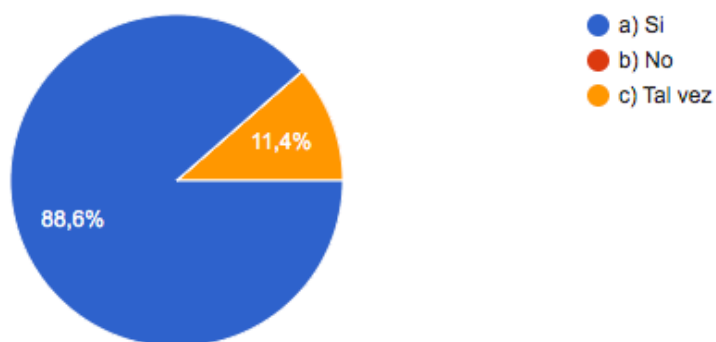
4.4 Resultados de los apoderado/as

El formulario aplicado a los apoderado/as obtuvo un 92% de participación y los resultados son los siguientes:

Gráfico 1: Resultado apoderados Lizzy Ramos

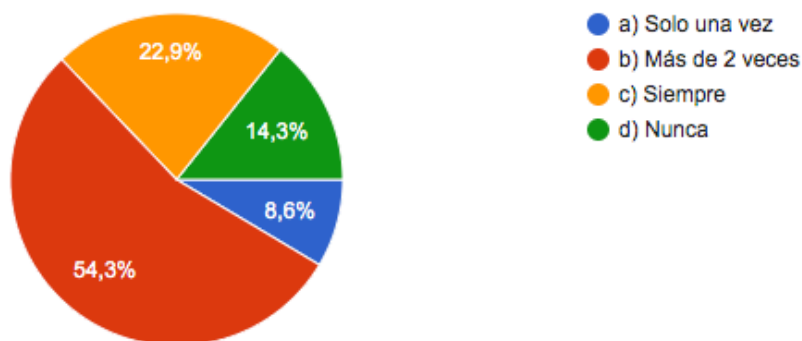
1-. ¿Cree Ud. que es importante trabajar las emociones desde un aspecto artístico?

35 respuestas



2-. ¿Su hijo/a le ha comentado algún episodio de mala convivencia en el curso?

35 respuestas



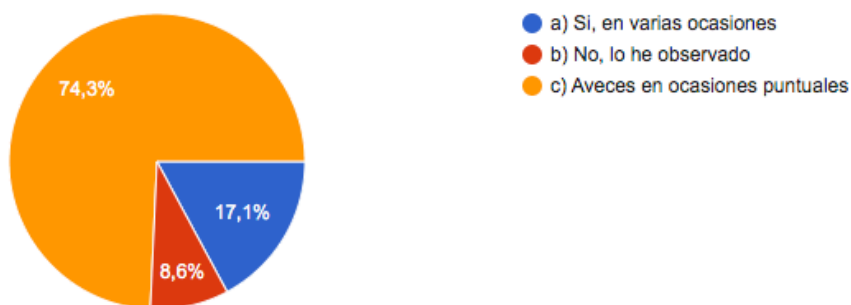
En estas preguntas se puede visualizar que los apoderado/as sienten que es necesario trabajar las emociones y además que existe un 54,3 que los estudiantes les han comentado mas de 2 veces que existe una tendencia a la mala convivencia en el curso.

Gráfico 2: resultado apoderados Lizzy Ramos

3- ¿Su hijo/a se enoja, se irrita o se frustra con facilidad o reacciona de manera desbordada ante alguna situación ?



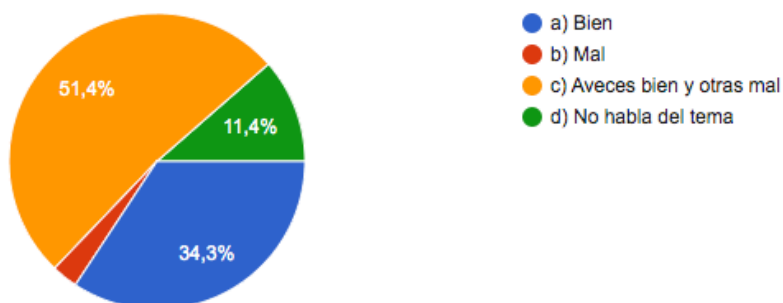
35 respuestas



4- ¿Su hijo/a le ha comentado como se siente en el curso?



35 respuestas



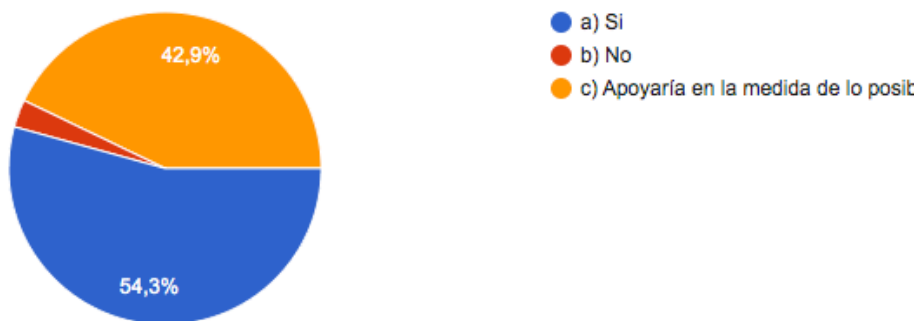
En la pregunta número 3 existe un 74,3% donde se muestra que existe un desborde en las emociones en situaciones puntuales y en la pregunta 4 existe un 54,4% que los estudiantes se sienten mas o menos en el curso.

Gráfico 3: Resultado apoderados Lizzy Ramos.

5- ¿Ud. estaría dispuesto a participar de alguna actividad en la escuela que potencie el vinculo de los estudiantes?



35 respuestas



En la pregunta 5 de participación existe un 54,3% de los apoderados que están dispuestos a participar en alguna actividad propuesta y un 42,9% que apoyaría en la medida de sus posibilidades. Lo que es un escenario bastante positivo para poder realizar el proyecto.

4.5 Resultado de los estudiantes

El test tuvo el siguiente porcentaje de participación 60,5%, en la siguiente tabla se muestran los diversos ámbitos y aspectos que cada estudiante respondió.

Tabla 3: Resultados de los estudiantes Lizzy Ramos

Número Estudiantes	Resultado dibujo 1 (como me veo)	Resultado dibujo 2 (como me gustaría ser)
1	Líder	agotado, que te falten fuerzas, que estés desilusionado.
2	Estabilidad y tranquilidad	Líder
3	Estabilidad y tranquilidad	Estabilidad y tranquilidad
4	personas muy activas, alegres y dinámicas.	Introvertido-cerrado- conflicto interno
5	personas muy activas, alegres y dinámicas.	Le cuesta entablar amistad con otros niños o tiene problemas para manejar sus emociones.
6	Estabilidad y tranquilidad	<u>Propio de niños seguros y racionales</u> , pero poco lanzados y temerosos de los riesgos y susceptibles a los cambios que les afecte de forma emocional.
7	Líder	personas agradecidas – nobleza
8	Distraído- creativo-emocional	Estabilidad – tranquilidad
9	Estabilidad- tranquilidad	Empático- nobleza- amistad
10	cambio extremo o algún problema emocional.	Líder
11	Conformista	Líder
12	personas muy activas, alegres y dinámicas.	<u>Propio de niños seguros y racionales</u> , pero poco lanzados y temerosos de los riesgos y susceptibles a los cambios que les afecte de forma emocional.
13	Perseverante – seguros de si mismo	Líder
14		
15	Estabilidad y tranquilidad	Distraído, creativo y emocional.
16	Perseverante – seguros de si mismo	Líder
17	Líder	Estabilidad y tranquilidad
18	Líder	Sociable – empático

19	Introverso-cerrado- conflicto interno	Líder
20	personas muy activas, alegres y dinámicas.	Sociable- empático
21	Perseverante – seguros de si mismo	Conformista
22	Perseverante – seguros de si mismo	Introverso- cerrado- conflictos internos-
23	Empática – sociable	Líder
24	Introverso- cerrado – conflictos internos	Estabilidad y tranquilidad

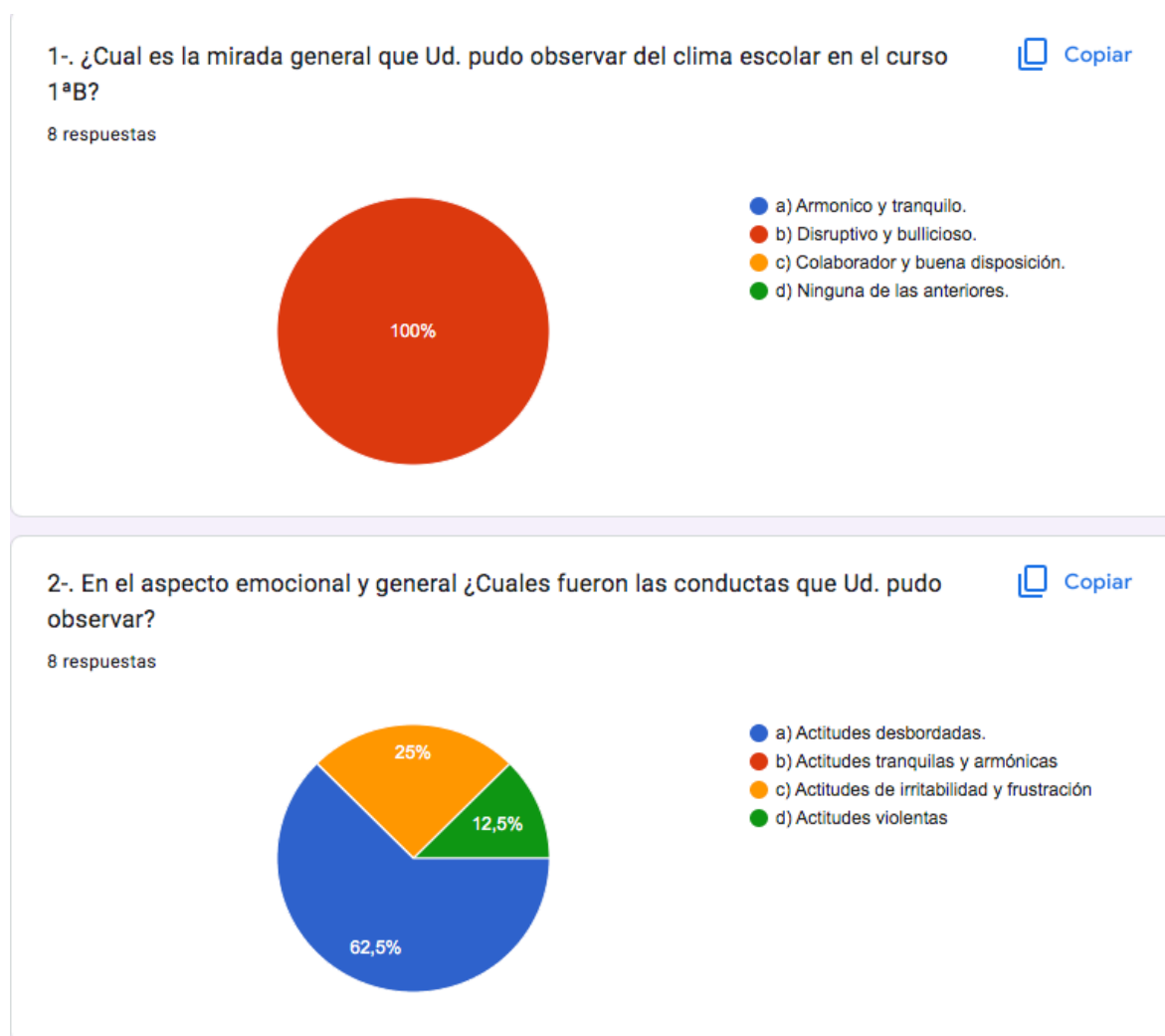
A partir de los datos obtenidos se puede mencionar que la mayoría de los estudiantes muestran una capacidad de ser líderes o quieren llegar a serlo, además muchos de ellos muestran una gran capacidad de buscar tranquilidad y estabilidad. Una minoría muestra una tendencia a aspectos negativos. Lo que es un escenario favorable. Quizás solo necesiten calmar las emociones que fueron reprimidas para poder llegar a la tranquilidad y estabilidad que ellos necesitan. En el ámbito de convivencia escolar la falta de sociabilidad producto de la pandemia puede ser un factor que ha repercutido ya que, los estudiantes no saben o no conocen diversidad de juegos, además no manejan habilidades sociales producto de la desescolarización en el tiempo de pandemia.

4.6 Resultado Docentes.

Se realizó esta encuesta a 8 profesionales que estuvieron realizando clases o intervenciones a partir de las conductas disruptivas. Entre estos profesionales se encuentran: docentes, Psicóloga y educadora diferencial.

Los resultados son los siguientes:

Gráfico 4: Encuesta a docentes Lizzy Ramos



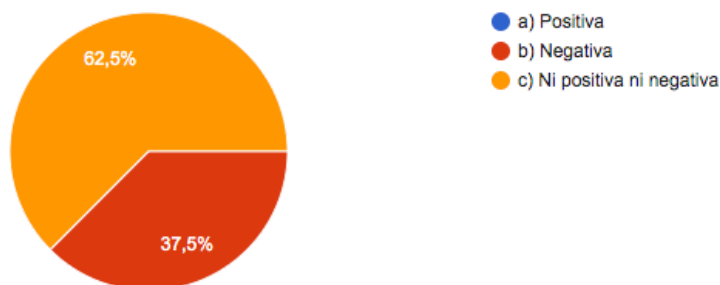
En la pregunta número 1 todos los encuestados coinciden que el curso presenta una tendencia a ser disruptivo y bullicioso. En la pregunta 2 el 62,5% manifiestan que existen actitudes desbordadas en el aspecto emocional, lo que nos hace reflexionar que la intervención podría ser positiva ya que aborda justamente la liberación de emociones.

Gráfico 5: Encuesta a docentes Lizzy Ramos

3-. De acuerdo a su percepción general ¿como se puede definir la convivencia en el curso 1^aB?

 Copiar

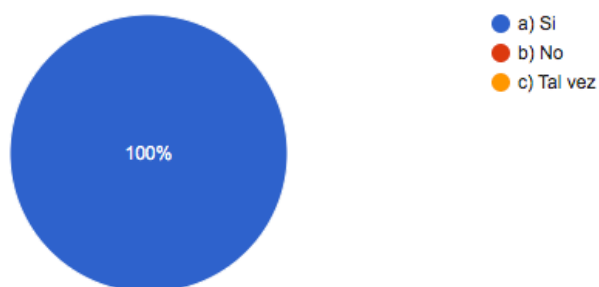
8 respuestas



4-. ¿Ud. considera importante realizar un intervención que aborde el tema emocional y convivencia escolar en el curso 1^aB?

 Copiar

8 respuestas



En la pregunta 3 se manifiesta que existe una tendencia a no enjuiciar o catalogar el curso como negativo. En la pregunta 4 existe un 100% que manifiesta importancia de intervenir al curso con la finalidad de mejorar la convivencia y el clima escolar del curso 1ºB.

4.7 Resultados finales.

Los siguientes resultados son aplicados al finalizar la intervención.

4.8 Resultados de los apoderado/as

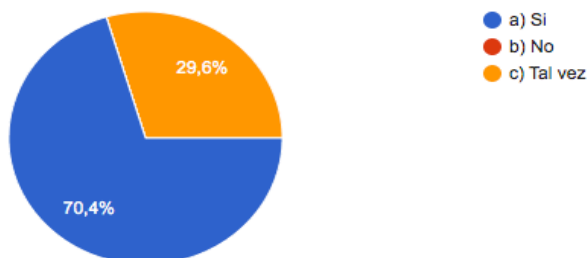
El formulario aplicado a los apoderado/as obtuvo un 71 % de participación y los resultados son los siguientes:

Gráfico 6: Encuesta a apoderado/as Lizzy Ramos

1-. ¿Cree Ud. que la intervención realizada fue positiva?

 Copiar

27 respuestas



2-. ¿Su hijo/a le ha comentado que ha mejorado la convivencia en el curso este último tiempo?

 Copiar

27 respuestas

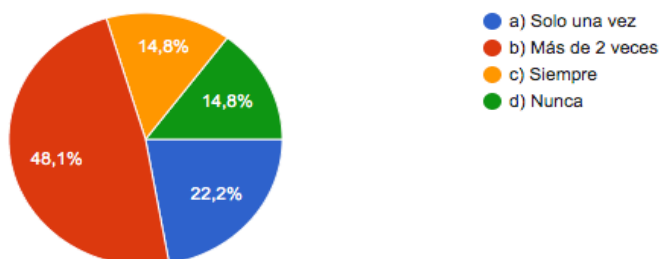
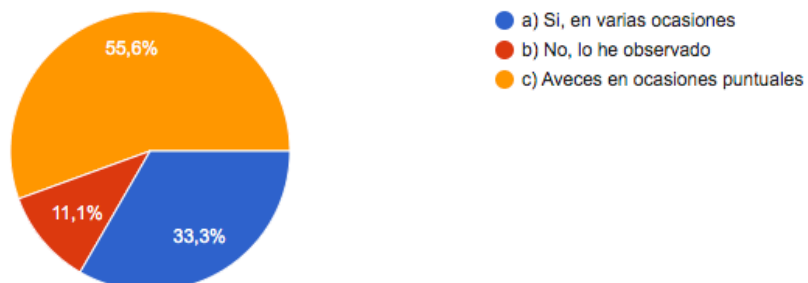


Gráfico 7: Encuesta a apoderado/as Lizzy Ramos

3- ¿Su hijo/a ha mejorado el último tiempo en la manera de reaccionar en ciertos momentos como cuando le da rabia, enojo, ira o frustración?

 Copiar

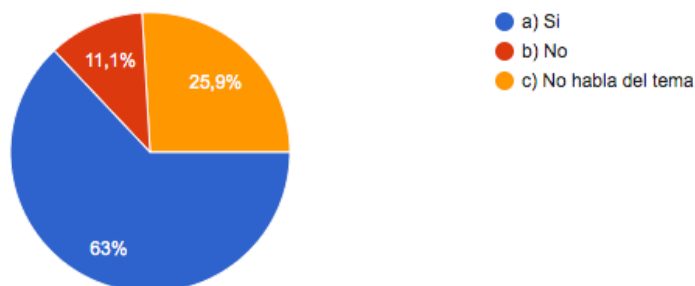
27 respuestas



4- ¿Su hijo/a le ha comentado situaciones positivas que han estado ocurriendo en el curso este último tiempo?

 Copiar

27 respuestas



En los gráficos se puede visualizar una mejora en la convivencia escolar ya que la mayoría opina que han estado escuchando de sus hijos e hijas que ha mejorado, lo que indica algo súper importante y que se refiere a que la intervención realizada tuvo una repercusión en cada uno de los estudiantes y que eso ayuda en el clima de aula, favoreciendo los vínculos y también la manera de relacionarse.

4.9 Resultados de los estudiantes.

La propuesta de consulta hacia los estudiantes fue en modalidad presencial, pero se subieron los datos a formulario para generar los gráficos que permiten visualizar los resultados. El nivel de participación fue de un 65,7%. A continuación, se muestran los resultados y su análisis.

Gráfico 8: Resultado estudiantes Lizzy Ramos.

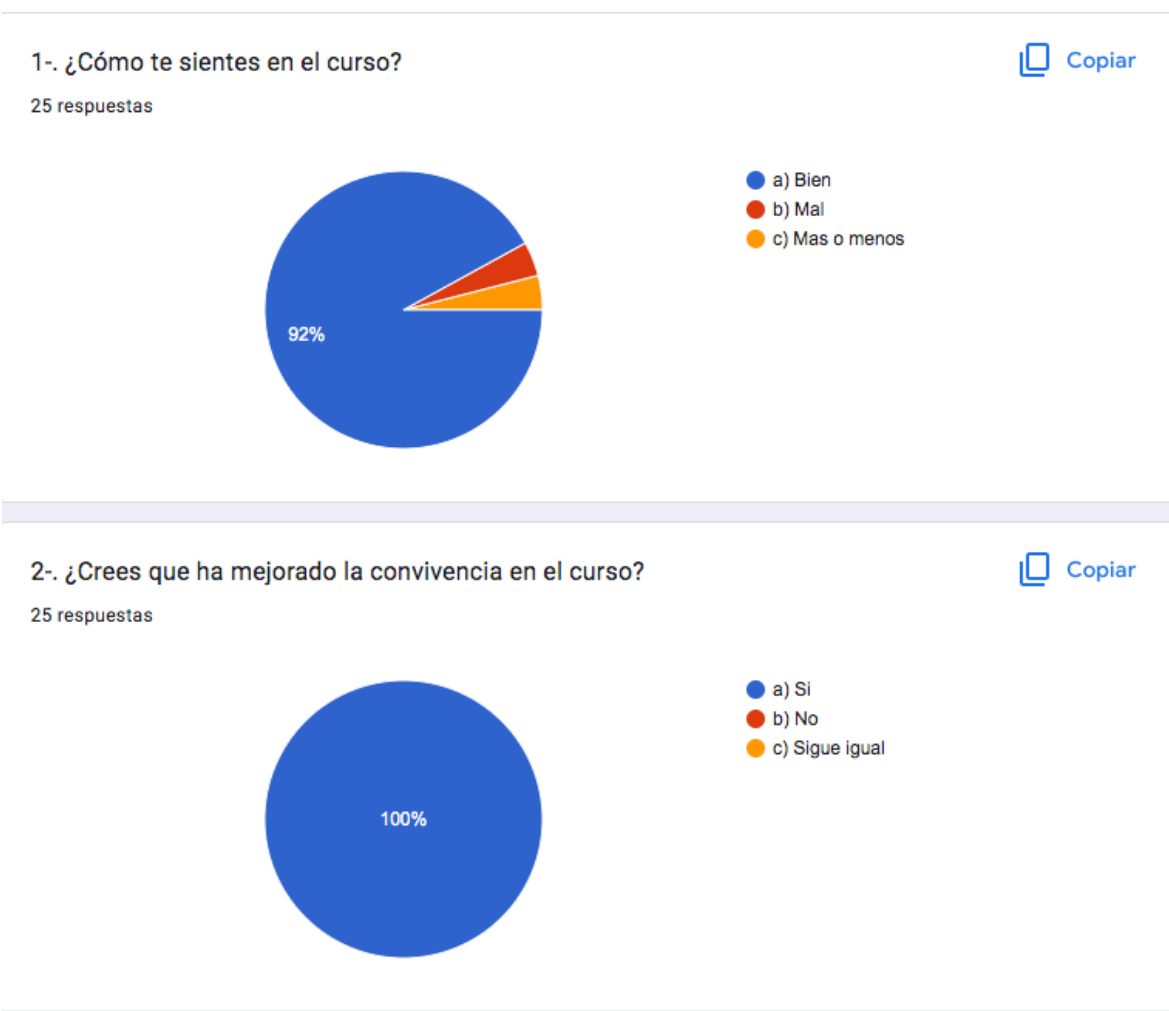
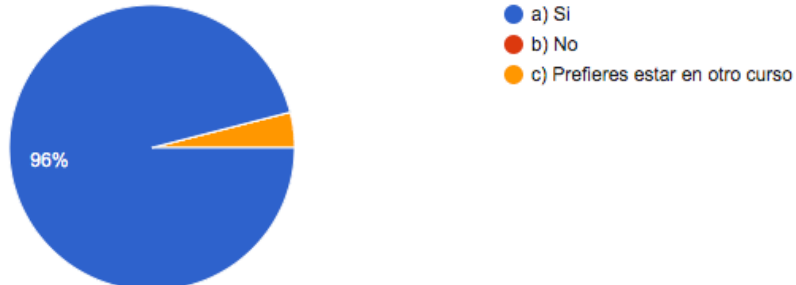


Gráfico 9: Resultado estudiantes Lizzy Ramos.

3-. ¿Te gusta ser parte del 1ºB?

 Copiar

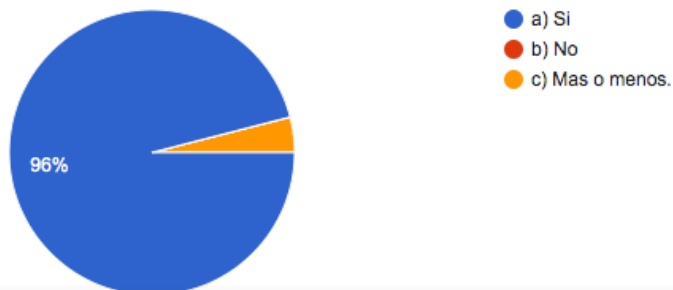
25 respuestas



4-. ¿Te gustó la intervención realizada?

 Copiar

25 respuestas



Los gráficos muestran un balance positivo de la intervención realizada ya que la mayoría de los estudiantes consideran que ha mejorado la convivencia en el curso, además consideran que la intervención le gustó a la gran mayoría y se sienten muy cómodos de pertenecer al curso. Este último punto es relevante porque muestra un avance positivo, ya que en un comienzo esta percepción tenía una tendencia mas negativa.

4.10 Resultados de los docentes.

Se realizó esta encuesta a 7 de 8 profesores y profesionales que han estado observando el clima de aula en diversos momentos para determinar el avance o retroceso de la intervención entre ellos se encuentran: docentes, Psicóloga y educadora diferencial y los resultados son los siguientes:

Gráfico 10: Resultado estudiantes Lizzy Ramos.

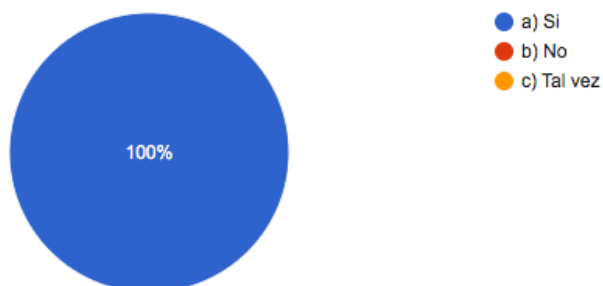


Gráfico 11: Resultado estudiantes Lizzy Ramos.

3-. Considera importante y relevante realizar esta intervención en toda la escuela

 Copiar

7 respuestas



En los gráficos se puede visualizar que los profesionales consultados consideran que la intervención fue positiva y que se debe realizar en todos los niveles ya que el proyecto de intervención generó un cambio positivo en la convivencia escolar y el clima de aula. Esto se manifiesta en la armonía que el curso logró pudiendo realizar las clases sin interrupciones.

5. MARCO TEORICO

El siguiente proyecto de intervención surge para mejorar la convivencia escolar, así como se manifiesta en el ministerio de educación y sus lineamientos relacionados a este punto que señala la importancia de desarrollar en los estudiantes la capacidad de aprender a vivir en comunidad (mineduc, 2019). Es por esta razón que también se involucraran a los padres y apoderado/as en este proyecto, con la finalidad de enseñarles a sus hijos e hijas diferentes juegos que ellos practicaban cuando eran pequeños. Otro punto importante de este proyecto es que se busca liberar las emociones reprimidas a través de diferentes actividades artísticas.

En un comienzo la idea de implementación abarcaba solo el curso para conocer y saber su impacto, como su resultado fue positivo nace la oportunidad de proyectarlo y/o adaptarlo y ser ejecutado para todos los niveles como un plan de convivencia escolar ligado al sector de Orientación.

Las emociones cumplen un rol fundamental en los seres humanos porque nos permite regularnos y adaptarnos como lo señala Fernández: “La emoción es un proceso Psicológico que nos prepara para adaptarnos y responder al entorno. Su función principal es la adaptación que es la clave para entender la máxima premisa de cualquier organismo vivo: la supervivencia” (2010). Es por esto que es importante trabajar las emociones, ya que estuvimos dos años en pandemia encerrados con miedo por la enfermedad, con incertidumbre porque al comienzo de esta pandemia no sabíamos mucho de lo que acontecía, esto ha provocado muchos episodios de ansiedad, depresión, euforia entre otras conductas o enfermedades ligadas al

aspecto social y mental. Al comienzo de este año escolar la normalidad se ha instalado en los espacios educativos aún estando en un proceso pandémico. A nivel nacional se han estado relatando hechos noticiosos relacionados a la violencia instalada en las Escuelas y muchos episodios de problemas en la convivencia escolar.

En marzo pude darme cuenta de lo anterior, puesto que existían muchos problemas de convivencia, se golpeaban, se agredían, se descontrolaban, otros se desbordaban sin justificación, entre otras conductas disruptivas.

Es por esta razón que surge la necesidad de intervenir utilizando la danza, el movimiento, la música, el ritmo, la conversación, el arte, el juego, el trabajo colaborativo y las Tics. Otro aspecto importante de este proyecto es involucrar a los apoderado/as para generar la participación de la comunidad, ya que en muy pocas ocasiones los apoderado/as se involucran y participan de una actividad escolar extra programática, así como se menciona en la investigación:

Es discutible al revisar los resultados de un estudio más reciente (Román, 2014) en las escuelas municipales chilenas, donde se encontró que la participación y compromiso de los apoderados se ha reducido en los últimos años, fundamentalmente debido a los cambios en la estructura familiar” (Sánchez, 2016, p. 18).

En el mismo estudio se explica la importancia de generar instancias participativas, ya que aumenta el compromiso, la identidad y mejora los rendimientos académicos, es aquí donde cumplen un rol fundamental ya que al participar se involucran en la educación y bienestar de sus propios hijos e hijas.

La intervención constará de 6 clases en el sector de aprendizaje de Orientación, más otra que corresponde a la finalización del proyecto realizando una actividad recreativa que consta de una convivencia para entregarles un diploma destacando sus aspectos sociales o emocionales positivos y se trabajará con los cinco ritmos sagrados de Roth (2010):

Reingresé en mi cuerpo aprendiendo a mover mi yo, a ejecutar mi propia danza de adentro hacia afuera, y no de afuera hacia adentro. Con el paso de los años descubrí, observando mi cuerpo y el de muchas otras personas, los cinco ritmos sagrados que constituyen la esencia de un cuerpo en movimiento, de un cuerpo vivo: Fluidez... Staccato... Caos... Lirismo... Quietud (pág. 35).

El sustento para realizar este proyecto nace desde una perspectiva personal ya que he descubierto la importancia del cuerpo, espíritu y mente. La importancia de mantener en equilibrio estos tres aspectos del ser humano, ya que si alguno se encuentra afectado nos trae consecuencias negativas traducido en enfermedad. Esta tríada está en constante movimiento y pocas veces le damos la importancia que necesitan me la imagino como el ADN, que mientras nosotros nos empeñamos en separar cada uno de estos tres elementos que forman parte de nosotros y que muy pocas veces nos detenemos a visualizarlos. Así como bien lo expresaba Varela (1997) "Nuestra intención es sortear esta geografía lógica de "interno/externo" estudiando la cognición ni como recuperación ni como proyección, sino como acción corporizada" (p.202).

Es de vital importancia conocerse integrando las emociones, porque todo tiene un sentido cada uno de los elementos se relacionan y dependen unos de otros. Esta triada se encuentra en nosotros y cuando comenzamos a visualizarlos comienza la sanación.

Por este motivo me pareció importante conectarnos con ese mundo interno y uno de los medios que me resultó fascinante es la danza, el movimiento, la música, el arte, el juego etc.

La danza y el movimiento nos acompaña desde el útero nuestras células se mueven constantemente esos movimientos realizan vibraciones que nosotros no podemos visualizar, pero que ocurren y que intervienen en el espacio. Le Breton (2010) dice: “El cuerpo está mezclado al mundo y el individuo sólo toma conciencia de él a través de su sentir” (p. 22). Así el mundo y el ser se encuentran relacionados y conectados. En este sentido si yo me conozco puedo conocer al mundo, pero siempre comenzando desde nosotros y dándole espacio a las emociones, recordando que las emociones no tienen etiquetas de malas o buenas, simplemente son y dándoles el espacio de salir y fluir permitirá conocernos desde una mirada experiencial, a través del movimiento. Así como decía Maturana (1994):

Pienso que son nuestras emociones (deseos, preferencias, miedos, ambiciones...), lo que determina en cada instante lo que hacemos o no hacemos, no nuestra razón, y que cada vez que afirmamos, que nuestra conducta es racional, los argumentos que esgrimimos en nuestra afirmación, ocultan los fundamentos emocionales, sobre los cuales esta se apoya”. (p. 20)

Es importante trabajar con los más pequeños estos aspectos ya que, teniendo un equilibrio físico, emocional, psicológico y espiritual, en un futuro tendremos adultos sanos, saludables y felices.

Considerando todos estos aspectos es que vuelvo a mi escenario laboral, donde si bien aparece en el proyecto institucional formar estudiantes integrales, en la práctica esto no se cumple, porque buscan intereses academicistas y su principal motivación es aumentar los números estadísticos en las pruebas estandarizadas. Es por esto que el proyecto toma un valor agregado porque si bien el escenario no es favorable en la práctica busca revertir la situación y proyectar esta intervención para toda la comunidad educativa.

Este proyecto profundizará en otros aspectos no menos importante que tienen relación con fomentar los vínculos entre sus compañero/as creando lazos de confianza, escucha activa, el respeto e ir aprendiendo de sus experiencias o vivencias que en la comunicación se van a ir generando ya que, después de cada clase se darán instancias de conversación, además se realizarán diversas actividades dinámicas de manera grupal o individual para comentar o dejar fluir las emociones mediante la expresión artística.

Para finalizar la intervención en la séptima clase se realizará una actividad extra programática que incluye una convivencia y la realización de una expresión artística de forma grupal integrando todo lo que les sucedió en este periodo, las emociones que emergieron, lo nuevo que descubrieron que a través del arte quedará plasmado en un lienzo que será un recordatorio de lo sucedido o simplemente algunas emociones que se encuentran ocultas y que se pueden expresar por medio del arte. Es importante mencionar que las artes fomentan el

aprendizaje de manera significativa y desarrolla habilidades que nos permiten trascender a la vida cotidiana, así como se menciona en el siguiente estudio: “En el presente siglo, se atribuye al arte, a través de sus lenguajes y disciplinas, la capacidad de estimular y potenciar la innovación y creatividad, componentes esenciales para la toma de decisiones en muchos ámbitos de la vida” (Mela, 2022, p. 5). La expresión artística, además, potencia el área emocional, afectiva y relacional, puesto que nos permite vincularnos desde un aspecto personal y colectivo. Para realzar los aspectos emocionales, sociales y conductuales positivos de los estudiantes se les entregará un diploma de honor realizando sus aspectos que los hacen únicos e importantes.

6. DESCRIPCIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN.

El siguiente cronograma explica cada actividad que se realizará semanalmente en el sector de Orientación. Al finalizar la semana, los días viernes se presentarán los grupos de apoderado/as que se inscribieron voluntariamente en la reunión de apoderados para enseñarles a los estudiantes juegos que ellos realizaban cuando eran pequeño/as.

Las estrategias que se implementan son la utilización de diversos recursos educativos como: Las clases prácticas y de expresión porque, se busca que el estudiante experimente sus diversas sensaciones a partir de ejercicios prácticos como meditación, juegos y los diversos ritmos. Una vez experimentado el proceso deben involucrar esas sensaciones y plasmarlo en una actividad que implica reconocer lo que me pasa, plasmarlo en papel o expresarlo de alguna manera.

La otra estrategia implementada es el trabajo colaborativo y reconocer lo que me sucede a mi también le puede estar sucediendo a otro, En este sentido se esta trabajando el respeto, la diversidad, la inclusión, el valor de comunicación.

La otra estrategia es involucrar las Tics mediante la visualización de diversos recursos audiovisuales que permiten abrir debates y conversar a cerca de la temática que aborda el proyecto una sana convivencia.

La utilización de diversas estrategias y herramientas ha sido fundamental para que el proyecto cause el impacto esperado. Los estudiantes esperan entusiastas la clase de Orientación y el balance fue positivo así lo demuestran los resultados de apoderado/as, profesionales y estudiantes, mencionando que logró un impacto y un balance positivo demostrado en el clima escolar, la sana convivencia y la tranquilidad que los estudiantes han demostrado en las clases.

6.1 RECUADRO DE ACTIVIDADES.

Clases	Actividad	Recursos	Tiempo	Participantes	Responsable
Primera	<p>1- Inicio: Se da inicio con una pequeña meditación para agradecer al cuerpo.</p> <p>2- Desarrollo: luego mediante la música se les solicita que cierren sus ojos y comenzaran a moverse, dando la indicación relacionada al primer ritmo correspondiente a fluidez Se les solicita conectarse con alguna emoción. Se les pregunta ¿cómo se sintieron? ¿Qué les gusto de la música?</p> <p>3- Cierre: Se les entrega una hoja de oficio y escriben o dibujan en la hoja que sintieron al bailar, para luego realizar un avión de papel, pintan sus creaciones. Finalmente subimos al segundo piso de la escuela para lanzar nuestro avión de papel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Computador - Parlantes - Audio. - Hoja de oficio. - Lápices de colores. 	45 min	1°B	Profesora jefa
Segunda	<p>1- Inicio: Observan un cortometraje para desarrollar la sana convivencia llamado lan. Cometan video y sus sensaciones. Responden preguntas ¿te has sentido como lan? ¿has ayudado algún compañero? ¿has sentido que algún compañero se sienta así? ¿alguna vez has</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Computador - Parlantes - audio. - Hojas de oficio. - lápices de colores y lápiz mina. - Link video en anexos. 	45 min	1°B	Profesora jefe

	<p>molestado algún compañero?</p> <p>2- Desarrollo: Se colocan de pie en sus puestos y se les piden cerrar sus ojos y escuchar la música, moverse al segundo ritmo correspondiente a staccato.</p> <p>Se les solicita conectarse con alguna emoción.</p> <p>Luego volvemos a la calma y se realiza una meditación donde se les va guiando y conectarse con el genio de la lámpara. Ellos tendrán que solicitar algún deseo relacionado a las emociones que tienen con sus compañeros o que les gustaría desarrollar.</p> <p>3- Cierre: En unas hojas de oficio deben dibujar o escribir sus deseos y sensaciones a partir de lo realizado en la clase. Doblan sus deseos y los colocan en una caja mágica de deseos.</p>				
Tercera	<p>1- Inicio: Se comienza con una meditación de mindfulness para calmar el cuerpo y la mente. Se comenta con que animal se identificaron.</p> <p>2- Desarrollo: Mediante la música se les solicita que cierren sus ojos y comiencen a moverse, dando la indicación relacionada al tercer ritmo correspondiente a Caos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Computador, parlantes o audio. - Link del video en anexo - Cartulina - Lápices de colores. 	45 min	1°B	Profesora jefe

	<p>Se les solicita conectarse con alguna emoción y se les pide que se pongan de pie y se muevan al ritmo de la música.</p> <p>Luego se separan en grupos y se les entrega una cartulina y deben entre todos crear un dibujo de como se sintieron.</p> <p>3- Cierre: Presentan sus trabajos y explican sus sensaciones y los dibujos.</p>				
Cuarta	<p>1- Inicio: se comienza la sesión con un pasapalabra de las emociones.</p> <p>2- Desarrollo: luego mediante la música se les solicita que cierren sus ojos y comenzaran a moverse, dando la indicación relacionada al cuarto ritmo correspondiente a <i>Lirismo</i> Se les solicita conectarse con alguna emoción</p> <p>3- Cierre: Deben realizar una tarjeta a un compañero/a para expresar sus emociones, se las entregan adelante para darse un abrazo y agradecer su trabajo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Computador, parlantes o audio. - Link del pasapalabra en anexos. - Papel, lápiz mina y de colores 	45 min	1°B	Profesora jefe
Quinta	<p>1- Inicio: Comenzamos con una meditación para agradecer al cuerpo guiada por la docente, escuchando una música de sonidos de agua.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Computador - Parlantes o audio. - Papeles lustre 	45 min	1°B	Profesora jefe

	<p>2- Desarrollo: luego mediante la música se les solicita que cierren sus ojos y comenzaran a moverse, dando la indicación relacionada al quinto ritmo correspondiente a <i>quietud</i></p> <p>Se les solicita conectarse con alguna emoción. Deben hacer un barquito de papel explicando que el agua al igual que sus emociones van variando, adentro del barquito de papel deben dibujar un deseo para el curso en general como por ejemplo Paz, tranquilidad, calma, etc.</p> <p>3- Cierre: El barquito se pega en una cartulina que luego se pega en la sala para recordar el deseo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lápices de colores y grafito. - Cartulina. 			
Sexta	<p>1- Inicio: Se les indica que hemos trabajado los 5 ritmos que ayudan a liberar las emociones a través de la música. Se les pregunta ¿te gustaron las actividades? ¿Por qué?</p> <p>2- Desarrollo: Se les solicita ponerse de pie y moverse transitando los 5 ritmos juntos, explicando en que consiste cada uno, además de la importancia de mover el cuerpo y su conexión con las emociones. Se dividen en grupos de 4 a 5 personas, tendrán que colocarle un nombre al curso, indicando que</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Computador - Parlantes o audio - Cartulinas - Lápiz grafito, goma y lápices de colores. 	45 min	1°B	Profesora jefe

	<p>ritmo los identifican, dibujaran un escudo y una bandera, además de colocarles un nombre. Presentaran sus trabajos.</p> <p>3- Cierre: Se comenta a través de las siguientes preguntas ¿Qué ritmo les gusto más? ¿Qué actividad les gustó más? ¿crees que ha mejorado la convivencia? ¿te sientes mejor en el curso?</p>				
Séptima	<p>Se termina la actividad con una convivencia, realizan lienzo artístico y se les entrega un diploma de honor por la participación, donde se destaca sus aspectos y habilidades conductuales positivos.</p>	<p>Formulario google.</p> <p>Tabla de Observación</p>	<p>Sin determinar</p>	<p>1ºB</p>	<p>Profesora Jefe</p>

6.2 ANEXOS DE LA INTERVENCIÓN POR CLASE.

Anexo clase 2: Cortometraje lan:

https://www.youtube.com/watch?v=nS8G_uEM620

Anexo clase 3: Meditación mindfulness:

<https://www.youtube.com/watch?v=ohJOaQn3-vg>

Anexo clase 4: Pasapalabra de las emociones:

<https://es.educaplay.com/recursos-educativos/3793532-pasapalabra-de-las-emociones.html>

Anexo clase 6: Los cinco ritmos de Gabrielle Roth:

<https://www.youtube.com/watch?v=0hugWv4HvHo&t=16s>

6.3 CARTA GANTT

Meses	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Actividades					
Diagnóstico	X	X			
Intervención			X	X	
Evaluación				X	X
Cierre					X

6.4 FORTALECIMIENTO DE LA GESTIÓN.

En un primer momento existía una resistencia por parte de dirección a partir de los acontecimientos relacionados a la problemática personal que mencioné, es por eso que preparé una presentación donde explicaba el proyecto y sus objetivos de manera que resaltara la importancia de realizar esta intervención y el impacto positivo que éste causaría.

La directora se mostró receptiva y me dio el visto bueno para poder realizar mi proyecto.

Luego de eso venía una segunda instancia que se relacionaba con los apoderado/as del curso, también realice una presentación para realzar la importancia de este proyecto y para involucrarlos en el desarrollo y su participación que toma un rol fundamental para que sean partícipes de esta intervención. La verdad que me impacto la buena recepción de la directora como primera instancia y luego la de los apoderado/as. Esto genero en mi un compromiso y me brindo el ánimo necesario para darme cuenta que iba por un buen camino.

Cuando le comenté a mis colegas mi proyecto me dieron ideas y también me incitaron a realizar este proyecto de manera transversal para todos los niveles, expresando la importancia de desarrollar estos ámbitos que el ministerio y la escuela no abordan, siendo un aspecto fundamental para fomentar el buen trato, la sana convivencia y el buen vivir.

6.5 RESULTADOS ALCANZADOS.

A partir de los resultados obtenidos, se puede precisar que causó un impacto positivo en toda la comunidad, ya que los directivos y colegas me expresaron el cambio de conducta que han estado observando en el aula, me han comentado lo siguiente “que están ordenaditos”, “es agradable hacer clases en tú curso”, “están más regulados”. Esto es importante de mencionar porque si bien los resultados de las encuestas realizadas muestran una clara mejora, los comentarios realzan aún más y potencian lo que las encuestas han estado mostrando.

Por otro lado, los estudiantes también visualizan el cambio y me mencionan lo siguiente: “que ya no les duele la cabeza con los gritos”, que están mas tranquilo/as y que pueden realizar las actividades de manera más efectiva. Estos comentarios se relacionan con los resultados obtenidos en el primer test y en el segundo cuestionario donde se visualiza claramente el impacto positivo que ha causado.

Por parte de los apoderado/as he recibido buenos comentarios, señalando que sus hijos e hijas les mencionan el cambio de conducta que ha existido, también les dicen que se sienten a gusto en el curso y que les encanta ir a clases. Me parece relevante mencionar los comentarios y relacionarlos con los resultados donde se demuestra que ha existido una mejora en el clima de aula, generando un ambiente mas armónico y tranquilo para desarrollar las clases y convivencia escolar positiva.

7. Conclusiones.

En el transcurso de mi recorrido en el magister pude darme cuenta de varios aspectos que me ayudaron a mi crecimiento personal y profesional, valorar el caos como una oportunidad fue el mayor aprendizaje de tantos otros aspectos que me permitieron potenciar el lado humano que en estos días hace falta, liderar un espacio desde la horizontalidad es mi mayor desafío y transformar las escuelas en un espacio comunitario y generar los cambios desde una perspectiva humanizadora hace que pueda cuestionar los actuales espacios en los que me desenvuelvo. Todas las lecturas, los autores, los profesores, los compañero/as y las clases del magister me hacen sentirme empoderada y con las ganas de generar los cambios que en esta sociedad se requieren, el conocer algunas realidades donde existen escuelas basadas en la horizontalidad y el trabajo comunitario me incitan a creer y no perder la esperanza que en algunos momentos debo reconocer que el sistema y sobre todo los antiguos patrones siguen liderando en los espacios educativos.

A través de una clase pude conocer los cinco ritmos de Gabrielle Roth que a su vez los experimentamos, en esos momentos generaron en mi un cambio y un sentir diferente que me hicieron pensar en ponerlos en práctica con los estudiantes y verificar que sucede, ahí surge la idea de realizar mi proyecto de intervención educativa. En un comienzo tenía bastantes dudas ya que lo iba experimentar con niños y niñas de primero básico, cuestionando la edad o mi propia capacidad y con la incertidumbre de la opinión de mi jefatura. Esto generado por mis problemas del primer semestre, pero al presentar mi proyecto a la directora me dijo que encontraba pertinente realizarlo en mi curso por los altos niveles de desorden, ese fue el primer

paso para sentirme segura que esto tenía que resultar. El primer paso ya estaba logrado, pero me faltaba informar a los apoderado/as que siempre son impredecibles, en la reunión del segundo semestre les explique el proyecto, sus objetivos y el plan de acción. Para mi sorpresa todos estuvieron de acuerdo lo que me motivó a tener fe y esperanza que todo saldría bien. El siguiente paso era comenzar a realizarlo fue muy satisfactorio ya que la recepción de los estudiantes en todo el proceso fue positivo y participativo.

También tengo que mencionar a mis colegas que me decían que los estudiantes estaban cada vez más tranquilos y ya no se escuchaba el desorden que en un principio se podía percibir. Poco a poco comenzaron a calmarse, a estar más conectados y atentos en las clases. También los niveles de violencia se redujeron. Algunos preguntándome que había realizado y les comentaba el proyecto de intervención, muchos de mis colegas me dijeron que querían realizarlo el próximo año. Estos comentarios a veces son necesarios para sentir que lo estas haciendo bien y realmente se notó.

A fin de año los apoderado/as me dieron las gracias porque visualizaban el cambio y que los veían más regulados y tranquilos.

La intervención fue un éxito, la comunidad se dio cuenta de los avances y yo como ejecutora de este proyecto puedo decir que la mejora de la convivencia escolar fue notoria sobre todo al realizar las clases teóricas, que en un principio eran imposibles de ejecutar. Los estudiantes se muestran más conectados y respetuosos. Sin lugar a dudas el desarrollo de dejar fluir las emociones causó un impacto no tan solo en los estudiantes, sino también en toda la comunidad.

8. Referencias.

- Aldana, R., Gutiérrez, A., Contreras, C. (2011). Revista de ciencia: https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/62_2/PDF/12_Caos.pdf
- Bloch, S. (2009). Al Alba de las emociones.
- Echeverría, R. (2003). Ontología del lenguaje.
- Entrevista a M, Losada Por Olalla (2012): <https://jorgeolalla.com/2017/08/18/10-historia-de-mis-10-anos-blogeando-1/>
- Escolar, C. (s/f). Mineduc.cl. Recuperado el 5 de noviembre de 2022, de <https://www.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/19/2017/04/convivencia-escolar.pdf>
- Fernández, E., García B., Jiménez, M., Martín, M., Díaz., Domínguez, F. (2010) Psicología de la Emoción. Editorial Universitaria Ramón Areces Antartica.

- Lenkersdonf, C. (2008). Aprender a escuchar: enseñanza maya-tojolobales.
- Le Breton, D. (2010). Cuerpo sensible. Ediciones metales pesados.
- Maturana, H. s. (2001). Emociones y lenguaje en educación y política. Santiago.
- Mejía, M (2020).Educación(es), escuela(s) y pedagogía(s) en la cuarta revolución industrial desde Nuestra América.
- Maturana, H. (1994) Amor y juego: fundamentos olvidados de lo humano. Instituto de Terapia Cognitiva. Colección experiencia humana. Instituto de experiencia cognitiva.
- Mela, J (2022). Estudio sobre el estado de la educación artística en el sistema educativo formal y no formal de la región del Libertador Bernardo O'higgins
- Oxford Languages, Diccionario. Recuperado de: <https://languages.oup.com/google-dictionary-es/>
- Peat & Briggs (1999). Las siete leyes del caos.
- Ramos, L (2021). Reporte de aprendizaje N°1, N°2 y N°3 realizado en la cátedra de taller de Aplicación.
- Ramos, L (2021). Reporte individual realizado en la cátedra de Liderazgo Transformacional.
- Roth, G. (2010). Enseñanza de una chamana urbana. La curación para el movimiento.
- Sánchez , A, Reyes, F, Villarroel, V. (2016) Participación y expectativas de los padres sobre la educación de sus hijos en una escuela pública. Estudios Pedagógicos XLII, N° 3: 347-367.
- Universidad Católica Silva Henríquez, Historia- Universidad Católica Silva Henríquez. Santiago de Chile. Recuperado de: <http://ww3.ucsh.cl/universidad/historia/>

- Varela, F., Thompson, E., Rosch, E (1997) De cuerpo presente. Las ciencias cognitivas en la experiencia humana. Editorial Gedisa.

9. Anexos.

- <https://es.educaplay.com/recursos-educativos/3793532-pasapalabra-de-las-emociones.html>
- <https://escuelalasalasamericas.cl/>
- https://www.youtube.com/watch?v=WwQ9OCvJ5bI&list=PLuIGpcXQY8DAcSAADbHZynb_3eYDWKQZr
- https://docs.google.com/forms/d/1ejruR_bNxET7PmMzGAxFCpg80WDi11nNWAf_5wwLdcvk/edit (Formularios apoderados 1)
- <https://docs.google.com/forms/d/1aU4kNwA3n84A2wPztQvUtGuAlsMoESmJcz9VqNLS3js/edit> (formulario apoderados 2)
- https://docs.google.com/forms/d/1nYDUrMHt02OCX3ha_IXWomZpVyhNXR_T2i6RIMNkWM4/edit (Formularios docentes 1)
- <https://docs.google.com/forms/d/1MzZHlfmMJTAKzOoludmwg0tOF3vAsMllkCbPcYgqnd0/edit> (formulario docentes 2)

Anexo 3: Test del árbol por Pip Wilson:

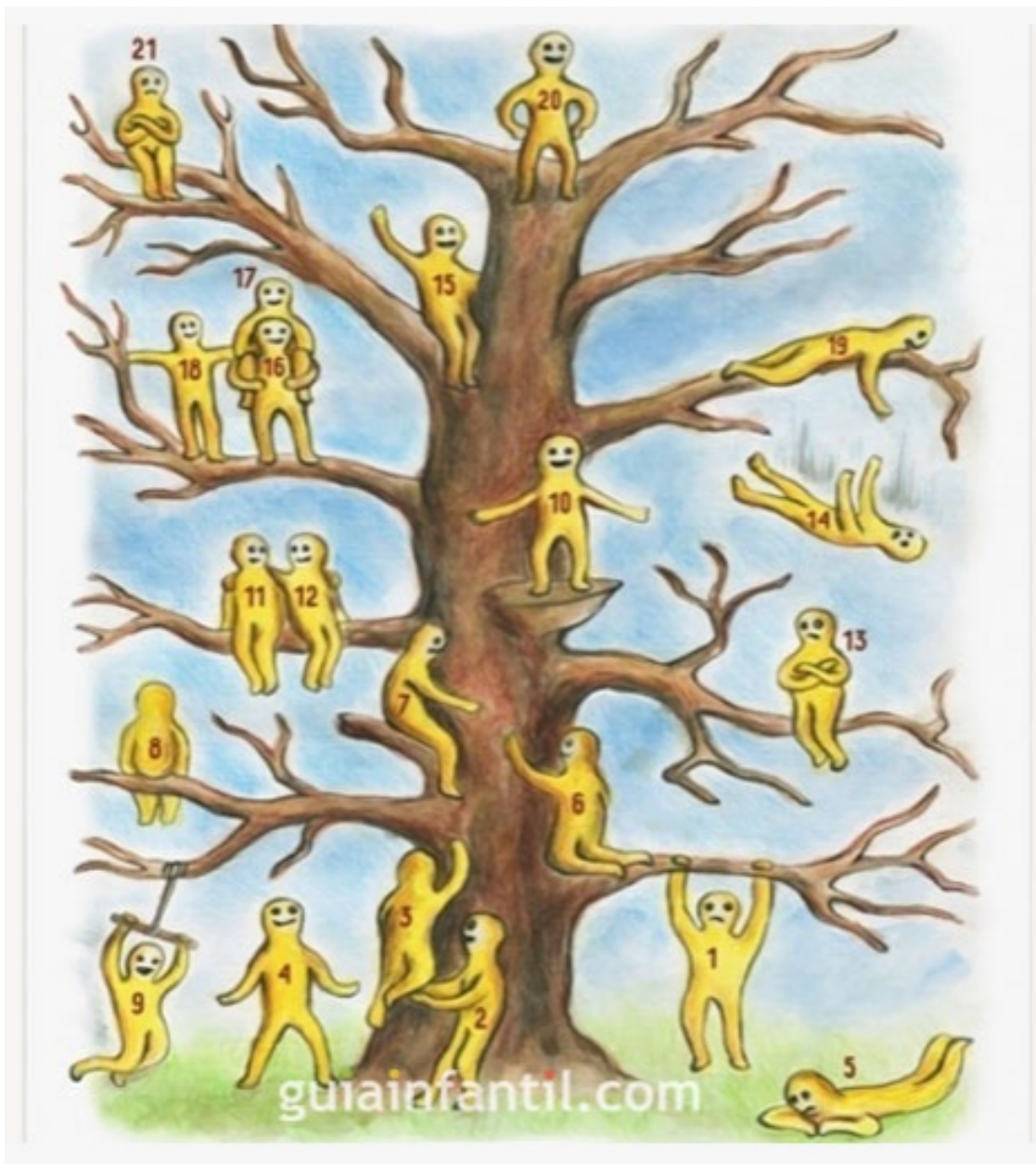
Para conocer las emociones de los niños se les aplicara el siguiente test llamado: “el test del árbol” creado por el psicólogo británico Pip Wilson. Sirve para detectar problemas de autoestima y adaptación, además de saber la posición de cómo se ven ellos y como se proyectan frente a los demás. Relacionado directamente con las emociones de ¿Cómo se sienten y como se ven?

Consiste en escoger de la imagen uno de los personajes que aparecen a partir de las siguientes dos preguntas:

1- Si fueras uno de ellos, ¿cuál serías? Debes encerrarlo de color rojo.



2- ¿En dónde te gustaría estar en el árbol? Debes encerrarlo de color azul.

La primera responde a cómo te sientes emocionalmente y la segunda, a dónde te gustaría estar.



Referencia: <https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/el-sorprendente-test-del-arbol-para-descubrir-problemas-emocionales-en-los-ninos/>

Anexo 4: Preguntas de alternativas realizadas a estudiantes al finalizar el proyecto.

Nombre: Mateo Durán M

- Marca la alternativa que consideres correcta.

1- ¿Cómo te sientes en el curso?

a) Bien

b) Mal

c) Mas o menos

2- ¿crees que ha mejorado la convivencia?

a) Si

b) No

c) Sigue igual que al principio

3- ¿Te gusta ser parte del 1ºB?

a) Si

b) No

c) Prefieres estar en otro curso.

4- ¿Te gusto la intervención realizada?

¿crees que influyo en la mejora de la convivencia y tu bienestar?

a) Si

b) No

c) Mas o menos



Nombre:

Piña Martínez

- Marca la alternativa que consideres correcta.

1-. ¿Cómo te sientes en el curso?

- a) Bien
- b) Mal
- c) Mas o menos

2-. ¿crees que ha mejorado la convivencia?

- a) Si
- b) No
- c) Sigue igual que al principio

3- ¿Te gusta ser parte del 1ºB?

- a) Si
- b) No
- c) Prefieres estar en otro curso.

4-. ¿Te gusto la intervención realizada?

¿crees que influyo en la mejora de la convivencia y tu bienestar?

- a) Si
- b) No
- c) Mas o menos