

# Educación responsable: Primer año de implementación en la Fundación Síndrome de Down de Cantabria

Alejandro San Juan, María Millán, Mercedes Soler, Paz Elorza, Ada Afane.

*Los autores son profesionales del Centro Ocupacional de la Fundación Síndrome de Down de Cantabria, Santander.*

**EN RESUMEN** | Educación Responsable comenzó en Cantabria hace ya más de una década. En 2011 la Universidad de Cantabria realizó una evaluación pedagógica y de impacto psicológico, cuyos resultados revelaron que la Educación Responsable favorece la Inteligencia Emocional. Además, se detectaron menores niveles de ansiedad y una mejora en el clima escolar y en el rendimiento académico. Este año, durante el curso 2016-2017, la Fundación Síndrome de Down de Cantabria ha incluido este programa en su formación, aplicando los diferentes recursos que lo forman: Banco de herramientas, Literatura y emociones, ReflejArte y Coro de las Emociones.

**ABSTRACT** | The program "Educación Responsable" started in Cantabria more than a decade ago. An assessment performed by the University of Cantabria showed its pedagogic and psychological values, leading to an improvement of emotional intelligence. In addition, levels on anxiety were reduced, and the scholar environment and academic output were improved. During the last course 2016-2017, this program has been implemented in the Occupational Center of the Fundación Síndrome de Down de Cantabria, selecting the following domains: Banco de Herramientas, Literatura y Emociones, ReflejArte and Coro de Emociones. Preliminary results are discussed.

---

## INTRODUCCIÓN

**Educación Responsable** es un programa educativo que favorece el crecimiento físico, emocional, intelectual y social, así como la creatividad de las personas, además de promover la comunicación y mejorar la convivencia a partir del docente, alumnado y familias. **(Fundación Marcelino Botín)**

Con este programa se pretende que los jóvenes aprendan a conocerse y a confiar en sí mismos, comprendan a los demás, reconozcan y expresen emociones e ideas, desarrollen el autocontrol, aprendan a tomar decisiones responsables, cuiden su salud y mejoren sus habilidades sociales.

El programa ha sido sometido a una evaluación objetiva, arrojando resultados positivos en inteligencia emocional, asertividad y reducción del nivel de ansiedad.

Educación Responsable ha sido diseñado para ser desarrollado durante tres años, condición indispensable para que el centro sea acreditado y forme parte de la Red de Centros de Educación Responsable. De esta manera, recibirá formación, recursos educativos y seguimiento por parte de



Mural de ReflejArte

la Fundación Botín y la Consejería de Educación. El centro ocupacional de la Fundación Síndrome de Down de Cantabria pasaría a ser el primer centro acreditado de estas características (adultos con discapacidad).

En mayo de 2016, la Fundación Síndrome de Down de Cantabria (FSDC) fue elegida para participar en el programa de Educación Responsable de la Fundación Botín. Se presentó la candidatura a través de un vídeo (<https://www.youtube.com/watch?v=78jX45oC4GE>) y una carta del equipo directivo de la FSDC apoyando la candidatura. Una vez elegidos para participar en el programa se inició un proceso formativo:

- Reuniones informativas y formativas en la sede de la Fundación Botín.
- Selección de los profesionales que se especializarán en cada recurso.
- Formación presencial acreditada en la FSDC: se impartió formación específica sobre inteligencia emocional y desarrollo afectivo para los profesionales.
- Formación presencial acreditada en la sede de la Fundación Botín: se impartió formación específica de cada recurso del programa.
- Reuniones de Red de Centros: encuentros con otros centros participantes.
- Formación online acreditada para los responsables de los diferentes recursos.
- Seguimiento por parte de la Fundación Botín y proceso de evaluación por parte de la Universidad de Cantabria.

El periodo de formación finalizó en septiembre de 2016, dando lugar al comienzo del curso y a la implementación de los recursos.

## BANCO DE HERRAMIENTAS (TALLER DE ESCOLARES Y CENTRO OCUPACIONAL):

Este recurso está desarrollado a partir de los principios de la psicología positiva, la cual se centra en fomentar aquellas competencias del ser humano que promueven el bienestar personal y social.

Los recientes avances relacionados con los sentimientos, las emociones y la afectividad en general, adquieren una gran importancia ya que promueven y son la base de la maduración personal y además inciden directamente en el desarrollo de los comportamientos de cada individuo. Es importante recalcar que el ser humano constituye un sistema que está formado por subsistemas, de modo que cualquier déficit en alguno de éstos puede repercutir sobre el resto.

El Banco de Herramientas es un recurso basado en actividades que promueven el desarrollo de las competencias socio-emocionales del alumnado a través de soportes audiovisuales y técnicas de trabajo en grupo. Las herramientas con las que se trabaja son: vídeos (recortes de películas, publicidad,...), audios (canciones, poesía recitada,...), libros (cuentos, adivinanzas, poesía,...), y dinámicas grupales.

El recurso se desarrolla partiendo del interior de la persona hacia el exterior, hacia la sociedad. De este modo y ciñéndose a una estructura de tres trimestres por año escolar, se trabaja el desarrollo de componentes afectivos en el primer trimestre, el desarrollo de componentes cognitivos en el segundo, y el desarrollo de componentes sociales en el tercer y último trimestre. Dichos componentes engloban unas habilidades personales de protección hacia los factores de riesgo de los diferentes ámbitos de la vida cotidiana, como son la autoestima, capacidad empática, expresión emocional, capacidad de autocontrol, toma de decisiones responsable, valores saludables y pro-sociales, habilidades de interacción grupal, habilidades de autoafirmación y asertividad, entre otras.

Las dinámicas trabajadas han sido seleccionadas de un repertorio de 130 actividades, aproximadamente. Por la singularidad de nuestros jóvenes, se han adaptado a sus capacidades y motivaciones, priorizando el aprendizaje por encima de la conclusión de las sesiones. Las actividades parten de una comunicación horizontal, en la que todos los participantes pertenecen a un mismo nivel jerárquico, incluido los profesionales del centro. La propuesta que se nos hace desde la Fundación Botín es comenzar las sesiones con la estimulación visual y/o auditiva a través de vídeos y audios, continuar con un coloquio o puesta en común de los diferentes aspectos a tratar para expresar sentimientos, ideas y opiniones entre iguales, y finalizar con un juego en el que los chicos practiquen el aprendizaje adquirido en la dinámica y lo generalicen a otros contextos.

Nuestra experiencia ha sido muy enriquecedora, ya que el *feedback* de los chicos ha sido bastante bueno, participando activamente en todas las dinámicas y mostrando su alegría por el recurso. Analizando las habilidades pertenecientes al desarrollo afectivo, se ha llegado a las siguientes conclusiones.

A través de los debates hemos podido comprobar cómo su capacidad empática es bastante buena, si bien es cierto que las situaciones debían ser bien explicadas y puestas en contexto. En general son personas que se sensibilizan con los problemas de la sociedad, manifestando una gran generosidad y solidaridad. Además, muestran cierta tolerancia cuando compañeros u otras personas no se encuentran del todo bien, dándoles cierto margen. Respecto a su autoestima, podríamos decir que en general es buena, y se ve reflejada en unos valores firmes y en unas actuaciones coherentes con éstos. Son personas que confían en sus habilidades y sienten que pueden aportar algo a los demás. De esta manera, generalmente, no se sienten ni superiores ni inferiores a los demás.

La expresión emocional es la habilidad en la que hemos detectado más necesidades. Hay que decir que muestran capacidad de interpretar las emociones de los demás y las propias de una manera general; es decir, saben si lo que sienten es bueno o malo, pero necesitan apoyo para poner palabras a lo que sucede en su interior. La experiencia refleja que ellos tienen más facilidad para cubrir las necesidades emocionales de los demás que para expresar sus propios sentimientos. El proceso



Mural para ReflejArte



Dinámica grupal de banco de herramientas



Educación responsable. Reunión de padres



Dinámica del Coro de las Emociones

Recogida de instrumentos naturales. Actividad de ReflejArte (Valle del Nansa)

para mejorar dicha habilidad es lento, al igual que lo son para ellos el resto de procesos del ser humano, pero ya se está trabajando de una manera concreta y están comenzando a familiarizarse con las emociones y normalizando las expresiones emocionales (“me siento...”; “esto me hace sentir...”; ...) que, para su bienestar, deberán formar parte de su vida diaria.

Con respecto a las habilidades correspondientes al desarrollo cognitivo, se han detectado los déficits más importantes. En cuanto al autocontrol o autorregulación precisan de más ayuda, ya que el período de reflexión necesario después de un estímulo no se produce de manera inmediata, dando lugar a una conducta automática. En cualquier caso, en los elementos audiovisuales, cuentos y demás herramientas, se han trabajado aspectos fundamentales del autocontrol como son la atención, la contención, el “pensar antes de hacer” o las auto-instrucciones.

## REFLEJARTE

**ReflejArte** es un recurso educativo que vincula las artes plásticas con la educación emocional, social y la creatividad; es decir, los jóvenes expresan emociones, sentimientos y opiniones a través del arte.

ReflejArte propone un trabajo dividido en tres etapas: un *antes*, un *durante* (la sesión en la exposición) y un *después* de la sesión.

Para empezar el recurso se realizó una actividad de motivación previa que consistió en una caminata desde Cosío hasta Puentenansa donde, además de observar el bonito otoño de Cantabria, tenían que encontrar una herramienta natural para después dibujar un animal. Esta actividad resultó muy motivadora y divertida.

### *Antes de la sesión:*

Se proyectaron vídeos y fotografías de la obra del artista. A través de preguntas se fue investigando y observando la obra escogida:

- ¿Qué vemos?, ¿Qué está pasando en esta obra?
- ¿Qué querrá transmitir el artista?, ¿Por qué crees que el artista...?
- ¿Cómo lo hace el artista y por qué?
- ¿Qué sentimos?



Actividad de ReflejArte

### *Durante la sesión:*

Esta actividad se realizó en la sala de exposiciones. Allí se expusieron ideas, se expresaron emociones, se compartieron dudas, etc., siempre de manera desenfadada y divertida, pero ordenada.

En esta sesión de trabajo los alumnos debían:

- Identificar y reconocer las propias emociones y las de los demás a través del arte.
- Ponerse en el lugar del artista: identificar, expresar emociones y conocer los conceptos que quiere transmitir con su obra.
- Desarrollar habilidades de interacción social, trabajando en equipo, dialogando y participando en una actividad creativa.

Para los jóvenes fue más difícil reconocer y asociar las emociones o sentimientos expresados en la obra, ya que hubo que ejemplificar y aclarar la intención de la artista.

### *Después de la sesión: somos creativos*

En esta tercera etapa, a partir de las experiencias vividas, es donde los participantes dan rienda suelta a su creatividad con la ayuda de su imaginación y emociones.

El trabajo de creación tiene dos vertientes muy relacionadas entre sí y que sirven para reforzar la expresión emocional y creativa: la empatía y las habilidades de interacción.

A través de una lluvia de ideas, a uno de los jóvenes se le ocurrió utilizar la canción “Ska de la tierra” de la cantante Bebe y, a partir de esa canción, se fue orquestando la performance “Madre Tierra” (<https://www.youtube.com/watch?v=fdonVc8Fp4Y>).

A modo de conclusión, durante el desarrollo del recurso, los jóvenes se mostraron participativos y activos en sus distintas fases. ReflejArte ha ayudado a que los jóvenes mejoren su capacidad empática a través de la identificación de algunas sensaciones y sentimientos del artista, pudiendo experimentarlos personalmente. El hecho de poder representar su propia obra, ha supuesto además un refuerzo en su autoestima.

---

## **LITERATURA, EMOCIONES Y CREATIVIDAD (CENTRO OCUPACIONAL)**

Este recurso consiste en utilizar un libro como factor motivacional e hilo conductor de una serie de dinámicas muy estructuradas, dirigidas a la consecución de un mejor conocimiento de uno mismo y al desarrollo personal de las habilidades emocionales, sociales y de la creatividad.

Para un determinado nivel se proponen varios libros, entre los que se elige el más adecuado, ya sea por sus características personales, sus intereses o por el objetivo prioritario que se quiera trabajar con

ellos. Cada uno de estos libros consta de una guía de trabajo en la que se proponen una amplia serie de actividades, cada una de las cuales está especialmente diseñada para trabajar 3 ó 4 objetivos concretos.

El libro que se eligió este año se centra en objetivos como la empatía, la identificación y la expresión emocional, las habilidades de interacción social, las habilidades de oposición asertiva, la toma responsable de decisiones, la autoestima, etc., que se van trabajando de distintas formas a lo largo de la lectura del libro. Una de las características de las distintas actividades es que no es necesario nombrar el objetivo que se está trabajando, simplemente se pone en práctica. El profesional que aplica el recurso sabe qué objetivo trabaja, pero la persona que está realizando la actividad no tiene por qué saber el nombre de esa habilidad que está adquiriendo.

Las actividades a realizar se estructuran, al igual que el recurso de reflejarte, en tres etapas: antes, durante y después.

Se empezó con un par de sesiones introductorias sobre el recurso en sí de Literatura Emociones y Creatividad, y el autor e ilustrador del libro con el que se iba a trabajar.

Cada una de las sesiones se caracterizó por la lectura de un fragmento del texto, en el que a partir de la identificación con las emociones que sienten los personajes, los jóvenes del centro ocupacional debían identificar cuáles son sus emociones en esa situación y cómo podrían transmitir lo que sienten a otras personas a través de la adquisición de vocabulario emocional, y habilidades de interacción, así como el desarrollo de la empatía de cara a comprender mejor lo que sienten sus compañeros.

La diversidad de niveles lectores no supuso ningún impedimento para la participación de algunos jóvenes y para la realización de las actividades en general, ya que éstas fueron adaptadas teniendo en cuenta las diferencias individuales.

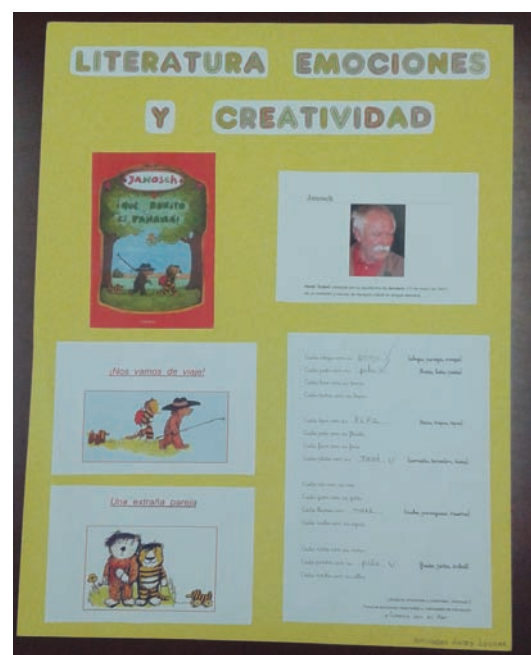
El recurso finalizó con unas actividades cuyo objetivo era hacer ver a los alumnos todo lo que se puede trabajar a partir de un libro y la multitud de libros existentes.

## LECTURA Y EMOCIONES (TALLER DE ESCOLARES)

Lectura y emociones mantiene los fundamentos de Literatura, Emociones y Creatividad, pero en este caso dirigidos a la etapa pre-lectora, por lo que no es imprescindible el dominio de la lectura.



Vídeo de literatura, emociones y creatividad”



Libro “Trabajando en literatura, emociones y creatividad”



Actividad de LEE

El recurso cuenta con un personaje, *El Mago de la Palabra*, que hace la función de mediador, el cual es el encargado de acercar la lectura a los alumnos. La figura de El Mago de la Palabra es fundamental en el desarrollo del recurso a lo largo de sus tres años de duración.

A partir de la lectura en común de un libro, la historia entera, no en fragmentos, se va produciendo la identificación de los niños con el protagonista y lo que siente en cada situación.

Cada actividad a realizar retoma una de las situaciones por las que pasa el protagonista para que los niños puedan vivenciarla de una forma más personal, identifiquen mejor sus emociones y adquieran un vocabulario emocional básico.

Es muy importante en este taller la realización de un emociómetro ligado a un sistema de préstamo de libros. Un emociómetro es un soporte visual en el que los niños y sus familias reflejan las emociones que han sentido cuando han leído el libro en casa.

La colaboración de la familia es muy importante, no sólo para crear el hábito lector, sino también, y de forma prioritaria en este proyecto, para crear unas buenas estrategias comunicativas entre todos los miembros de la familia.

Al finalizar el recurso se ha podido comprobar que los alumnos han quedado motivados por la lectura. La escucha activa, la imaginación, la ilusión, la responsabilidad y el respeto son algunos de los factores que han estado presentes a lo largo de todas las sesiones.

## EL CORO DE LAS EMOCIONES

El Coro de las Emociones es un recurso educativo diseñado para desarrollar, por medio del canto en grupo, las competencias emocionales, sociales y creativas que constituyen el objetivo del programa *Educación Responsable* de la Fundación Botín. Se trata de un recurso musical progresivo ideado para ser implementado durante seis sesiones de trabajo (semanas), que culminan en una actuación final.

El Coro de las Emociones se centra en el canto coral, entendido como una actividad atractiva, asequible y enriquecedora para todos, con independencia de las dotes vocales o musicales de cada cual.



Salida a la exposición de Joan Jonas en la Fundación Marcelino Botín (ReflejArte)

Este recurso se ha aplicado durante el último trimestre en el Centro Ocupacional, con sorprendentes resultados. Se han llevado a cabo varias sesiones, casi todas los viernes, con la totalidad de los jóvenes del centro ocupacional, que se han mostrado motivados y se han implicado muchísimo en todo momento.

Cada sesión comenzaba con un “despertar”, en el que se realizaba un calentamiento corporal y vocal a través de diversas actividades. Posteriormente se ensayaba la canción a aprender (son tres en total), repartiendo a cada coralista la letra de la canción y escuchándola varias veces. Cada sesión finalizaba “en positivo”, dialogando con los jóvenes acerca de lo que sentían, si les había gustado o no la pieza, etc.

Además del aprendizaje musical, todos también han tenido que aprender unas sencillas coreografías que acompañan a cada pieza.

Aunque las sesiones están ya estructuradas desde la Fundación Botín, en el Centro Ocupacional hemos tenido que adaptarlas a nuestras necesidades.

También las familias han participado en todo el proceso, ya que los chicos se han llevado las melodías a casa para poder escucharlas y ensayarlas, y en algunos casos se han llevado incluso la partitura. Además de esto, los familiares han respondido a una encuesta musical en la que se preguntaba si había algún músico en la familia, si en alguna ocasión cantaban juntos, etc.

Ha sido importante, además, el introducir a los jóvenes en el mundo coral: saber realizar correctamente las entradas y salidas al escenario, colocarse en la posición correcta, mantener una postura y actitud adecuadas, mirar al director, etc. Para ello, además de recibir las indicaciones pertinentes, han visualizado actuaciones de coros profesionales.

El recurso finalizará con una actuación ante el público en la que los jóvenes tendrán que interpretar las canciones como un coro profesional. Las familias también participarán cantando junto a ellos una de las piezas aprendidas durante el trimestre.

Lo cierto es que los profesionales que hemos participado en este recurso estamos gratamente sorprendidos con la respuesta de los jóvenes. Su actitud en todas las sesiones ha sido impecable. Han aprendido las piezas y las coreografías, demostrando entusiasmo y profesionalidad. Incluso alguno que habitualmente no quiere actuar en público, lo está haciendo y además disfrutando como nunca. Esperamos seguir aplicando este recurso en años sucesivos con tanto éxito como en esta ocasión.



Actividad del recurso LEE. Cuento de Nadarín