

3.- 10 MESES: 10 CAUSAS

Sentirse bien consigo mismo y con los demás genera bienestar y favorece un desarrollo saludable de las personas desde sus primeros años de vida, "no hay salud sin salud mental".

La capacidad para alcanzar y mantener ese estado de bienestar emocional ha sido considerada como uno de los aspectos de la **inteligencia emocional**, entendida como la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones, las de otras personas y la capacidad de regularlas. Las acciones para desarrollar la inteligencia emocional en el ámbito escolar han recibido diversas denominaciones, siendo uno de los términos más empleados el de **"educación socio-emocional"**, que consiste en un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar la adquisición de las competencias socio-emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitar a la persona para la vida y aumentar su bienestar personal y social. Tales aptitudes pueden ser aprendidas y entrenadas a lo largo de la vida; constituyen un factor de protección para la

salud y resulta de gran importancia que su aprendizaje se produzca desde las primeras etapas del desarrollo de la persona. Para ello, dicho aprendizaje tiene que producirse en los contextos naturales en los que transcurre la vida del menor, la familia, la escuela o el entorno social más cercano, mediante una meto-



dología fundamentalmente práctica (dinámica de grupos, auto-reflexión, juegos, introspección, etc.)

El desarrollo de estas competencias permite que *alumnos y alumnas aprendan mejor y potencien sus resultados académicos*, además de contribuir a *prevenir los problemas emocionales, conductuales o de drogodependencias* que puedan aparecer en la adolescencia.

Asimismo, la Ley 17/2007, de 10 de diciembre de Educación de Andalucía en su Artículo 39 relativo a la Educación en Valores, establece en su apartado cuarto que: *"El currículo contemplará la presencia de contenidos y actividades que promuevan la práctica real y efectiva de la igualdad, la adquisición de hábitos de vida saludable y deportiva y la capacitación para decidir entre las opciones que favorezcan un adecuado bienestar, mental y social para sí y para los demás"*.

Es por todo ello que desde el **IES Hiponova** a lo largo del curso **2015/16** hemos puesto en marcha una serie de estrategias orientadas a potenciar el desarrollo socioemocional de nuestro alumnado y que tienen como eje vertebrador el **programa de Educación Socioemocional "10 Meses 10 Causas"**.



En el desarrollo de este programa **están participando de forma coordinada lo siguientes miembros de nuestra comunidad educativa:**

- ✓ Coordinadora de Igualdad.
- ✓ Coordinadora del Plan de Lecturas y Bibliotecas
- ✓ Coordinador del Proyecto Kioto
- ✓ Coordinadora de la Escuela: Espacio de Paz (nuestro centro ha sido reconocido como centro de convivencia positiva, por todas las actuaciones que se realizan de cara a la mejorar de la convivencia).
- ✓ Tutores/as y Orientadora a través del desarrollo del Plan de Acción Tutorial de la ESO y FPB.
- ✓ Profesorado de los Talleres de lectura del primer ciclo de ESO.
- ✓ Profesorado que ha querido incardinar actuaciones de este tipo en sus respectivas programaciones de aula (Ej.: Lengua, Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos, Valores Éticos,...).
- ✓ Coordinador del Plan Provincial de Compensación Educativa: Don Miguel Caballero Mariscal (aplicación del Plan Chipé Calí).
- ✓ Alumnado en proceso de formación como "monitores de ocio y tiempo libre" (alumnado de 2º de FPB de Gestión Administrativa y de 4º de PDC).

- ✓ Técnicos de diversas asociaciones, entidades y/o empresas que imparten talleres o charlas al alumnado de nuestro centro; organizado todo ello en base a la temática trabajada cada mes.

Mediante la puesta en práctica de este programa de educación socioemocional se están trabajando con el alumnado los siguientes **bloques temáticos**:

1. Conciencia y regulación emocional
2. Autonomía emocional
3. Competencia social
4. Competencias para la vida y el bienestar; intentando desarrollar en el alumnado habilidades, actitudes y valores para organizar su vida de forma sana y equilibrada, propiciando experiencias de bienestar personal y social.



El desarrollo de estos bloques temáticos se ha articulado en torno a trabajo de un valor cada mes, atendiendo a la siguiente **planificación temporal**:

MES	VALOR
Septiembre	*Responsabilidad
Octubre	*Convivencia
Noviembre	*Amistad *Amor <i>25 Noviembre -Día Internacional para la eliminación de la Violencia de Género</i>
Diciembre	*Solidaridad <i>3 de Diciembre -Día de las personas con discapacidad</i>
Enero	*Paz <i>30 Enero -Día Escolar de la Paz y la No-violencia</i>
Febrero	*Salud I (Educación sexual y promoción de hábitos de vida saludable) <i>15 Febrero -Día Mundial contra el cáncer infantil</i>
Marzo	*Igualdad <i>8 Marzo -Día Internacional de la mujer</i>
Abril	*Salud II (Alimentación y prevención del consumo de drogas y otras adicciones) <i>7 Abril -Día Mundial de la Salud</i>
Mayo	*Conciencia Medioambiental
Junio	*Libertad

NOVIEMBRE: AMISTAD Y AMOR



Durante el mes de Noviembre hemos trabajado los valores de la amistad y el amor; pasando a continuación a describir ambos conceptos y a realizar una breve síntesis de algunas de las actividades a través de las cuales los hemos trabajado:

ACLARANDO CONCEPTOS.....

AMISTAD: Afecto personal, puro y desinteresado, compartido con otra persona, que nace y se fortalece con el trato.



Ser Amigo es interpretar miradas, entender silencios, perdonar errores, guardar secretos, prevenir caídas y secar lágrimas.

También es importante conocer la **diferencia que existe entre amigo y compañero**. Amigo es quien comparte tu vida contigo porque así lo quieres tú y en quien te confías plenamente, es alguien que necesitas a tu lado y te necesita pero donde no existe un sentimiento de pertenencia que se asocia más con el egoísmo. En cambio, un compañero es quien simplemente comparte contigo tus actividades de todos los días (estudiantil, laboral, deportiva).

Aunque la palabra compañero muchas veces no nos dice nada, el término compañerismo sí tiene una serie de matices que suponen una mayor implicación por parte de las personas. Significa involucrarse más con el otro, pensar en los demás y no sólo en uno mismo, colaborar con los demás y prestarles nuestra ayuda cuando sea necesario, etc.

El compañerismo también significa, en cierto modo, **tener un sentimiento de grupo y aportar nuestras experiencias, conocimientos y habilidades por el bien de ese grupo.**

Este concepto **implica una serie de valores**, entre los que podemos destacar:

- La generosidad
- Espíritu de cooperación
- La predisposición a aceptar otras ideas y opiniones
- Olvidar la vanidad y la soberbia.



Para ser un buen compañero hay que estar dispuesto a ayudar a aquel que lo necesite sin buscar constantemente una contrapartida por ello, estar dispuesto a enseñar y a aprender de los demás, hacer lo posible por integrar a aquí al que no lo esté, evitar los prejuicios, no fomentar la existencia de bandos o grupos enfrentados y no hablar a espaldas de los demás.

Conseguir un buen ambiente de compañerismo en cualquier entorno es la mejor manera de **que cualquier actividad sea mucho más agradable y que obtengamos mejores resultados académicos.**

Os dejamos algunas citas para que reflexionéis sobre el papel de la amistad y el compañerismo:

- + *Los amigos se convierten con frecuencia en ladrones de nuestro tiempo. -Platón.*
- + *Guarda a tu amigo bajo la llave de tu propia vida. -William Shakespeare.*



AMOR: Es un **sentimiento** de vivo afecto e inclinación hacia una persona a la que se le desea todo lo bueno. Además necesita y busca el encuentro y unión con otro ser.

¿Qué hace que una relación sea sana? Es de esperar que tú y tu pareja os tratéis bien mutuamente. Para ello, una relación debe cumplir las siguientes características:

1. **Respeto mutuo.** La cuestión es si tu pareja está contigo por quien tú eres. Debe escucharte y comprenderte. En una relación, el respeto significa que cada persona valora quién es el otro y entiende los límites de la otra persona.
2. **Confianza.** No es posible tener una relación sana si no confías en el otro.
3. **Honestidad.** La honestidad va de la mano de la confianza, porque es difícil confiar en alguien cuando tú no actúas con honestidad.
4. **Apoyo.** En una relación sana, tu pareja está a tu lado para ofrecerte su hombro cuando necesitas llorar y para celebrar contigo los buenos momentos.
5. **Justicia, igualdad.** También es importante que en tu relación haya un equilibrio entre dar y recibir. No se trata de llevar las cuentas y de asegurarse de que todo sea exactamente igual, desde luego. Pero la relación es equitativa.
6. **Identidades separadas.** En una relación sana, es importante que cada uno mantenga su identidad. Pero esto significa que no debes dejar de ser quien eres: mantener tus gustos, aficiones, grupo de amigos. Ninguno de los dos debería dejar de ver a sus amigos o abandonar las actividades que le encantan. Y también deberíais sentiros libres para desarrollar nuevos talentos o intereses, hacer nuevos amigos y seguir evolucionando; todo ello con el apoyo de nuestra pareja.
7. **Buena comunicación.** es importante preguntar si tienes dudas respecto a lo que quiere decir tu pareja y hablar sinceramente y abiertamente para evitar malentendidos. Nunca escondas tus sentimientos por miedo de que a tu pareja no le guste lo que puedas decir o por temor a parecer estúpido.



✚ *"El amor no mira con los ojos, sino que con la mente".--Shakespeare*

**ACTUACIONES DESARROLLADAS DENTRO DE ESTE PROYECTO
DURANTE EL MES DE NOVIEMBRE:**



1.- TALLER SOBRE RELACIONES DE PAREJAS SALUDABLES, impartido a los grupos de 3º de ESO y 1º de FPB por técnicos de la Asociación Tropos y financiado por la Diputación de Granada.

2.- TALLER SOBRE RELACIONES IGUALITARIAS Y SANAS ENTRE CHICOS Y CHICAS, impartido a los grupos de 2º de ESO por las técnicas del Centro Municipal de la Mujer de Montefrío.



3.- CONTENIDOS AFINES TRABAJADOS EN EL TEMA 1 DE EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA Y LOS DERECHOS HUMANOS EN 3º DE E.S.O.: Compañeros como agente de socialización, convivencia entre alumnos, bullying, violencia de género o convivencia en las familias.

4.- ACTUACIONES DE MEDIACIÓN EN CONFLICTOS ENTRE COMPAÑEROS Y AMIGOS/AS en diversos grupos clase, realizadas por los tutores y/o Orientadora del centro.

5.- TEMÁTICA TRABAJADA EN LOS TALLERES DE LECTURA DE 1º DE E.S.O., mediante la selección de lecturas sobre el amor y la amistad.

6.- Inicio del desarrollo del PROYECTO IGUALESCENTES, impartido por técnicos de la Diputación de Granada, para el alumnado de 1º de F.P.B.; donde se promocionan las relaciones igualitarias entre chicos y chicas a través de actividades como el teatro o la música.

6.- CAMPAÑA DE CONCIENCIA CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO



Durante el mes de noviembre se han realizado distintas actividades con motivo del Día Internacional contra la violencia hacia las mujeres. Una de estas actividades ha sido la elaboración de los murales que aparecen en la foto. En dicho mural ha colaborado el alumnado de Educación especial y otros alumnos de diversos cursos de la

ESO, a través del trabajo desarrollado por el Departamento de Lengua dentro de esta materia.

También participamos en la Concentración que tuvo lugar en la plaza del Ayuntamiento de Montefrío el miércoles 25 de noviembre.



En ella estuvieron presentes todos los alumnos del I.E.S. Hiponova y de 5º y 6º del C.E.I.P. La Paz. En esta concentración se leyeron algunos manifiestos escritos por alumnos del centro y otras personas exteriores a este. Como muestra de ello

transcribimos aquí la poesía que leyó Primitiva, la abuela de una de nuestras alumnas:

Hijo Mal tratador
maltratabas a tu Madre
muchas veces te veía
no podré olvidar lo que ella te quería.

No quiero decir nombres
ni te quisiera mentar.
Me acuerdo de las palizas
que pegabas a los demás.

Qué malas son las bebidas.
si no las sabes tomar.

Te faltas con la familia y
los maltratas sin piedad.

Eran los tiempos pasados
que no había igualdad.
Se maltrataba también
Y te tenías que callar.

Qué mala suerte la mía
lo que yo tuve que ver.
Vi como matabas a tu Madre
Y también a tu mujer

Los maltratas sin piedad.
Eran los tiempos pasados
que no había igualdad.
Se maltrataba también
y te tenías que callar.

Qué mala suerte la mía
lo que tuve yo que ver
vi como la matabas
Y también a tu mujer.

