



# *Stories*

[Aprendizaje-servicio]

## ÍNDICE

### **AFRONTADO LA BRECHA DIGITAL DE LAS PERSONAS MAYORES**

STORY 1. “Multiplicadores de nuevas tecnologías” [Miembros del Grupo GAS y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, 2013-2016]

### **PROMOCIÓN DE LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL, SOCIAL Y SIGNADA**

STORY 2. “Nos comunicamos, aunque no queramos”. [Grado de Educación Social-ULE [2012/13]

STORY 3. “El desnudo emocional”. [Estudiantes de Grado de Educación Social-ULE ULE en colaboración con la Cátedra de envejecimiento en todas las edades [2013/14]

STORY 4. “El buen uso de la razón depende de las emociones”. [Miembros del grupo GAS y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, 2013]

STORY 5. “La Competencia social en jóvenes y mayores”. Miembros del grupo GAS y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, 2013]

STORY 6. “Metodología Aprendizaje-Servicio en Inteligencia Emocional y Competencia Social”. [Proyecto de Innovación Docente del Grupo GAS, 2014]

STORY 7. Actividad experiencial establecida desde el curso 2013 en la asignatura “Introducción a la Lengua de Signos” de 4º curso de la titulación de Educación Social [2012-2017-2018]

STORY 8. “I Jornadas de Sensibilización sobre la comunidad sorda”. [Estudiantes del Grado de Educación Social-ULE en colaboración con la Cátedra de envejecimiento en todas las edades [2018/19]

STORY 9. emocionARTE EN TIEMPOS DE PANDEMIA [2020/21]

## **INTELIGENCIA GENERACIONAL PARA COMBATIR EL AGEISMO**

STORY 10. "Memoria y Movimiento" [Estudiantes de FCAD-ULE] [2003/2009]

STORY 11. "Jubilación sabia". Profesores universitarios jubilados comparten sus conocimientos. [Estudiantes de Educación Primaria (Mención Educación Física)-ULE y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, [2012/13]

STORY 12. "Haciendo lo mejor": Programa de Filosofía para mayores. [Estudiantes de Filosofía y Letras-ULE y de la "Cátedra de envejecimiento en todas las edades" [ 2013-15]

STORY 13. "Encuentros entre comarcas y generaciones" [Miembros del grupo GAS y de la cátedra extraordinaria de envejecimiento en todas las edades, 2013 a la actualidad]

STORY 14. "Participación de universitarios en actividades de la comunidad" [2008-2015-2017]

STORY 15. "Protocolo de una actuación multigeneracional en ámbito universitario" [Proyecto de Innovación Docente del Grupo GAS, 2016]

STORY 16. "Experiencias educativas contra el *ageismo* en el marco del CEI TRIANGULAR-E3" [Proyecto de Innovación Docente del Grupo GAS, 2017],

STORY 17. Solidaridad intergeneracional en tiempo de pandemia [2020-2021]

## **DESARROLLO Y RESTABLECIMIENTO DE VÍNCULOS AFECTIVOS EN TODAS LAS EDADES**

STORY 18. "Érase un aprendizaje servicio para trabajar los vínculos afectivos a través de los cuentos."

## Presentación

Las *stories* que se recogen aquí han sido impulsadas por docentes que conforman actualmente el Grupo de Innovación Docente “GAS” de la Universidad de León, cuyas siglas se corresponden con “Grupo Aprendizaje-Servicio”.

El grupo GAS es un grupo multidisciplinar que se formaliza en 2014 para el estudio de buenas prácticas en el cuidado de sí. Las líneas de actuación prioritarias tienen que ver con: 1. la promoción de la inteligencia generacional para combatir el *ageismo*; 2. La promoción de la comunicación emocional, social y en lengua oral y signada y; 3. La brecha digital en la vejez

Las *stories* descritas en el documento se corresponden con experiencias docentes implementadas por los docentes del grupo GAS en las asignaturas que imparten en los Grados. También las experiencias son resultados de los proyectos de Innovación Docente promovidos por la Cátedra de Envejecimiento en todas las edades de la Universidad de León y la Escuela de Formación de esta universidad.

Una seña de identidad del grupo GAS es la incorporación del aprendizaje experiencial y la metodología aprendizaje-servicio en su tarea docente. Esta metodología es versátil por lo que es apreciada en contextos formales e informales y para aprendizajes tecnológicos y cívicos de estudiantes universitarios. Las actividades que describen aquí no son actividades extracurriculares, sino que están insertadas en la guía docente de asignaturas de Grado o Máster.

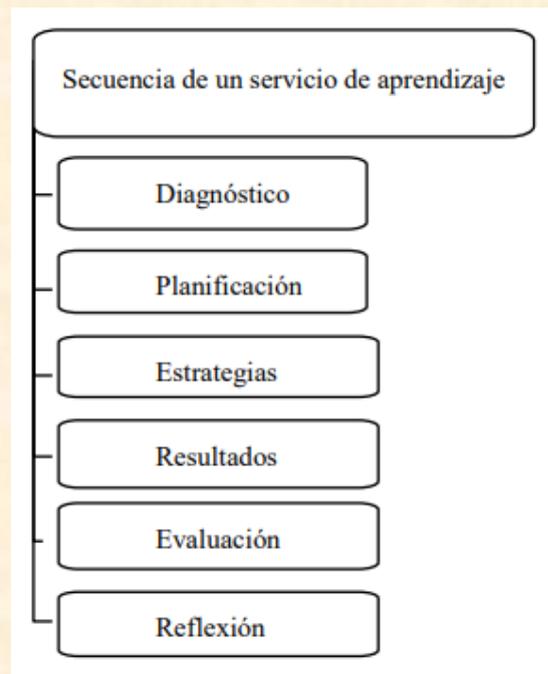
¿Qué es aprendizaje-servicio?

El aprendizaje-servicio es una metodología que combina el aprendizaje académico y la formación para ser un buen ciudadano. Este tipo de metodología permite una interacción más fluida entre el mundo académico y la sociedad de modo que el discurso de “tender puentes entre ambos mundos” es cambiado por otro más apropiado como “los centros educativos son una pieza más de la comunidad”.

El aprendizaje experiencial que proporciona el A-S tiene como objetivo ofrecer la participación del estudiante en la vida pública. El estudiante participa y se implica en un proyecto complejo que surge y se desarrolla en el mundo real, por lo que se trabajan aprendizajes que difícilmente se dan en contextos de aprendizajes simulados en las aulas. Una de las grandezas de esta metodología es que despierta la sensibilidad frente a problemáticas sociales, que a menudo

son creadas por el propio sistema, de temas tan dispares como el cambio climático, migración, brecha digital o el *ageismo*.

La metodología aprendizaje-servicio propicia múltiples contextos en los que desarrollar las competencias curriculares y actitudinales en tiempo real en un ambiente real, fuera de las aulas y la simulación. Este tipo de aprendizaje está planificado en base a la siguiente secuencia:



En las páginas siguientes se describen las experiencias desarrolladas en el marco de las tres líneas principales de investigación en las que trabaja el grupo GAS:

- ✓ Afrontado la brecha digital de las personas mayores
- ✓ La promoción de la comunicación emocional, social y signada
- ✓ Inteligencia generacional para combatir el ageismo

Nota: las *stories* se están descritas en orden cronológico y líneas de trabajo

# STORY 1. ANTECEDENTES DEL GRUPO GAS

## Creación de la Asociación juvenil, CLAVILEÑO" [1998/2007]

[Esta iniciativa es impulsada por la responsable del Grupo de Innovación Docente de la Universidad de León-GAS (Grupo-Aprendizaje-Servicio).

Esta *story* se considera es el punto de partida de la formación del Grupo "GAS"]. En 1998 Carmen Requena la directora de "Odón Alonso", primer Centro Intergeneracional de Castilla y León, atienden a niños, adolescentes y jóvenes con dificultades en los estudios y personas mayores en modalidad de estancia diurna. A los estudiantes se les inculca una cultura del esfuerzo para superar el fracaso escolar y de la responsabilidad hacia sí mismos y la comunidad. Entre las actuaciones destaca la creación de la Asociación Juvenil Clavileño que tiene por objeto la reunión de los jóvenes que acuden al Centro para planificar el tiempo de estudio y actividades de ocio para ellos mismos y sus iguales. Los jóvenes se sienten comprometidos con esta iniciativa a la vez que descubren el lado amable de la responsabilidad al revertir las horas dedicadas en la Asociación en reconocimiento social, familiar y el suyo propio.

**Notas de prensa** de actividades promovidas por jóvenes de la Asociación Juvenil *Clavileño*

Diario de León 24/12/1998

ABC 10/04/1998

Ocio alternativo

Ocio alternativo

# Notas de prensa "actividad lectura ininterrumpida del Quijote"

Diario de León 15/04/1998

72/CULTURA. Diario de León

La lectura del libro de Cervantes, eje de las actividades de las «24 horas de ocio alternativo»

## «El Quijote» abandera una ambiciosa iniciativa para promover el ocio alternativo

LEÓN. Xpam.

«El Quijote, la inimitable obra de Cervantes, será el eje de una iniciativa que se inicia ahora, cuando para que los jóvenes aprendan a leer pero sobre todo a leer, se promueve una actividad alternativa de ocio que, en momentos, se desconecta de la lectura de la obra de Cervantes».

La Asociación Juvenil «Clavileño», que trabaja para el ocio alternativo en la ciudad de León, ha organizado una iniciativa que se inicia el día del libro, el 22 de abril, para llevar a cabo una actividad alternativa de ocio que, en momentos, se desconecta de la lectura de la obra de Cervantes.



24 HORAS

- **Mañana, 22 de abril.** Comienza la lectura ininterrumpida del Quijote durante 24 horas.
- **De 12,30 a 13,30 horas.** Taller de introducción, talleres, recitados (de 12 a 13 años).
- **De 13,30 a 14,30 horas.** Coloquio sobre el Quijote y el papel de los jóvenes en el mundo actual.
- **De 14 a 15 horas.** Actividad musical. Intervención de la Banda Municipal de Música de León.
- **De 15 a 16 horas.** Triángulo de teatro y teatro en el Pabellón del Banco de San Esteban.
- **De 16 a 17 horas.** Triángulo de teatro y teatro en el Pabellón del Banco de San Esteban.
- **De 17 a 18 horas.** Triángulo de teatro y teatro en el Pabellón del Banco de San Esteban.
- **De 18 a 19 horas.** Desayuno.
- **De 19 a 20 horas.** Desayuno.
- **De 20 a 21 horas.** Desayuno.
- **De 21 a 22 horas.** Desayuno.
- **De 22 a 23 horas.** Desayuno.
- **De 23 a 24 horas.** Desayuno.

El Quijote, la inimitable obra de Cervantes, será el eje de una iniciativa que se inicia ahora, cuando para que los jóvenes aprendan a leer pero sobre todo a leer, se promueve una actividad alternativa de ocio que, en momentos, se desconecta de la lectura de la obra de Cervantes.

El Quijote abandera el ocio

El Mundo 20/04/1999

## 24 horas leyendo «El Quijote» conmemoran el día del libro

La Asociación Juvenil «Clavileño» organiza por segundo año la lectura ininterrumpida de la obra de Cervantes

EL CASTELLANO LEÓN.— La Asociación Juvenil «Clavileño» presenta por segundo año la lectura ininterrumpida de «El Quijote» durante 24 horas, el día del libro, el 22 de abril, y que, tradicionalmente, será una lectura ininterrumpida de «El Quijote» durante un día completo.

La organización de la Asociación «Clavileño», Carmen Bergueta, tras realizar un estudio de la actividad alternativa de ocio para los jóvenes, requiere que se realicen actividades que permitan a los jóvenes aprender a leer y a leer, pero sobre todo a leer, se promueve una actividad alternativa de ocio que, en momentos, se desconecta de la lectura de la obra de Cervantes.



Proyectos de futuro

«Clavileño» presentará la lectura ininterrumpida de «El Quijote» durante 24 horas, el día del libro, el 22 de abril, y que, tradicionalmente, será una lectura ininterrumpida de «El Quijote» durante un día completo.

24 horas leyendo el Quijote

Diario de León 14/04/2003



## El Quijote llega al Auditorio

Este escenario acogerá por primera vez la lectura ininterrumpida del texto de Cervantes el próximo 22, coincidiendo con el Día del Libro

LEÓN. Xpam.

Para la quinta edición de esta actividad literaria, que está patrocinada por el Ayuntamiento de León y la Universidad de León (ULE) y la Asociación Juvenil «Clavileño», se han seleccionado aquellos capítulos más apropiados de esta inimitable obra, con el fin de hacerla más atractiva para los jóvenes.

El acto de la lectura ininterrumpida de Cervantes dará comienzo el día 22 a partir de las 12,30 horas y finalizará a las 24 horas.

El quijote llega al auditorio

22/04/2003

Diario de León.es Cultura

## Todo un día con el Quijote

EP - LEÓN. EP 22/04/0003

El Auditorio Ciudad de León acogió por primera vez la nueva edición de la lectura ininterrumpida de «El Quijote» que bajo el lema «Venturoso lector» se celebró el día del libro, el 22 de abril, como informó en el día de ayer la concejala de Educación del Ayuntamiento de León, Inés Prada, «ya que más parece el escenario más idóneo», afirmó.

Para la quinta edición de esta actividad literaria, que está patrocinada por el Ayuntamiento de la ciudad en colaboración con la Universidad de León (ULE) y la Asociación Juvenil «Clavileño», se han seleccionado aquellos capítulos más apropiados de esta inimitable obra con el fin de hacerla de un modo más atractivo, según informó Prada. El acto de la lectura ininterrumpida de Cervantes dará comienzo a las 12,30 horas y finalizará a las 24 horas de lectura de «El Quijote» «serán obsequiados con un regalo», e incluso podrán optar a un premio final que se realizará por concurso. Entre las dadas destacan un ejemplar de esta clásica de la literatura española y universal, una camiseta con las figuras de don Alonso Quijano y Sancho Panza o un marcapulsos, entre otros.

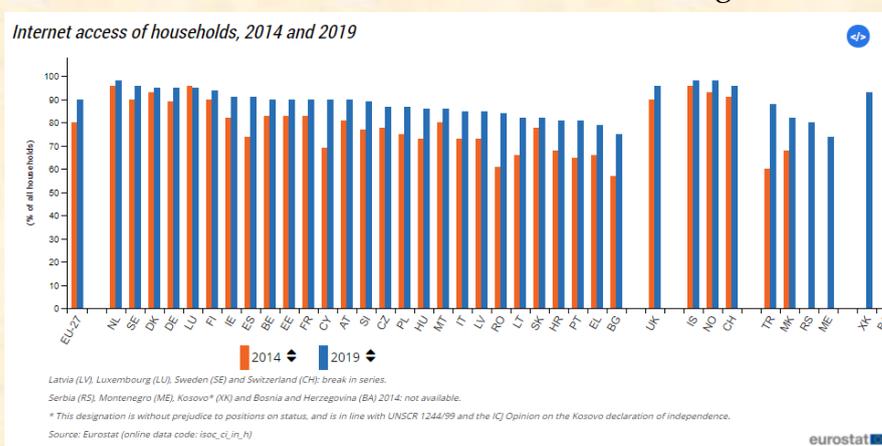
Todo el día con el Quijote

## Primera Línea de trabajo

### Afrontado la brecha digital de las personas mayores

Las personas mayores forman parte de una parte de la población que tienen dificultades para acceder y usar tecnologías digitales lo que dificulta que no puedan aprovechar los beneficios de los avances en la digitalización para permanecer en el domicilio hasta el final de la vida.

Según [datos obtenidos de Eurostat](#), casi la mitad de las personas entre 65 y 74 años que acceden a internet tienen escasas habilidades digitales.



Existe una brecha digital que afecta especialmente a las personas mayores que ha provocado que situaciones excepcionales se haga más evidente. En todo caso, no es todo negativo pues se ha observado que con la situación de confinamiento muchos son los que están empezando a dar pasos para digitalizarse a través de teléfonos inteligentes.

Ver video



[Resistencia a la tecnología personas mayores](#)

En todo caso, no es todo negativo pues se ha observado que con la situación de confinamiento muchos son los que están empezando a dar pasos para digitalizarse a través de teléfonos inteligentes.

Ver video



[Tecnologías amigables para personas mayores](#)

## STORY 1. “Multiplicadores de nuevas tecnologías” [Miembros del Grupo GAS y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, 2013-2016]

Docentes del grupo GAS participan en diferentes convocatorias de la Cátedra de Telefónica de la Ule dirigidas a educar en competencias digitales a las personas mayores. En particular, el grupo se propone desarrollar aplicaciones para uso específico de personas mayores relacionadas con el entrenamiento de la memoria y redes sociales.

Título: «Envejecimiento: incorporación y diseminación de herramientas tecnológicas en programas de tercera generación, 2012

<https://catedratelefonica.unileon.es/proyectos/>

**Proyecto multiplicadores**  
desarrollado por

QUÉ ES LA CATEDRA | **ENVEJECIMIENTO PARA TODAS LAS EDADES** | INVESTIGACIÓN

BOLSA DE EMPLEO | SIXTY+ | CORREVEIDILE  
EJERCICIOS | ESTADÍSTICAS | JUEGOS  
CREDITOS TRANSFERIDOS (Service Learning) | BLOGS DE COMARCAS

Financiado por: MINISTERIO DE EDUCACIÓN, UNIVERSIDAD DE LEÓN, Telefónica, tutambien.es

[Ver proyecto Multiplicadores](#)

Este proyecto se enmarca en una de las líneas de investigación de del grupo GAS que tiene que ver con la brecha digital y generacional en el marco del A-S.

La sociedad del S. XXI se caracteriza por el uso de las tecnologías en la vida

ordinaria. Este hecho abre la posibilidad de mayor acceso al ocio y las redes sociales. Sin embargo, hay claramente una brecha digital motivada por las dificultades de acceso a internet y del manejo de la tecnología entre las personas mayores que consolida la falta comunicación entre generaciones extendiéndose la brecha entre los diferentes grupos de edad.

Con esta línea de trabajo nos proponemos desarrollar actuaciones que contribuyen a hacer amigables las tecnologías entre las personas mayores mediante actividades que pongan el foco en la utilidad de éstas en la vida diaria y para evitar el aislamiento social.

Miembros del grupo GAS, Centros de Día I y II, Ayuntamiento de Ponferrada, la Cátedras de Envejecimiento en todas las edades y Telefónica de la Ule, alumnos del Grado de Educación Social y de Ingeniería Informática, participan en la iniciativa: "Multiplicadores de nuevas tecnologías".

La Cátedra de Telefónica de la Ule, proporciona 3 becas (Roberto Santalla, David Vicente y David Mañanes) para estudiantes de Ingeniería informática con el objeto de desarrollar herramientas web para mejorar la memoria de personas mayores.

Además, alumnos de 1º y 3º curso de Educación Social matriculados en las asignaturas "Psicología del desarrollo" e "Inteligencia emocional y competencia social", dedicaron 1 crédito y medio de su formación, a familiarizarse con el juego "Memorió" y manejo de la red social "sixty+" a personas mayores de los centros de día de León y Ponferrada:

Los estudiantes visitaron los centros de mayores y los mayores visitaron a los estudiantes en las aulas. En los siguientes enlaces se visualizan algunas de las secuencias del proyecto "Multiplicadores de nuevas tecnológicas".

- **Sorteo de parejas de jóvenes y mayores para la enseñanza de tecnología**



## Video sorteo

**Vídeos que recogen la reflexión de la experiencia por parte de los alumnos.**

Creencias de los jóvenes de personas mayores de la universidad de la experiencia

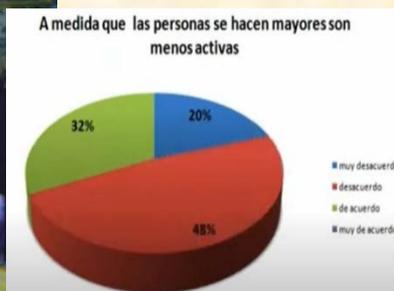


Creencias negativas de jóvenes sobre mayores



Creencias positivas de jóvenes sobre mayores

Superar estereotipos con mayores digitalizados



Superar estereotipos con mayores digitalizados

Recursos tecnológicos que los estudiantes de la Universidad de León del Grado de Ingeniería informática desarrollan para personas mayores y que estudiantes del Grado de Educación Social enseñan a las personas mayores de los Centros de Día de León.

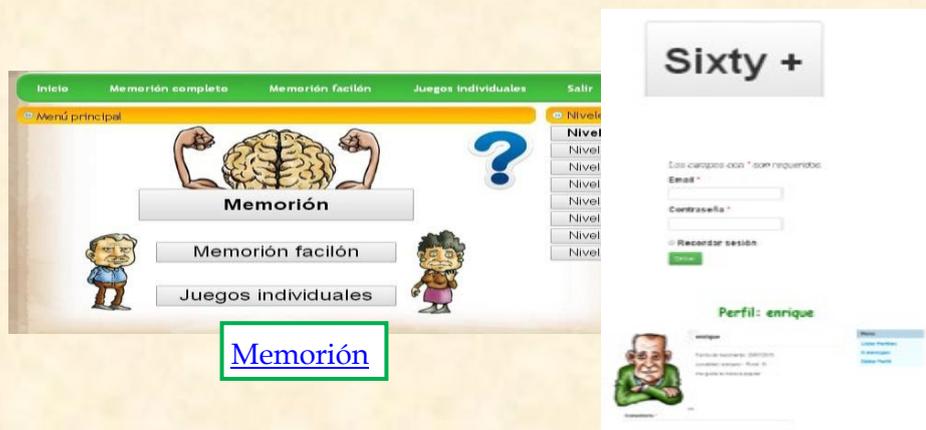
<https://catedratelefonica.unileon.es/proyectos/>



[Blogs Comarcas \(unileon.es\)](https://blogs.comarcas.unileon.es)

[Correvidile](https://correvidile.unileon.es)

En este enlace se puede acceder al producto final que consistió en el juego del Memori3n (para entrenar la memoria online).



[Memori3n](https://catedratelefonica.unileon.es/proyectos/)

[sixty+](https://sixty+.unileon.es)

Link a convocatoria <https://catedratelefonica.unileon.es/proyectos/>

## Nota de prensa de los resultados de la experiencia tecnológica:



[Haz click para ver la nota de prensa](#)

## Fotos en los centros de día donde se llevaba a cabo la enseñanza de jóvenes a mayores:



[Haz click para ver las fotos](#)

## Publicación:

Requena C., Pastrana I y Salto F. (2012). *Multiplicadores de nuevas tecnologías*. Cuadernos de la Cátedra Telefónica, ISSN 2254-951X, N°. 1, 2012 (Ejemplar dedicado a: TIC y envejecimiento de la sociedad), 15-26



[Haz click para leer el artículo](#)



**“Premio a las soluciones innovadoras para la mejora de la Calidad de Vida”, otorgado por el Campus Excelencia Triangular-E3, 2015**

Miembros del grupo GAS y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades fueron premiados por el compromiso con la alfabetización tecnológica y la repercusión en la calidad de vida de las personas mayores. Ver enlace a los recursos tecnológicos creados

Convocatoria

<https://www.clustersivi.org/2015/08/09/convocatoria-2015-de-los-premios-a-las-soluciones-innovadoras-para-la-mejora-de-la-calidad-de-vida-del-cei-triangular-e3/>

Entrega de premios

<https://www.ubu.es/noticias/entregados-los-premios-las-soluciones-innovadoras-para-la-mejora-de-la-calidad-de-vida>

## SEGUNDA LINEA DE TRABAJO DEL GRUPO GAS PROMOCIÓN DE LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL, SOCIAL Y SIGNADA

El Grupo GAS imparte docencia en asignaturas como “Inteligencia Emocional y Competencia Social”, “Introducción a la Lengua de Signos”, “Educación en Valores”, en los Grados de Educación Social que promueven buenas prácticas de educación inclusiva en comunicación no verbal emocional, social y signada.

Las *stories* que se narran en este apartado han sido propuestas por estudiantes universitarios del Grado de Educación Social después de captar las necesidades sentidas de población vulnerable que conocen a partir de las prácticas curriculares. Es llamativo que muchas personas de colectivos vulnerables tienen en común la falta de habilidades en comunicación emocional y social.

Además, también se incluyen entre las *stories* experiencias con personas sordas, colectivo con importantes problemas de inclusión social por usar una lengua minoritaria. Los estudiantes comprueban en primera persona como la personas que se comunican en lengua de signos necesitan un intérprete del que, en muchas ocasiones. A menudo, tienen que hacer consultas personales a profesionales del ámbito social y sanitario que desconocen la lengua de signos y necesitan un intermediario familiar o profesional para hablar de temas íntimos.

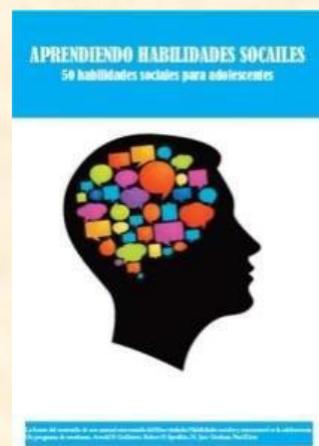
## STORY 2. “Nos comunicamos, aunque no queramos”. [Grado de Educación Social-ULE, [2012/13]

Esta experiencia educativa se lleva a cabo con estudiantes de la primera promoción del Grado de Educación Social (2010/2014) en la asignatura “Inteligencia emocional y competencia social” de tercer curso. Basándose en la obra de Miguel Costa Cabanillas, los alumnos elaboran diferentes cuadernillos en el que sistematizan cómo entrenar habilidades sociales con niños y adolescentes. Además, proponen un menú de habilidades sociales imprescindibles para ser un buen Educador Social.

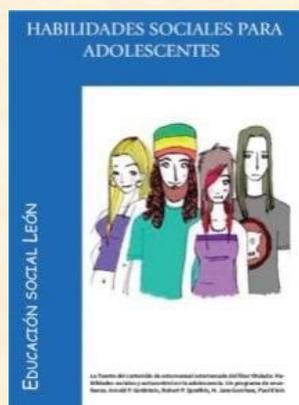
Las relaciones interpersonales se regulan por leyes implícitas que nos permiten aprender e identificar si lo que hacemos o decimos, es o no efectivo para lograr lo que pretendemos. Conocer estas leyes, así como dominar las estrategias y principios que la conforman y ponerlos en práctica, denotan en los sujetos un alto nivel de competencia social.



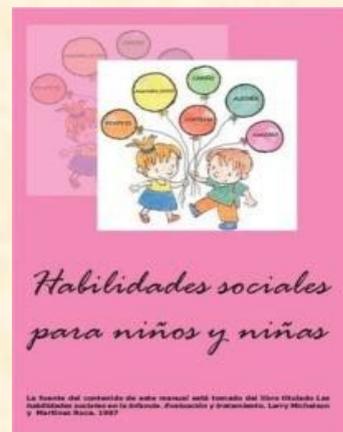
[Haz click para ver la obra completa](#)



[Haz click para ver la obra completa](#)



[Haz click para ver la obra completa](#)



[Haz click para ver la obra](#)

Además, los alumnos grabaron un video ilustrativo de cómo guiar las primeras sesiones de un programa de entrenamiento de habilidades sociales para adolescentes con conductas socialmente desviadas:



[Role-playing de sesión de habilidades sociales por alumnos de la promoción 2012/16](#)

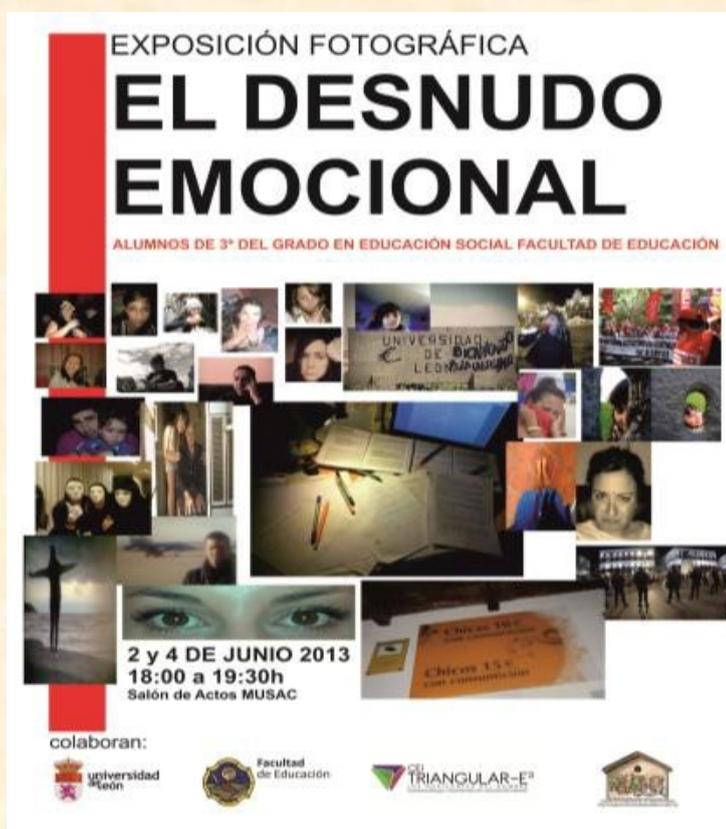
Alumnos promoción 2012/16 en charla “catálogo de recursos de servicios sociales”



STORY 3. “El desnudo emocional”. [Estudiantes de Grado de Educación Social-ULE ULE en colaboración con la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, [2013/14]

Los alumnos de la promoción 2011/2015 que cursan la asignatura “Inteligencia Emocional y Competencia Social” del Grado en Educación Social, se propone esta campaña en el MUSAC con el doble objetivo de dar a conocer la figura del Educador Social y sondear el grado de alfabetización emocional en la población general.

Cartel de la campaña de sensibilización



[Actividad programada por la promoción 2011/15](#)

Foto de estudiantes y docentes implicados en el desarrollo de la experiencia



[Haz click en la foto para agrandarla](#)

El material audiovisual para la encuesta fue elaborado por los estudiantes. Enlace a videos que contienen fotografías de emociones capturadas en la vida ordinaria de los alumnos de 3º de Educación Social:

[VÍDEO 1](#)

[VÍDEO 3](#)

[VÍDEO 5](#)

[VÍDEO 2](#)

[VÍDEO 4](#)

[VÍDEO 6](#)

Foto de momentos de la proyección de emociones en el MUSAC



# Notas de prensa sobre la actividad fotográfica de emociones denominada "DESNUDO EMOCIONAL".

iLeón 31/05/2013

**700 fotografías de 'desnudo emocional' en el Musac**

En este trabajo, Carmen Requena junto a sus alumnos de tercero de Educación Social han capturado 28 emociones diferentes ante la cámara.

El trabajo se expone los días 2 y 4 de junio, de 18.00 a 19.30 horas, en el Museo de Arte Contemporáneo de Castilla y León que consiste en una colección de fotografías que bajo el título 'El desnudo emocional' configuran el resultado de una práctica de la asignatura 'Competencia social y manejo emocional' impartida por la profesora Carmen Requena y que han venido realizando sus alumnos de tercero de Educación Social desde el pasado mes de febrero.

**Capturar emociones y congelarlas en el tiempo**

Esta ha sido la pretensión del trabajo en el que se han recopilado cerca de 700 fotografías donde los estudiantes han querido transmitir las emociones despertadas ante la cámara. Este grupo de alumnos será la Promoción del Grado en Educación Social que saldrá de la Universidad de León el año próximo, y para ello han querido salir del espacio de las aulas académicas y adentrarse en el territorio urbano para dar a conocer al potencial de estos estudios y su trascendencia como profesionales en relación con diversas entidades y estamentos sociales.

Carmen Requena, coordinadora del trabajo y de la asignatura y profesora del Departamento de Psicología, Sociología y Filosofía, explica que para la elaboración del trabajo "partimos de la pregunta ¿qué emociones conoces?, y descubrimos que sólo se habla de alegría y tristeza; entonces fuimos más allá, conseguimos expandir el abanico emocional y llegamos a reconocer 28 emociones". A partir de ahí, se inició el proceso de capturar de imágenes, siempre tras haber solicitado permiso al retratado y con el desarrollo del proyecto se consiguió "dar cuenta de que hay muchas emociones, que hay que ser hábil en su reconocimiento y que su identificación nos ayuda a manejarlas mejor".

2 y 4 de junio  
Musac  
ileon.com

[Haz click para ver la nota de prensa](#)

[LEÓN DIRECTO 31-mayo-2013](#)

**'El desnudo emocional' de los alumnos de Educación Social**

Los alumnos de tercer curso del Grado en Educación Social de la Facultad de Educación, expusieron los próximos días 2 y 4 de junio en el Museo de Arte Contemporáneo de Castilla y León una colección de fotografías que bajo el título 'El desnudo emocional' configuran el resultado de una práctica de la asignatura 'Competencia social y manejo emocional' impartida por la profesora Carmen Requena y que han venido realizando sus alumnos de tercero de Educación Social desde el pasado mes de febrero.

Esta ha sido la pretensión del trabajo en el que se han recopilado cerca de 700 fotografías donde los estudiantes han querido transmitir las emociones despertadas ante la cámara. Este grupo de alumnos será la Promoción del Grado en Educación Social que saldrá de la Universidad de León el año próximo, y para ello han querido salir del espacio de las aulas académicas y adentrarse en el territorio urbano para dar a conocer al potencial de estos estudios y su trascendencia como profesionales en relación con diversas entidades y estamentos sociales.

Carmen Requena, coordinadora del trabajo y de la asignatura y profesora del Departamento de Psicología, Sociología y Filosofía, explica que para la elaboración del trabajo "partimos de la pregunta ¿qué emociones conoces?, y descubrimos que sólo se habla de alegría y tristeza; entonces fuimos más allá, conseguimos expandir el abanico emocional y llegamos a reconocer 28 emociones". A partir de ahí, se inició el proceso de capturar de imágenes, siempre tras haber solicitado permiso al retratado y con el desarrollo del proyecto se consiguió "dar cuenta de que hay muchas emociones, que hay que ser hábil en su reconocimiento y que su identificación nos ayuda a manejarlas mejor".

Una disciplina en el manejo emocional

La Educación Social, según apunta Carmen Requena, es una disciplina que capacita entre otras cosas "a facilitar estrategias de habilidades sociales y manejo emocional a las personas en diferentes contextos (receptivos, pasados, estudiantes): Es una titulación con futuro dado que debería ir a la par que la formación en las tecnologías, pero según sostiene que el hombre funciona como una máquina, nos queda o no las personas nos necesitamos y para ello tenemos que cultivarnos y profundizar en cualidades humanas como compasión, empatía, en fuerza, compromiso". En el Grado en Educación Social se enseñan habilidades, técnicas y recursos para afrontar situaciones sociales, tanto de cooperación como de conflicto. "Es la cara humana de la formación tecnológica", concluye Requena.

[Haz click para ver la nota de prensa](#)

Unileón 31/05/2013

**Alumnos de tercero del Grado en Educación Social exponen en el MUSAC su trabajo 'El desnudo emocional'**

31/05/2013

Los alumnos de tercer curso del Grado en Educación Social de la Facultad de Educación, expusieron los próximos días 2 y 4 de junio (de 18.00 a 19.30 horas) en el Museo de Arte Contemporáneo de Castilla y León (MUSAC) una colección de fotografías que bajo el título 'El desnudo emocional' configuran el resultado de una práctica de la asignatura 'Competencia social y manejo emocional' impartida por la profesora Carmen Requena y que han venido realizando desde el pasado mes de febrero.

Capturar emociones y congelarlas en el tiempo. Esta ha sido la pretensión del trabajo en el que se han recopilado cerca de 700 fotografías donde los estudiantes han querido transmitir las emociones despertadas ante la cámara. Este grupo de alumnos será la Promoción del Grado en Educación Social que saldrá de la Universidad de León el año próximo, y para ello han querido salir del espacio de las aulas académicas y adentrarse en el territorio urbano para dar a conocer al potencial de estos estudios y su trascendencia como profesionales en relación con diversas entidades y estamentos sociales.

Carmen Requena, coordinadora del trabajo y de la asignatura y profesora del Departamento de Psicología, Sociología y Filosofía, explica que para la elaboración del trabajo "partimos de la pregunta ¿qué emociones conoces?, y descubrimos que sólo se habla de alegría y tristeza; entonces fuimos más allá, conseguimos expandir el abanico emocional y llegamos a reconocer 28 emociones". A partir de ahí, se inició el proceso de capturar de imágenes, siempre tras haber solicitado permiso al retratado y con el desarrollo del proyecto se consiguió "dar cuenta de que hay muchas emociones, que hay que ser hábil en su reconocimiento y que su identificación nos ayuda a manejarlas mejor".

**UNA DISCIPLINA EN EL MANEJO EMOCIONAL**

La Educación Social, según apunta Carmen Requena, es una disciplina que capacita entre otras cosas "a facilitar estrategias de habilidades sociales y manejo emocional a las personas en diferentes contextos (receptivos, pasados, estudiantes): Es una titulación con futuro dado que debería ir a la par que la formación en las tecnologías, pero según sostiene que el hombre funciona como una máquina, nos queda o no las personas nos necesitamos y para ello tenemos que cultivarnos y profundizar en cualidades humanas como compasión, empatía, en fuerza, compromiso". En el Grado en Educación Social se enseñan habilidades, técnicas y recursos para afrontar situaciones sociales, tanto de cooperación como de conflicto. "Es la cara humana de la formación tecnológica", concluye Requena.

Copyright © 1979 - 2013 Universidad de León

[Haz click para ver la nota de prensa](#)

[DIARIO DE LEÓN 2-junio-2013](#)

**Las emociones puntúan**

La primera promoción de Educación Social de la ULE lleva al Musac hoy y el martes su experiencia fotográfica con emociones

**ANA GATERO | LEÓN**

Las emociones puntúan en nuestra vida... y mucho. Hay que saber identificarlas y manejarlas pues, como afirma la profesora de la ULE Carmen Requena, «la competencia social y emocional es indispensable para el más alto nivel y para el último parados».

El desnudo emocional es la propuesta que hizo al grupo de 28 alumnos y alumnas que integran la primera promoción del Grado de Educación Social. Una fotografía, una emoción. Se trataba de salir a la captura de emociones en forma de fotos. Más allá de la tristeza y de la alegría, las emociones más recurrentes, lograron atrapar un total de 28 emociones en cartas, acontecimientos, cartones, pintadas...

El reto ha pasado de ser un ejercicio obligatorio para la asignatura de Competencia en Habilidades Sociales y Manejo Emocional a una propuesta artística y emocional que compararán en el Musac hoy domingo y el martes entre las 18.00 y las 19.30 horas.

Las personas que acudan al visionado de las fotos están invitadas a participar y a escribir las emociones que les sugieren cada una de las fotografías. «Si coincide con la que han detectado los alumnos les supondrá una pequeña décima en su nota de los trabajos», apunta Requena. De esta manera, podrán ayudar a mejorar la nota del alumnado y disfrutar de la experiencia.

El desnudo emocional también pretende ser una forma de dar a conocer la nueva titulación de la ULE, cuya primera promoción se gradúa el próximo curso. «Queremos que se sepa que la Educación Social es una disciplina que, entre otros muchos contenidos, capacita a los alumnos para en la competencia de habilidades sociales y manejo emocional», precisa la profesora.

En un mundo en el que las nuevas tecnologías se han convertido en el tótem de la humanidad, la Educación Social reivindica las emociones como «la otra cara de la misma moneda porque el ser humano no es una máquina, como ya se dijo a principios del siglo XX. Las emociones, las habilidades sociales y las nuevas tecnologías van parejas en este mundo, defiende la psicóloga.

lagar: Jairo de esta Moza  
Foto: Jairo de esta Moza  
Entradas: libre y gratuita

[Haz click para ver la nota de prensa](#)

STORY 4. “El buen uso de la razón depende de las emociones”.  
[Miembros del grupo GAS y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, 2013]

Miembros del grupo GAS presentan la comunicación “El buen uso de la razón depende de las emociones” en el III Congreso Internacional virtual de Inteligencia Emocional. El contenido trata de cómo el aprendizaje eficiente depende de las emociones.



el buen uso de la razón depende de las emociones

[Ponencia “el buen uso de la razón depende de las emociones”, Requena C. \(2013\)](#)

**EL BUEN USO DE LA RAZÓN DEPENDE DE LAS EMOCIONES**

Carmen Requena Hernández, Yennifer Quiñones Fuentes y Francisco Salto Alemany

Carmen Requena Hernández  
Departamento de Psicología, Facultad de Educación  
Universidad de León, 24071 León, e-mail: c.requena@unileon.es.  
Yennifer Quiñones

*Cátedra Extraordinaria de Envejecimiento en todas las edades*, Universidad de León,  
e-mail: yennifer.quinones@gmail.com

Francisco Salto Alemany  
Departamento de Psicología, Facultad de Educación  
Universidad de León, 24071 León, e-mail: francisco.salto@unileon.es

**Resumen**

Conocer las capacidades y limitaciones del cerebro que razona puede ayudarnos a entender por qué algunas situaciones de aprendizaje son eficaces y otras o no. Las imágenes cerebrales proporcionan esta información de modo que la neurociencia actual se inclina por metodologías de enseñanza-aprendizaje que incluyen la emoción al apreciar su eficacia a nivel mental y cerebral. En este artículo se recogen los resultados de investigaciones apoyadas en el *entrenamiento logicoemocional* fundamentado en la estrategia *control por inhibición*. Esta estrategia consiste en entrenar al sujeto en autoinstrucciones para impedir que caiga en la *trampa de sesgo de emparejamiento perceptivo*. Los resultados muestran un aumento de porcentaje de éxito de un 10% a un 90% en los sujetos entrenados en este tipo de práctica, frente a sujetos entrenados con otro tipo de metodologías utilizadas frecuentemente en las escuelas. Conclusión, “sentir la sensación de lo que sucede” conlleva una experiencia de aprendizaje más comprometida y exitosa en la diada maestro/aprendiz.

**Palabras clave:** control por inhibición, metacognitivo, neurociencia, logicoemocional, sesgo emparejamiento

[Haz click para ver artículo](#)

## STORY 5. “La Competencia social en jóvenes y mayores”. Miembros del grupo GAS y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, 2013]

Miembros del grupo GAS presentan la comunicación “La Competencia social en jóvenes y mayores” en el I Congreso Internacional Virtual de calidad educativa y nuevas prácticas docentes. En la ponencia se presentan los resultados de un estudio que recoge la valoración de jóvenes y mayores de las habilidades sociales básicas y avanzadas, respecto de si mismos y del grupo de iguales.



[Documento completo de la Comunicación: La Competencia social en jóvenes y mayores \(Requena C. y Pastrana I., 2013\).](#)

### COMPETENCIA SOCIAL ENTRE JÓVENES UNIVERSITARIOS Y MAYORES

Carmen Requena Hernández, Yennifer Quiñones Fuentes e Isabel Pastrana Fidalgo

Carmen Requena Hernández  
Departamento de Psicología, Facultad de Educación  
Universidad de León, 24071 León, e-mail: c.requena@unileon.es,

Yennifer Quiñones  
Cátedra Extraordinaria de Envejecimiento en todas las edades, Universidad de León,  
e-mail: yennifer.quinones@gmail.com

Isabel Pastrana Fidalgo  
Cátedra Extraordinaria de Envejecimiento en todas las edades, Universidad de León,  
e-mail: [isabelpastrana@yahoo.es](mailto:isabelpastrana@yahoo.es)

#### Resumen

Estamos en la era de la tecnología de la información y la comunicación virtual. Por ello, se hace necesario implementar, más que nunca, una educación basada en la competencia social si deseamos lograr que la *invasión* de las máquinas nos marquen las reglas de la sociedad del siglo XXI: productividad, indiferencia ante lo que está bien o mal, a los sentimientos, emociones, etc. El presente estudio tiene como objetivo explorar la competencia social en jóvenes y mayores que usan habitualmente las tecnologías. La muestra se formó con un grupo de 30 jóvenes universitarios y 38 personas mayores que participan en cursos de informática. El instrumento de evaluación utilizado fue un *Cuestionario de Habilidades Sociales* con el que se medía tanto la valoración de su propia competencia social, como la del grupo de iguales. Los resultados, en términos generales, evidencian más similitudes que diferencias entre jóvenes y mayores: 1. Coincidencia en la habilidad autoevaluada como más competente (“dar las gracias”). 2. La valoración de su propia competencia social es mejor que la de su grupo de iguales.

**Palabras clave:** competencia social, jóvenes, mayores, informática, habilidades sociales

[Haz click para ver artículo](#)

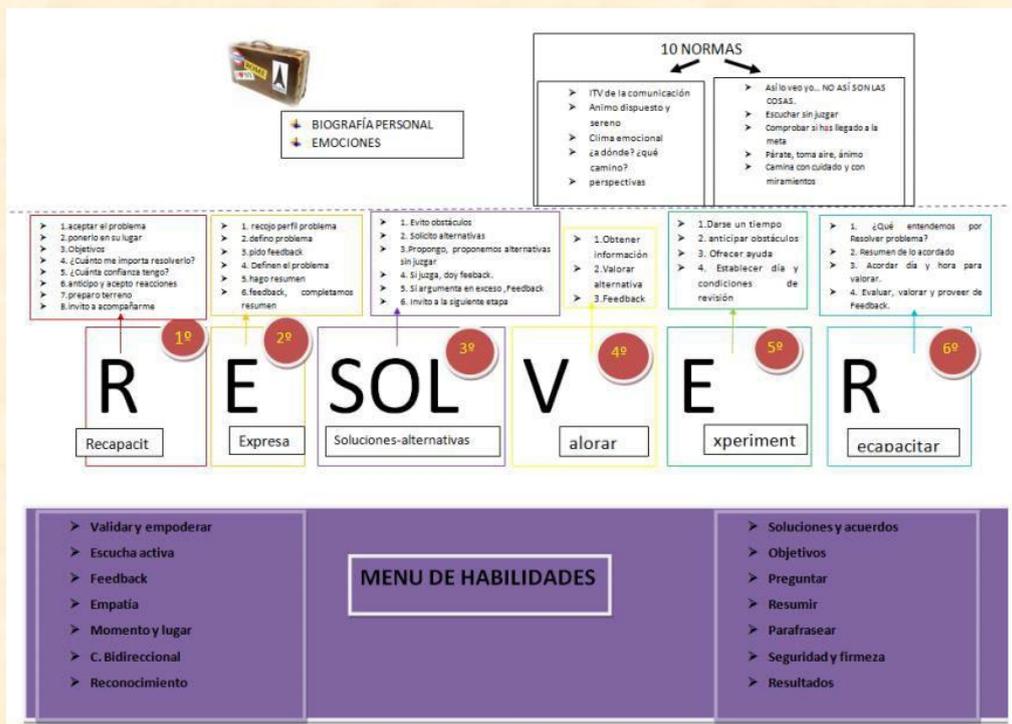
## STORY 6. “Metodología Aprendizaje-Servicio en Inteligencia Emocional y Competencia Social”. [Proyecto de Innovación Docente del Grupo GAS, 2014]

El objetivo del proyecto se concentra en el diseño y verificación de un programa de entrenamiento en resolución de conflictos para estudiantes de Educación Social.

Los resultados de este proyecto fueron presentados en la II Jornada de Innovación en Docencia Universitaria: <https://servicios.unileon.es/innovacion-docente/proyectos-paid-2014/>

El producto final del proyecto se concreta en el diseño de la técnica de entrenamiento para el manejo de emociones y habilidades “MERECE-RESOLVER”, validada por la estudiante Paula Suárez De Celis y cuyos resultados fueron presentados en su Trabajo Fin de Grado.

Secuencia de los pasos del Programa “MERECE-RESOLVER”



Ver gráfico ampliado: [“MERECE-RESOLVER”](#)



PAID: Metodología aprendizaje-servicio en inteligencia emocional y competencia social

Presentación: Paula Suárez de Celis  
Directora: Carmen Requena Hernández

[Haz click para ver la presentación](#)

El trabajo titulado “RESOLVER” amplia la técnica “Mereces Resolver” implementando un menú de habilidades sociales que deben ser entrenadas antes de aplicar la técnica. Los resultados se concretaron en el Trabajo Fin de Grado por la alumna Riosol Cascos Barquilla.

**RESOLVER Con habilidad:  
Un nuevo modelo de competencia**

Trabajo fin de Grado de:  
Riosol Cascos Barquilla  
Dirigido por:  
Carmen Requena Hernández

2015



[Haz click para ver Documento](#)

Trabajo de Fin de Grado en  
Educación Social



Curso Académico 2014/2015

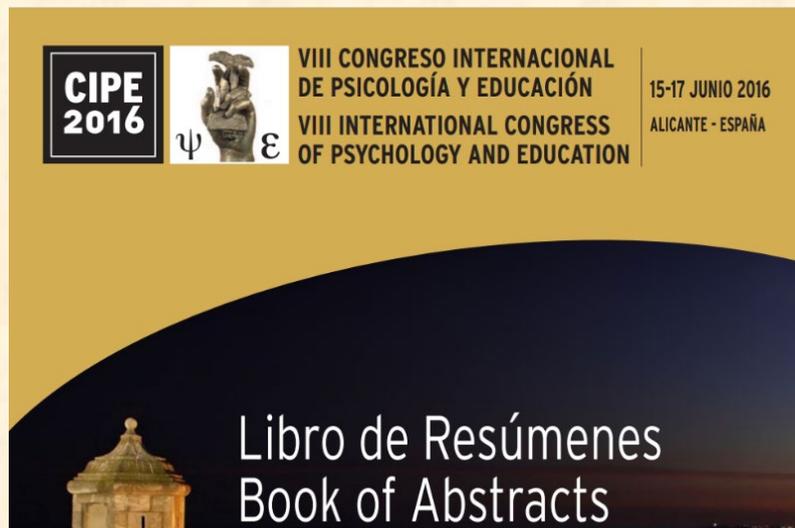
**“RESOLVER” CON  
HABILIDAD: UN NUEVO  
MODELO DE COMPETENCIA**

*“RESOLVER” with skill: A new model of competence*

AUTOR/A: M<sup>º</sup> RIOSOL CASCOS BARQUILLA.  
DIRECTOR/A: Dra. M<sup>º</sup> DEL CARMEN REQUENA  
HERNÁNDEZ.

[Haz click para ver Presentación](#)

Los resultados del TFG fueron presentados en el VIII Congreso Internacional de Psicología y Educación, 2016, con el título: “Diseño, Evaluación y Resultados Preliminares del Programa de Habilidades Sociales “RESOLVER” para Educadores Sociales”



## [ ÍNDICE ]

The development of social skills in young people aged 15 to 18 and her relationship with satisfaction in the family <i>Antoñanzas, J.L., Salavera, C, Bustamante, J.C.</i> .....	1359
Diseño, evaluación y resultados preliminares del programa de habilidades sociales “resolver” para educadores sociales <b>Cascos</b> <i>Barquilla, M.R., Plaza Carmona, M., Requena Hernández, C.</i> .....	1360
Design, evaluation and preliminary results of social skills program “solve” educator social <b>Cascos</b> <i>Barquilla, M.R., Plaza Carmona, M., Requena Hernández, C.</i> .....	1361

**Link a la comunicación: [“Diseño, Evaluación y Resultados Preliminares del Programa de Habilidades Sociales “RESOLVER” para Educadores Sociales”.](#)**

## STORY 7. Actividad experiencial establecida desde el curso 2013 en la asignatura "Introducción a la Lengua de Signos" de 4º curso de la titulación de Educación Social. [2012-2017-2018]

La actividad consiste en Sensibilizar a la población general en la Comunicación en Lengua de Signos. Los estudiantes matriculados en la asignatura planifican actividades lúdicas y divulgativas a la vez que ponen en práctica el trabajo cooperativo, planificación y la resolución de problemas, que entraña la organización de un evento de este tipo.

Alumnos promoción 2012/16



["Girasoles" Rozalen signada](#)

Alumnos promoción 2013/17



[Mensajes del agua "Macaco"](#)

Alumnos promoción 2014/18



Notificaciones de la compañía que quieras seguir de esta categoría: DAVINCI MARTÍN

**"Canta con nosotros sin voz" o cómo sensibilizar a la ciudad con la lengua de signos española**

Fulgencio Fernández (14/05/2015) A A Compartir

[Haz click para ver la nota de prensa](#)



["Vivir la vida" Marc Antony signada](#)

Alumnos de la promoción 2014/18 y mayores del Programa “Actívate” de Villaquilambre



Jóvenes y mayores de Programa “Actívate” de Villaquilambre

## STORY 8. "I Jornadas de Sensibilización sobre la comunidad sorda". [Estudiantes del Grado de Educación Social-ULE en colaboración con la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, [2018/19]



ACTIVIDAD	PONENTES	DURACIÓN APROXIMADA
Videoconferencia sobre la Comunidad Sorda	Rafael (ASFAE), Néstor (San Juan), Susana	24/10 a 12:00 horas 1 hora
Módulo de vida independiente	Isabel	1 hora
Dinámica de simulación y sensibilización basada en la experiencia de la sordera	Alumnos de 4º de Educación Social	30 minutos 45 minutos
Proyección de una obra de teatro y experiencias	Compañía EL GATO	15 minutos 20 minutos

**I JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA COMUNIDAD SORDA**  
MUSAC  
FECHA Y HORARIO: JUEVES 23 DE MAYO DE 11 A 14 HORAS  
ORGANIZADO POR 4º DE EDUCACIÓN SOCIAL

**Éxito de la jornada de sensibilización sobre la sordera organizada por alumnos de la ULE**

La iniciativa de los estudiantes de Educación Social se celebró en el Musac con magnífica acogida y la colaboración de varias entidades e instituciones.

Los estudiantes de cuarto curso del Grado de Educación Social que se imparte en la Facultad de Educación de la Universidad de León (ULE) llevaron a cabo con gran éxito la pasada semana una interesante actividad de sensibilización sobre la comunidad sorda de León, que se desarrolló en el Musac de esta Comunidad Autónoma (MUSAC). La jornada titulada 'La Comunidad Sorda' fue inaugurada por la Decana de la Facultad de Educación, Lourdes Gutiérrez Provecho, que estuvo acompañada por Aurora Baza Rodríguez, Concejala de Familia y Servicios Sociales del Ayuntamiento de León.

Las actividades se realizaron el pasado jueves 23 de mayo de 11 a 14 horas y la organización correspondió íntegramente a los alumnos de 4º de Educación Social, concretamente los que se relacionan a continuación: Sandra García Cascallana, Lidia Del Barrio González, Gemma Sánchez García, Santiago Alonso Carbajo, Adolfo Raphael Rodríguez Sánchez y Lucía Ortega López, con la colaboración de sus profesoras María del Carmen Requena Hernández y Paula Álvarez Merino.

Una de las actividades más interesantes de la jornada fue la simulación de la sordera, en la que los participantes se vieron obligados a comunicarse únicamente mediante lenguaje de señas, lo que les permitió experimentar de primera mano la situación de aislamiento que viven las personas sordas. Este ejercicio fue muy valorado por los asistentes, que reconocieron la importancia de la implicación de la comunidad sorda en las actividades que se desarrollan en la Universidad de León.

En el marco de la jornada, se celebró un punto de encuentro informativo de la comunidad sorda, tanto de las personas que se comunican en lenguaje de señas, como las que lo hacen oralmente, y también las que utilizan ambos modos de comunicación, demostrando así que los sordos pueden enriquecer sus diferentes historias de vida.

En el marco de las intervenciones, Luis Miguel Jiménez Fernández, Presidente de la Federación de Asociaciones de Personas Sordas de Castilla y León (FAPSCL) comentó su historia de vida como persona sorda profunda, cómo Alberto Gómez Sanz (sordo), María Isabel Castellanos (sorda de un oído) y sus experiencias con la sordera, y el trabajo realizado por la asociación 'ULE' en Lengua de Signos Española (LSE).

**Etiquetas:** 1 - Contenido relacionado de la jornada; 2 - De izquierda a derecha: Carmen Requena, Lidia Miguera, Aurora Baza y Lourdes Gutiérrez; 3 - Fotografía de alumnos que participan en la jornada.

[Haz click para ver la nota de prensa](#)

### Éxito de la jornada de sensibilización sobre la sordera organizada por alumnos de la ULE

La iniciativa de los estudiantes de Educación Social se celebró en el Musac con magnífica acogida y la colaboración de varias entidades e instituciones.



ileon.com | 28/05/2019 - 11:02h

Los estudiantes de cuarto curso del Grado de Educación Social que se imparte en la Facultad de Educación de la Universidad de León (ULE) llevaron a cabo con gran éxito la pasada semana una interesante actividad de sensibilización sobre la comunidad sorda de León, que se desarrolló en el Musac de León. La jornada titulada 'La Comunidad Sorda' fue inaugurada por la Decana de la Facultad de Educación, Lourdes Gutiérrez Provecho, que estuvo acompañada por Aurora Baza Rodríguez, Concejala de Familia y Servicios Sociales del Ayuntamiento de León.

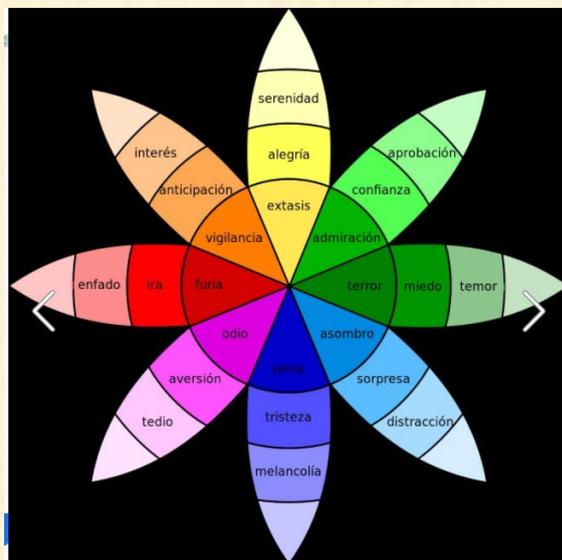
Las actividades se realizaron el pasado jueves 23 de mayo de 11 a 14 horas y la organización correspondió íntegramente a los alumnos de 4º de Educación Social, concretamente los que se relacionan a continuación: Sandra García Cascallana, Lidia Del Barrio González, Gemma Sánchez García, Santiago Alonso Carbajo, Adolfo Raphael Rodríguez Sánchez y Lucía Ortega López, con la colaboración de sus profesoras María del Carmen Requena Hernández y Paula Álvarez Merino.

[Haz click para ver la nota de prensa](#)

## STORY 9. emocionARTE EN TIEMPOS DE PANDEMIA, [2020/21]

emocionARTE, es el título del proyecto de innovación docente desarrollado durante el curso 2020/21 que se propone identificar qué emociones predominan en adultos y personas mayores durante el tiempo de pandemia y cómo reflejarlas de modo creativo.

En el lado izquierdo se recogen la clasificación de las emociones de Robert Plutchik que sirve a los estudiantes para identificar emociones que describen las personas con las que realizan la actividad. En el lado derecho se recoge el guión que los estudiantes emplean durante la actividad.



### Actividad

Identifica emociones.

- ¿Qué nombre corresponde a la emoción que describo?
- ¿Que manifestaciones físicas me produce?
- ¿Qué pensamientos genera?
- ¿Cómo afrontar la situación?

**Nota:** identificar emociones primarias es sencillo pero las emociones secundarias o sentimientos es más complicado. ¿sabias que la ansiedad es una mezcla de miedo + vergüenza+ culpa?

Libro que recoge las emociones predominantes en tiempos de pandemia de adultos y mayores de modo artístico



[https://issuu.com/aprendizaje-servicio/docs/emocionarte\\_43c6f55f8053e5](https://issuu.com/aprendizaje-servicio/docs/emocionarte_43c6f55f8053e5)

## SEGUNDA LÍNEA DE TRABAJO DEL GRUPO GAS INTELIGENCIA GENERACIONAL PARA COMBATIR EL AGEISMO EN LA SOCIEDAD MULTIGENERACIONAL DEL SIGLO XXI

El ageismo en la sociedad del siglo XXI puede afrontarse incorporando la “inteligencia generacional” entre los contenidos formativos de las universidades. Generalmente, los jóvenes universitarios que cursan titulaciones relacionadas con atención social y sanitaria prefieren realizar sus prácticas curriculares en entornos donde no tengan que interactuar con personas mayores (Requena y cols., 2019).

Documentos sobre ageismo

En el periodo de 19/11/2014 - 18/11/2018, miembros del grupo GAS, participaron en el Proyecto de investigación Interacional COST Action IS1402, financiado por European Cooperation in the field of Scientific and Technical. Este proyecto tenía por objeto a largo plazo de esta acción es desafiar la práctica de la discriminación por edad y permitir que las personas mayores desarrollen todo su potencial. Esto se logrará mejorando el conocimiento científico y la atención a la discriminación por edad.

Algunas de las publicaciones asociadas al proyecto:

Publicación: Requena, M. D. C., Swift, H. J., Naegele, L., Zwamborn, M., Metz, S., Bosems, W. P., & Hoof, J. V. (2018). Educational methods using intergenerational interaction to fight ageism. In *Contemporary Perspectives on Ageism* pp 383-402

[https://www.researchgate.net/publication/325292901\\_Educational\\_Methods\\_Using\\_Intergenerational\\_Interaction\\_to\\_Fight\\_Ageism](https://www.researchgate.net/publication/325292901_Educational_Methods_Using_Intergenerational_Interaction_to_Fight_Ageism)

Y.van Zaalen, M. McDonnell, B. Mikolaj, S. Buttigieg, M.C. Requena Hernández, F. Holtkamp. “Technology implementation in delivery of healthcare to older people: how can the least voiced in society be heard?”. *Journal of Enabling Technologies*. 12(2), 76-90 .2018  
<https://doi.org/10.1108/JET-10-2017-0041>

Otras contribuciones relacionadas con el tema:

Requena, C., Álvarez-Merino, P., & Plaza-Carmona, M. (2018, July). Educational Models against ageism in higher education. In 4th International Conference on Higher Education Advances (HEAD'18) (pp. 313-320). Editorial Universitat Politècnica de València.

[https://www.researchgate.net/publication/326494477 Educational Models against ageism in higher education](https://www.researchgate.net/publication/326494477_Educational_Models_against_ageism_in_higher_education)

## STORY 10. "Memoria y Movimiento" [Estudiantes de FCAD-ULE], [2003/2009]

"Memoria y Movimiento" forma parte de una actividad educativa con estudiantes de 1º y 2º curso en la Licenciatura de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Ule durante los 2003 a 2009.

Las profesoras Carmen Requena y Marta Zubiaur, docentes en las asignaturas "Introducción de la Psicología a la Actividad Física y del Deporte" y "Aprendizaje y desarrollo motor", respectivamente, firman un convenio de colaboración con el Ayuntamiento de León y San Andrés del Rabanedo para que los alumnos pongan en práctica los conocimientos adquiridos en las aulas. En particular, los estudiantes completan su formación en centros de mayores poniendo en práctica contenidos teóricos (ejemplo: relación entre la actividad física y la conservación de la memoria moviendo su cuerpo).

La experiencia se evalúa mediante grupos de discusión y reflexión en el que participan todos los implicados (instituciones, docentes, estudiantes y personas mayores).

La Crónica de León 10/05/2013



[Haz click para ver la actividad](#)



[Haz click para ver la nota de prensa](#)



[A Boñar me voy](#)

Capturando instantes de la experiencia entre mayores (de Boñar, Babia y Ponferrada) con jóvenes universitarios (de 3º de Educación Primaria (Mención de Educación Física, promoción ULe 2010/2014)



Jóvenes, mayores, movimiento y memoria

### **Publicaciones que recogen resultados de esta experiencia:**

Requena C., Fernández, V. L., & Alonso, T. O. "Satisfacción con la vida en relación con la funcionalidad de las personas mayores activas." *Actas Esp Psiquiatr* 37.2 (2009): 61-67. Impacto SCI 0,52 [Enlace a artículo](#)

Requena C., & Gonzalez, M. Z. "Effects of intergenerational interaction on aging." *Educational Gerontology* 34.4 (2008): 292-305. Impacto SCI 0,34 <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03601270701883908>

Requena Hernández, M. C., Zubiaur González, M., Fernández Lucas, A., & Ortiz Alonso, T. "The effect of motor activity on improved memory and emotional well-being in elderly women. (Influencia de la actividad motora en la mejora de la memoria y del estado de ánimo emocional de mujeres mayores)." *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. doi: 10.5232/ricyde.4.13 (2008): 20-32. Impacto In-RESC 0.11 <https://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/index.php/ricyde/article/view/1334>

Requena, C., Martínez, A. M., & Ortiz, T. "Vital Satisfaction as a Health Indicator in Elderly Women." *Journal of Women & Aging* 22.1 (2010): 15-21. Impacto SCI 0,67. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08952840903488872>

STORY 11. “Jubilación sabia”. Profesores universitarios jubilados comparten sus conocimientos. [Estudiantes de Educación Primaria (Mención Educación Física)-ULE y de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades, [2012/13]

Juan José Rosa, experto en actividades físicas en edad escolar

El profesor Juan J. Rosa, profesor jubilado que impartió docencia en la Facultad de Educación de la ULe, fue uno de los impulsores de la especialidad de Educación Física dentro de las titulaciones de Magisterio en esta universidad. Entre sus obras cuenta con las siguientes publicaciones: “El juego de dormir: las nanas”, “Juegos tradicionales en la Educación Primaria”, “Juegos tradicionales infantiles” (Vídeo), “Evaluación de la ejecución motora en los test motores de Lincoln – Oseretsky”.

La acción formativa se llevó a cabo desde la asignatura: “Aprendizaje y desarrollo motor”, en 3º curso de la titulación de Educación Primaria (Mención Educación Física) curso 2012/13. Los alumnos realizaron búsquedas para documentare de la obra del profesor. Posteriormente, elaboraron una batería de preguntas sobre aspectos relevantes de la trayectoria del profesor relacionados con los contenidos de la asignatura.

**Conferencia Juan José Rosa**

Preguntas realizadas por los alumnos de 3º curso de la titulación de Educación Primaria (Mención Educación Física) curso 2012/13.

[Enlace a preguntas realizadas por los alumnos al conferenciante](#)

Fotos que captura momentos de la intervención del profesor en el aula



Félix López Sánchez, Catedrático de Sexualidad y afectividad, 2017

El profesor Félix López Sánchez, fue catedrático en la facultad de Psicología de la Universidad de Salamanca. Sus contribuciones están relacionadas con la educación sexual, sobre todo desde un enfoque pedagógico. Entre sus obras más destacadas: "[Mitos viejos y nuevos sobre sexualidad](#)", "[Necesidades en la infancia y en la adolescencia](#)", "[La sexualidad y el amor después de los 50 y más](#)", "[Sexualidad y afectos en la vejez](#)", "[Las emociones en la educación](#)"

La participación del profesor en el aula se concretó en un seminario programado para la asignatura de "Inteligencia Emocional y Competencia Social", del Grado de Educación Social y la asignatura "Cognición, Afectividad y sexualidad", del Máster Universitario Envejecimiento Saludable y calidad de vida. Además, de los estudiantes también asistieron personas mayores del Programa Active de Ayuntamiento de Villaquilambre. asistieron al seminario "Mitos sobre sexualidad" a cargo del doctor Félix López. Los estudiantes tuvieron que elaborar un video divulgativo sobre mitos sobre la sexualidad en la vejez (ver link [https://www.youtube.com/watch?v=E2biFjIw4Sw&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=E2biFjIw4Sw&feature=emb_logo))

Cartel divulgativo del seminario



Fotos de la intervención del profesor en el aula



## STORY 12. “Haciendo lo mejor”: Programa de Filosofía para mayores. [Estudiantes de Filosofía y Letras-ULE y de la “Cátedra de envejecimiento en todas las edades.” [ 2013-15]

El programa de Filosofía para mayores fue diseñado por Francisco Salto Alemany, profesor de Lógica y Filosofía de la Ciencia Francisco Salto con alumnos egresados de la Licenciatura del Filología que habían cursado la asignatura “Filosofía del lenguaje”.

Se trata de ejercicios para entrenar el razonamiento práctico de personas mayores de los centros de mayores de los ayuntamientos de San Andrés y Ponferrada. En este enlace se puede consultar el cuadernillo “haciendo lo mejor”.

Orla de las personas asistentes al Programa “haciendo lo mejor”



Índice del Programa “Memoria Mejor”

1. Breve justificación
2. Inferencias
3. Distinción analítica/sintético
4. Acción y agencia: razonamiento práctico
5. Dilemas y juegos
6. Pensando sobre hechos y valores

## STORY 13. “Encuentros entre comarcas y generaciones” [Miembros del grupo GAS y de la cátedra extraordinaria de envejecimiento en todas las edades, 2013 a la actualidad]

La actividad consiste en favorecer encuentros entre generaciones y comarcas que organizan conjuntamente el Ayuntamiento de Ponferrada y la Diputación de León en colaboración con la Universidad de León. Cada curso escolar durante el mes de estudiantes del Máster de Envejecimiento y del Grado de Educación Social participan activamente en esta actividad de convivencia que contribuye a desarrollar la inteligencia generacional de jóvenes y mayores.

### Ver documentos de esta experiencia

**Es importante:**

- ◊ Llevar paraguas de bastón que sirva para el sol o la lluvia.
- ◊ Llevar calzado y ropa cómoda.
- ◊ Llevar tarjeta sanitaria.

**"A ASTORGA ME VOY"**



**13 de mayo de 2015**

**Organizan:**

- ◊ Ayuntamiento de Ponferrada. Concejalía de Bienestar Social.
- ◊ Ayuntamiento de Astorga.
- ◊ Diputación de León- Área de Bienestar Social e Igualdad de Oportunidades - CEAS de Babia, Boñar, Valencia de don Juan y Astorga.
- ◊ Cátedra Extraordinaria de la Ule.



[Haz click para ver Programa](#)

[Cantando 1. Haga click para ver video](#)

[Cantando 2. Haga click para ver video](#)

[Cantando 4. Juegos](#)

[Video montado por los alumnos. Haga click para ver video](#)

# STORY 14. "Participación de universitarios en actividades de la comunidad", (2008-2015-2017)

Los Ayuntamientos de León y Ponferrada organizan anualmente la "Semana del Mayor" con el objeto de dar a conocer las actividades que estos ayuntamientos ofertan a las personas mayores. Además, la universidad se hace eco de esta iniciativa participando activamente con debates y actividades lúdicas que organizan estudiantes del Grado de Educación Social como del Máster de Envejecimiento Saludable y Calidad de vida de la Ule.

[Diario de León 3/04/2008](#)



[Haz click para ver la nota de prensa](#)

[León Noticias 4/04/2008](#)



[Haz click para ver la nota de prensa](#)

[Diario de León 14/04/2008](#)



[Los mayores aceptan el reto](#)

## Folleto divulgativo del debate intergeneracional Ayuntamiento de León



[Haz click para agrandar](#)

Jornada Intergeneracional entre universitarios y personas mayores del Ayuntamiento de Ponferrada.



Participación de los estudiantes del Grado de Educación Social de la Ule en la Semana del Mayor del Ayuntamiento de Ponferrada, 2017



Ejemplo de uso del lector QR en una actividad



Fotos de estudiantes del Grado en Educación Social y mayores del Ayuntamiento de Ponferrada enseñando el uso de aplicaciones de la web de la Cátedra de envejecimiento en todas las edades.



## Reflexiones de estudiantes del Grado en Educación Social

“... lo sorprendente es que la memoria se puede entrenar no solo con sopas de letras, sudokus, o asociando imágenes, sino realizando tareas de la vida diaria como cocinar de modo creativo...”.



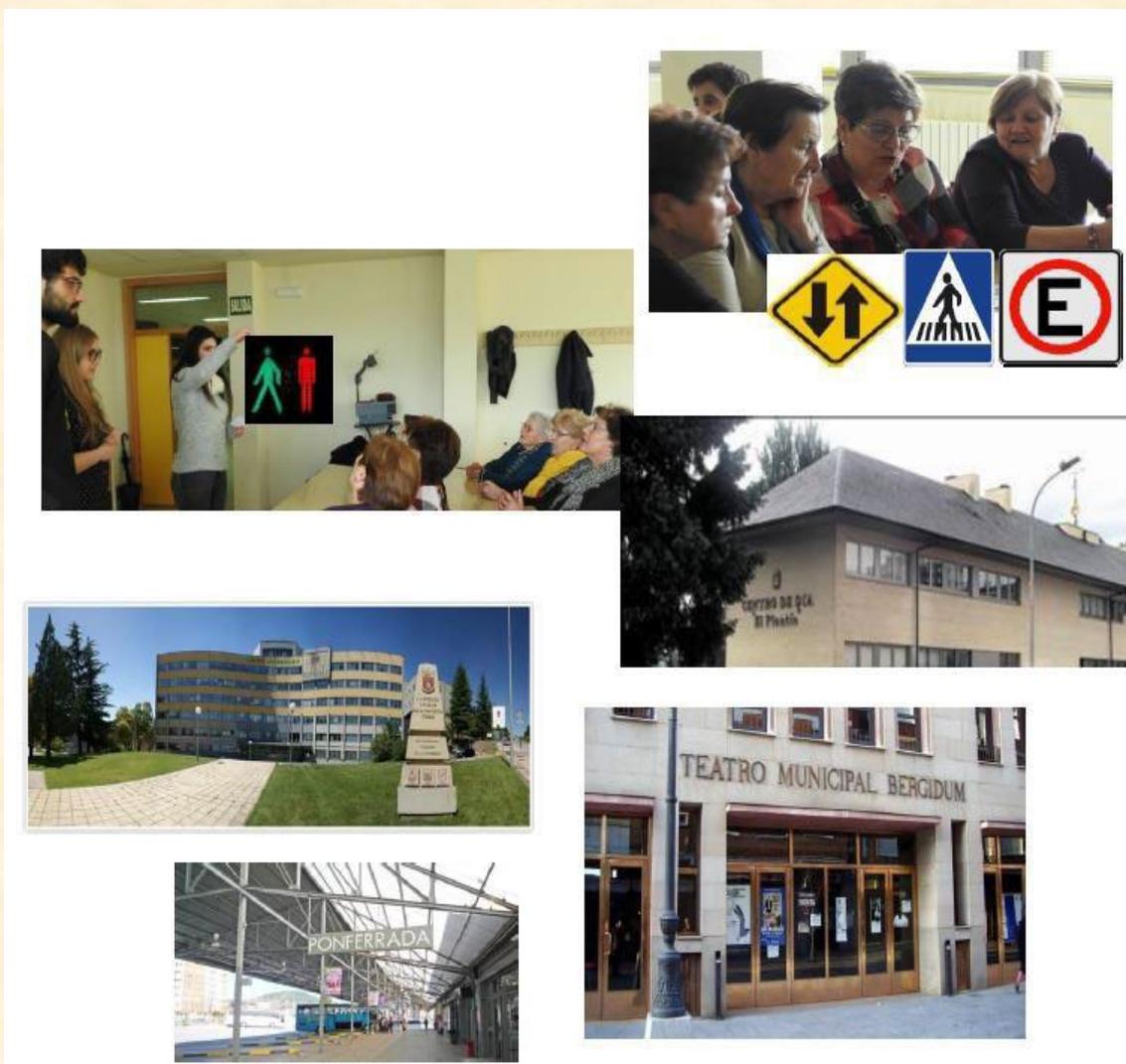
“la aplicación *streetview* nos permite ver fotografías en 3D. Descubrimos que este tipo de fotografía mejora el recuerdo porque se guardan más detalles”.



“Puntos de encuentro agradables de la ciudad de Ponferrada”.



Fotos de estudiantes del Grado en Educación Social y mayores del Ayuntamiento de Ponferrada practicando buenas prácticas en la educación vial.



[Visualizar experiencia](#)

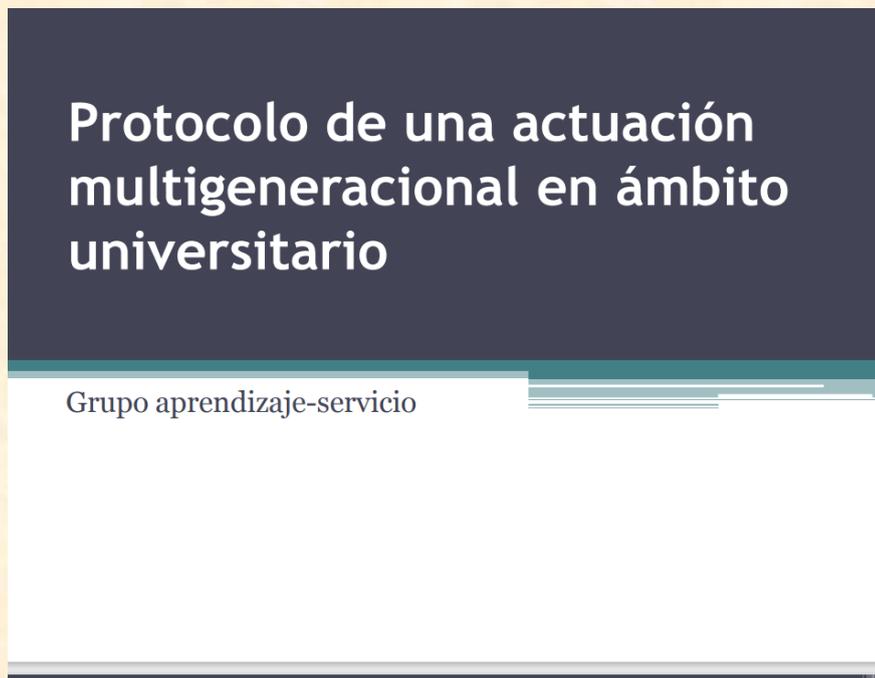
[Ver documento memoria de la experiencia](#)

## STORY 15. “Protocolo de una actuación multigeneracional en ámbito universitario” [Proyecto de Innovación Docente del Grupo GAS, 2016] [Convocatoria PAGID 2016 | Innovación Docente \(unileon.es\)](#)

El objetivo fue explorar aspectos que deben ser considerados en un protocolo de actuación educativa en el que participan diferentes generaciones en el marco de las universidades de Castilla y León.

Se detectan algunas limitaciones para implantar el protocolo en el contexto de la Educación Superior. En particular,

- la exigencia formativa del currículum académico.
- el trabajo extra que supone para el profesorado y alumnado este tipo de metodología. Esto es, se requiere organizar actividades tanto dentro como fuera del aula que se suma a las actividades ordinarias del cv académico.
- la rigidez de horarios y espacios en los centros implicados con actividades rutinarias.
- evaluación docente incompleta ya que se centra sobre todo en aspectos formales.



[Presentación de resultados del Proyecto Innovación Docente](#)

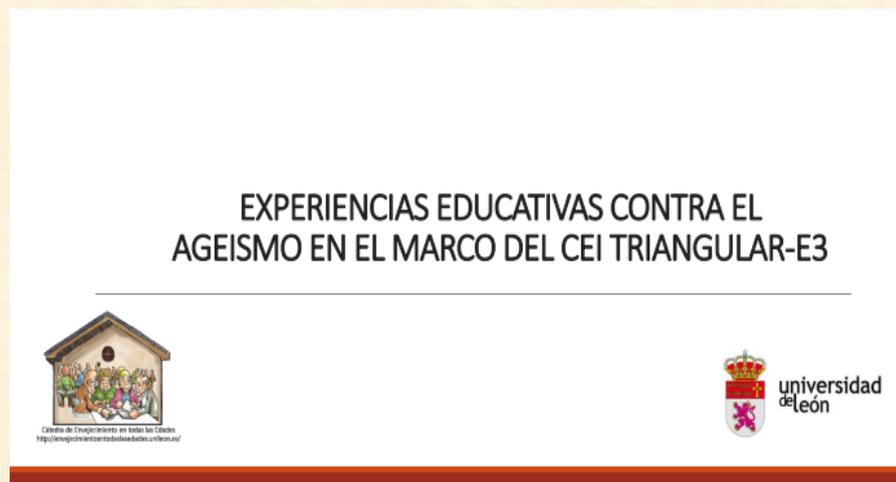
STORY 16. “Experiencias educativas contra el *ageismo* en el marco del CEI TRIANGULAR-E3” [Proyecto de Innovación Docente del Grupo GAS, 2017],

<https://servicios.unileon.es/innovacion-docente/convocatoria-pagid-2017/>

El objetivo del proyecto fue recoger iniciativas contra el *ageismo* inspiradas en metodología aprendizaje servicio, en las universidades del Campus Triangular-E3 de Castilla y León.

Algunos de los resultados más destacados:

- el *ageismo* se aborda dentro de los contenidos formativos de los másteres, específicamente de envejecimiento, que se imparten en las universidad de Castilla y León.
- las titulaciones que incluyen el abordaje de aptitudes *ageistas* en las guías docentes, proceden principalmente de la rama de Ciencias Sociales y Jurídicas.
- las titulaciones de Grado de Ciencias Sociales y Jurídicas diseñan actividades formativas relacionadas con creencias negativas asociadas a la edad, aunque si se menciona en las competencias de la titulación.



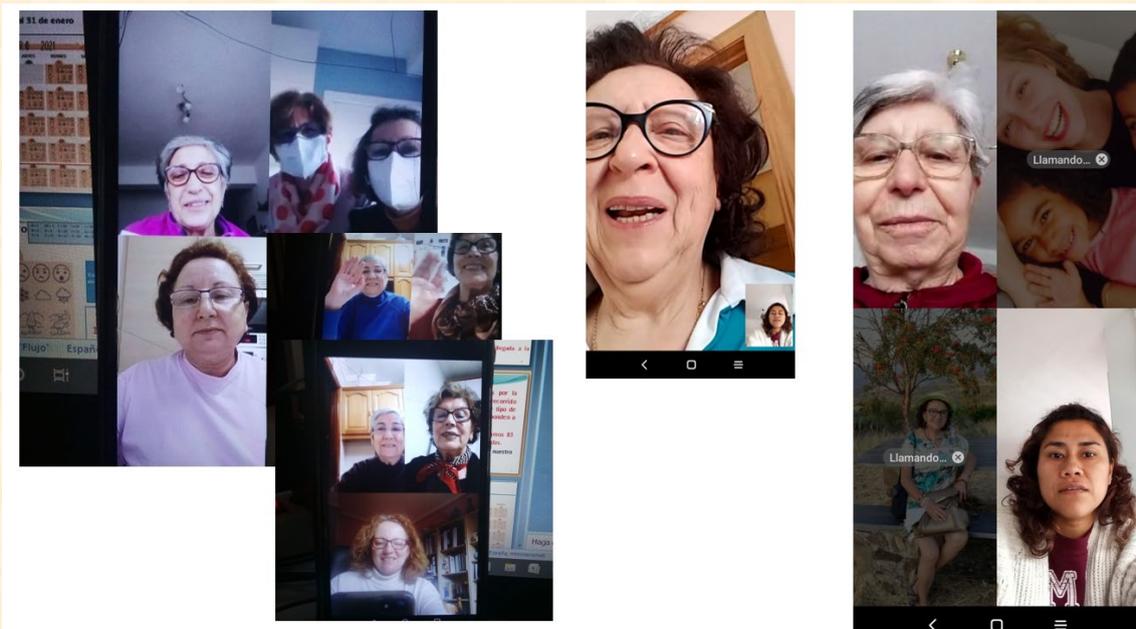
[Presentación de resultados del uso de la metodología aprendizaje-servicio para abordar el \*ageismo\* en Universidad de León](#)

## STORY 17. Solidaridad intergeneracional en tiempo de pandemia. [2020-2021]

Alumnos matriculados en la asignatura “Inteligencia Emocional y Competencia Social” del Grado en Educación Social, alumnos matriculados en las asignaturas “Prácticas Externas” y “Programas de intervención para calidad de vida de personas mayores” del Máster en Envejecimiento Saludable y Calidad de vida de la Universidad de León, apoyan el proyecto “Entrena “Memoria Mejor” desde casa” en tiempos de pandemia.

El Programa “Memoria Mejor” se lleva a cabo de modo presencial con personas mayores del Ayuntamiento de Ponferrada desde 2009. Durante el confinamiento la continuidad del Programa, así como el seguimiento a los usuarios se llevó a cabo a través de contacto telefónico, correo electrónico, WhatsApp, video llamadas y tv del bierzo. Esta modalidad no presencial fue posible gracias a alumnos de la asignatura “Inteligencia Emocional y Competencia Social” del Grado en Educación Social de la Ule y alumnos matriculados en las asignaturas “Prácticas Externas” y “Programas de intervención”, que se implicaron de modo voluntario en la iniciativa.

Fotos de videollamadas de estudiantes de la Ule y personas mayores del Ayuntamiento de Ponferrada durante sesiones del “Programa Memoria Mejor desde casa”



**Ayuntamiento de Ponferrada** Ayuntamiento Info. Municipal Servicios Turismo

Servicios | Ponferrada hoy | Acceso a las sesiones televisadas de programa "Memoria Mejor 2020/2021"

### Acceso a las sesiones televisadas del programa "Memoria Mejor 2020/2021"

Para subir más

Con los tiempos que corren, son necesarias todas las facilidades posibles para la atención a nuestras personas de edad y, por eso, la Concejalía de Mayores del Ayuntamiento de Ponferrada ha renovado en esta nueva edición su programa "Memoria Mejor" incluyendo la retransmisión de las sesiones semanales a través de la televisión local.

De este modo esperamos que, por cuestiones de aforo, haya personas que se quedan fuera de la iniciativa y, además, los talleres televisados resultan estupendos para que las familias y cuidadoras de los usuarios y usuarias puedan seguir el trabajo diario y reforzarlo en casa, suponiendo esto un importantísimo plus en la evolución de todos ellos.

Todos los talleres pueden seguirse en directo los lunes a las 17:30 horas en La 8 Bierzo y, además, a través del enlace que se facilita a continuación se puede acceder a la lista de reproducción donde se recogen todas las sesiones ya emitidas:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLpMU1BL5013ean1keadqWVCCkRkZrEEem>

21		<b>Memoria Mejor - 23 Noviembre 2020</b> La 8 Bierzo
22		<b>Memoria Mejor 16 Noviembre 2020 MP4</b> La 8 Bierzo
23		<b>Memoria Mejor 9 Noviembre 2020</b> La 8 Bierzo
1		<b>Memoria Mejor 1 de Marzo</b> La 8 Bierzo
2		<b>Memoria Mejor - 22 FEBRERO</b> La 8 Bierzo
3		<b>11 - Memoria Mejor - 8 Febrero 2021</b> La 8 Bierzo
4		<b>10- Memoria Mejor - 1 de Febrero</b> La 8 Bierzo
5		<b>09 - Memoria Mejor - 25 Enero</b> La 8 Bierzo
6		<b>Memoria Mejor - 18 ENERO 2021</b> La 8 Bierzo
7		<b>MEMORIA MEJOR 11 ENERO</b> La 8 Bierzo
8		<b>Memoria Mejor 21 Diciembre</b> La 8 Bierzo
9		<b>Memoria Mejor 14 Diciembre</b> La 8 Bierzo
10		<b>Memoria Mejor 7 Diciembre</b> La 8 Bierzo
11		<b>Memoria Mejor - 30 Noviembre 2020</b> La 8 Bierzo

[Acceso gratuito a los programas televisados Memoria Mejor](https://www.youtube.com/playlist?list=PLpMU1BL5013ean1keadqWVCCkRkZrEEem)

## DESARROLLO Y RESTABLECIMIENTO DE VÍNCULOS AFECTIVOS EN TODAS LAS EDADES

STORY 18. "Érase un aprendizaje servicio para trabajar los vínculos afectivos a través de los cuentos."

La metodología Aprendizaje-Servicio (ApS) es una herramienta docente que aúna la adquisición de competencias académicas a la vez que presta un servicio comunitario. La implicación de los universitarios en estas iniciativas contribuye a su currículum académico y ser buenos ciudadanos. Objetivo. Desarrollar un proyecto de ApS para trabajar los vínculos afectivos en todas las edades a través de los cuentos, implementado en la asignatura "Inteligencia Emocional y Competencia Social". Descripción. Se planifica un Seminario impartido por una experta en cuentoterapia para usar los cuentos emosémicos como herramienta de desarrollo y restablecimiento de vínculos afectivos en todas las edades y contextos conflictivos. Posteriormente, los estudiantes diseñaron un plan de intervención para trabajar los vínculos afectivos a través de los cuentos dirigido a personas mayores y niños en riesgo de exclusión social. Las propuestas fueron evaluadas por la profesora responsable de la asignatura y la experta en cuentoterapia. Ulteriormente, los estudiantes compartieron los materiales elaborados, con los profesionales que imparten el programa Memoria Mejor, dirigidos a personas mayores y con los profesionales del Programa "Plan integral de infancia y adolescencia", dirigido a niños en riesgo de exclusión social. Finalmente, niños y mayores de ambos programas participaron en la lectura de cuentos en la actividad de animación a la lectura que organiza la biblioteca municipal del ayuntamiento de Ponferrada. Resultados. (1) Elaboración de materiales docentes para trabajar los vínculos afectivos y como herramienta de trabajo para profesionales del ámbito sociocomunitario. (2) Todos los agentes implicados en el proyecto han expresado la utilidad de la experiencia para mejorar la toma de conciencia de sí mismos. (3) Además, los universitarios han manifestado la utilidad del proyecto ApS en el aprendizaje académico. Conclusión. La importancia de hacer partícipes a los estudiantes de su educación, en ámbitos académico y social, proporciona un contexto humanizado que garantiza ciudadanos activos, sensibles y comprometidos con la sociedad.

## MATERIALES PARA TRABAJAR LOS VÍNCULOS AFECTIVOS

- *Listado de cuentos para trabajar los vínculos afectivos con diferentes colectivos*
- *Tarjetas para evaluar los vínculos afectivos*
- *Ejemplos de actividades para trabajar los vínculos afectivos*

*Listado de cuentos para trabajar los vínculos afectivos  
con diferentes colectivos sociales y de edad*

<b>Estilo de apego</b>	<b>Cuentos</b>	<b>Objeto psicosimbólico</b>	<b>Colectivo</b>
Evitativo	El niño gris		Menores
	El buen hijo		Menores
	La niña que nunca cometía errores		Menores
	Soy un dragón		Menores
	Qué niño más lento		Menores
	Julietta estate quieta		Menores
	El hilo invisible	Hilo, muerte y corazón	Menores
	Mamá ballena		Menores
	Yo voy conmigo		Menores
	Oreja verde		Menores
	La pelota roja		Menores
Resistente / ambivalente	El abrigo de pupa		Menores
	El elefante y la margarita		Menores
	Para cuidarte mejor		Menores
	El punto		Menores
	Los cinco desastres		Menores
	Frederick		Menores
	Gato rojo y gato azul		Menores
	Si que puedes		Menores
	El abrigo de Jana		Menores
	Orejas de mariposa		Menores
	Mi amor	Casa	Menores
	Como el agua		Menores
	Te quiero un montón		Menores
	El muro en mitad del libro		Menores
	Las cosas que importan		Mayores
Desorganizado / desorientado	El vacío		Mayores
	Los demonios caca		Menores
	Tras mi ventana		Menores
	Nina buena, Nina mala		Menores
	Cuando no estás aquí	Hilo rojo, juguetes, manos, ábaco y habitación	Menores
	Así es la vida	Carta	Mayores
	El globo y el pájaro	Globo	Mayores
	Las cosas que importan		Mayores
	Estoy contigo		Mayores
	Los nudos		Mayores
	Cicatrices		Mayores
	Señora que desata los nudos		Menores
	Soy un dragón		Menores
	Gallo kiriko		Menores
Medio pollito		Menores	

## Instrucciones del uso de las tarjetas de evaluación de los tipos de vínculos afectivos

### ¿Qué y para qué?

Encontrarás ~~46~~ 46 tarjetas con una imagen y un texto explicativo. Cada tarjeta representa un objeto real con unos atributos mágicos. Están relacionadas con necesidades de tipo emocional, fisiológicas o cognitivas/mentales que los/las niños/as han de tener cubiertas para un buen desarrollo. Un vínculo seguro con nuestras figuras de apego se establece en la medida en que estas necesidades han sido cubiertas. La bondad y sutileza de este juego te ayudará a abordar las carencias vividas a lo largo de tu crecimiento y su influencia en tu vida actual.

1

### ¿Cuándo y cómo puedo utilizarlo?

¿Hay un momento específico para realizar una revisión de nuestro modelo de crianza, para lanzar una mirada hacia el modelo de crianza de nuestros padres?

Cada persona debe calibrar el momento y hasta dónde profundizar. Una sesión terapéutica individual o grupal puede ofrecer un buen soporte para ello.

Parto de la certeza de que tus padres lo han hecho *lo mejor que han sabido y podido. De la misma manera que tú lo intentas hacer con tus hijos/as.*

2

Como madre o padre, este Saquito de Dones te puede servir para "poner atención" en aspectos de la crianza.

Y como persona "in-dependiente", más allá de que tengas hijos/as o no, te puede ayudar a poner luz a las "dependencias" que mantienes y que te han limitado o limitan en tu proceso de autonomía. Te invito a que realices un viaje mágico al día de tu nacimiento, cuando tenías pocas horas de vida y tus padres (o las personas que te han criado) te tenían en brazos. Para ellos, su proyecto de vida avanzaba de manera importante y para ti, ellos lo eran todo.

3

Tienes la posibilidad, como si fueras un hada madrina o un mago padrino, de regalarle dos dones a tu padre y dos a tu madre.

Reflexiona: ¿Cuáles de estos objetos habrían ayudado a mi madre y a mi padre a ser "mejores padres"? Anótalo.

Después de haber elegido, avanzareis un poquito más y os preguntareis: ¿Qué objeto tuvisteis que crear durante vuestra infancia para contrarrestar los que vuestros padres necesitaron, pero no tuvieron y que les habéis regalado? Anótalo.

Y por último: ¿Cómo ha influido en la crianza de vuestros/as hijos/as que vuestros padres no tuvieran ese objeto que les habéis regalado?

## Referencias y agradecimientos

Este juego ha sido creado y desarrollado a partir de los conocimientos adquiridos a lo largo de mi trayectoria profesional como Trabajadora Social, especialista en intervención familiar y Cuentoterapeuta.

También han influido las diferentes lecturas relacionadas con la Teoría del Apego, especialmente de Rafael Guerrero y Olga Barroso.

## Pedidos

[elsaquitodelosdones@gmail.com](mailto:elsaquitodelosdones@gmail.com)



## Talonario de achuchones



Este talonario infinito se lo regalo a mis padres el día de mi nacimiento para que tengan besos y abrazos de sobra para mi... y en cualquier momento. Les facilita que puedan mostrar el cariño y amor que sé que me tienen.

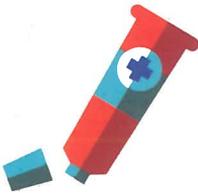
Cada talón se cobra en el mismo momento y lugar, no hay que ir al banco a canjearlo.

## Mascarilla mágica



Para que, de manera automática, se les coloque en la boca cuando digan cosas como: "Tú eres tonto/a, eres un/a bruto/a". Con esta mascarilla, estas expresiones dañinas se transformarán en palabras sabias como: "Sé que tienes la capacidad para hacerlo mejor. Solo necesitas fijarte más. Tu inteligencia te ayudará a aprender lo que aún no sabes."

## Pomada diferenciadora



Con este ungüento que mis padres podrán untarse mensualmente, comprenderán que yo no tengo que ser como ellos, ni tener como objetivo en la vida llegar más alto o alcanzar lo que ellos no pudieron.

Entenderán que también puedo ser ADECUADA, siendo diferente a ellos.

## Anillo



Con este anillo llamado "Papas, no me digais más ¡Deja de llorar!", cada vez que mis padres lo miren, se darán cuenta de que mi llanto tiene muchas funciones, pero entre ellas no está irritarlos a ellos.

Que normalmente lloro porque algo me desborda a nivel emocional, y lo que necesito es que me ayuden a gestionarlo.

## Reloj alarma "No Help"



Se lo regalo a mis padres para que respeten mis tiempos cuando me cueste hacer algo o no me salga a la primera.

Siempre que vayan a emitir una conducta de ayuda innecesaria, oirán un fuerte pitido que les alertará de que deben dejarme que lo intente yo sola de nuevo.

## Varita "Permíteme querer"



La podré utilizar cuando mis padres se pongan celosos, o sientan rabia o tristeza al verme mostrar amor o admiración hacia otras personas: amigos, novias, profesores, etc.

Tiene el poder de cambiar estas emociones desagradables por emociones de respeto y seguridad.

Les hará ver que es sano querer a otras personas, que no por eso les quiero menos a ellos.

## Filtro



Este artilugio que les regalo a mis padres el día de mi nacimiento, se les colocará en la garganta de manera mágica cada vez que intenten decirme algo gritando sin necesidad.

Su voz se modulará y emitirán el mensaje en un tono agradable y conciliador.

## Vocabulario de Pepito Grillo



Este libro, en formato de bolsillo, ayudará a mis padres a explicarme lo que me pasa cuando me emociono. Me dirán, por ejemplo, "Estás sintiendo tristeza por...", en lugar de, "¿Qué te está pasando?"

De esta manera, me ayudarán a rebajar el malestar que pueda estar sintiendo en ese momento y a aprender a comprender y poder expresar mis emociones mientras crezco.

## Detector



Máquina detectora de ideas falsas para los momentos en que mis padres piensen sobre mí cosas equivocadas, como: "a mi hijo/a le da igual todo", "mi hijo/a se deja manipular", etc.

Se activará de manera automática ante un pensamiento de este tipo y les ayudará a mirarme de manera comprensiva, preguntándose qué me estará pasando para actuar así.

## Colgante



Este presente que les hago a mis padres el día de mi nacimiento, les ayudará a lo largo de mi infancia y sobre todo en la adolescencia, a considerar que soy más importante que lo que la familia, los vecinos, etc., piensen de mí.

## Píldoras Anticontrol



Para los padres que quieren: saber en todo momento qué están haciendo sus hijos/as, qué les pasa por lo cabeza y conseguir que las opiniones de estos sobre el mundo sean iguales o muy semejantes a las suyas.

Posología: Tomar los padres una píldora semanal, con lo cual permitirán a los hijos relacionarse y salir, sin despreocuparse, pero otorgándoles libertad.

## El libro de los ensayos



Este libro que les regalo a mis padres, lo podrán leer una y otra vez, cuantas veces lo necesiten.

Les mostrará que tengo derecho a equivocarme.

Les recordará que el error es una fuente necesaria y magnífica para mi aprendizaje y que incluso hay errores que en el fondo son sabios.

## Complemento alimenticio



Con este suplemento, mis padres van a reforzar su corazón, que está un poco flojo porque no tuvieron a nadie que les enseñara a ejercitarlo.

Por eso, cuando me ven mal, se ponen a llorar conmigo o incluso se marchan lo más lejos que pueden. Este regalo les ayudará a poder mantenerse a mi lado para consolarme y sostenerme emocionalmente cuando me desbordo.

## Condimentos



Sazonando la comida de mis padres con estas especias, al instante me harán sentir que soy importante para ellos.

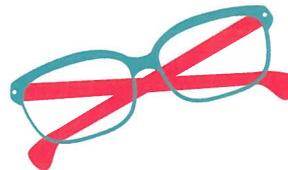
Comenzarán a demostrarme que se toman en serio lo que me preocupa y sucede, así como las emociones que estoy sintiendo.

## Spray activador



Cada vez que necesite que mis padres estén cerca de mí, acompañándome, reconfortándome, utilizaré este pulverizador que hará que dejen lo que están haciendo en ese momento, siempre que no sea urgente, y me hagan compañía.

## Gafas "El trabajo no lo es todo"



Se las regalaría a mis padres para que tengan como principal prioridad mi crianza, el acompañamiento a lo largo de mi proceso de crecimiento, en lugar de tener como prioridad absoluta el trabajo.

Cuando se las pongan, disfrutarán dedicándome tiempo, de la misma manera que disfrutan desarrollando su trabajo.

**ACTIVIDAD**  
**VÍNCULOS AFECTIVOS A TRAVÉS DE LOS CUENTOS**  
**EMOSÉMICOS.**

**ASIGNATURA**  
**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPETENCIA SOCIAL**

**CURSO**  
**2021/22**

**Grupo de alumnos**

Raúl Campo Muñoz, Andrea Matarranz Montes,  
Marta Sánchez Pato y Javier Villa Floranes

## **Índice:**

<b>1. Colectivo o persona al que se dirige</b>	<b>3</b>
<b>2. Emoción/apego que muestra carencia</b>	<b>3</b>
<b>3. Elección de tarjetas de vínculos necesarias</b>	<b>3</b>
<b>4. Cuento seleccionado</b>	<b>4</b>
<b>5. Justificación de la adecuación del cuento</b>	<b>4</b>
<b>6. Cómo trabajarlo</b>	<b>5</b>

### 1. Colectivo o persona al que se dirige

Las personas a la que va dirigida esta actividad son un niño de 4 años del centro de protección “Hogar Pelletier”, y sus padres. Se ha decidido trabajar con ellos porque desde el equipo educativo del centro, compuesto por los Educadores Sociales, se ha detectado una carencia emocional que detallaremos en el siguiente punto.

### 2. Emoción/apego que muestra carencia

Se ha detectado que el menor muestra una carencia de apego hacia sus padres, a los que no reconoce como su figura de referencia, viéndose sustituida por los educadores del centro, ya que son con los que pasa la mayor parte de su día a día, y ejercen sobre él las tareas de guarda y protección.

Esta carencia se ha detectado debido a que, cuando el niño regresa al centro, después de sus permisos de fin de semana con los padres, expresa tanto de forma verbal, como no verbal, el sentimiento de soledad y falta de cariño que recibe durante estos cortos periodos. El origen de esto, puede venir dado por el escaso vínculo afectivo que ha tenido con sus padres durante sus primeros años de vida, mostrándose indiferente ante ellos.

### 3. Elección de tarjetas de vínculos necesarias

Las tarjetas que hemos escogido al analizar el caso son “Spray activador” y “Complemento alimenticio”



Creemos que estas tarjetas son las más idóneas para trabajar las carencias del niño, y las que más utilidad podrían tener tanto para él, usándolas para mostrar sus sentimientos y atraer la atención de los padres; como para los padres, ya que de esta forma se dan cuenta de la necesidad que tiene su hijo de cariño y apoyo por su parte.

Sin embargo, al niño se le entregarán todas las tarjetas, para que elija con las que se sienta más identificado, o considere más importantes para él.

#### **4. Cuento seleccionado**

El cuento seleccionado es “Cuando no estás aquí” de María Hergueta, publicado por la editorial “El Jinete Azul”.

En el libro, María muestra cómo el protagonista expresa lo que siente cuando no está acompañado de su hermana; en esos momentos se convierte en el rey de la casa, no tiene que compartir la merienda, hay más espacio para él, los juguetes son sólo suyos, pero no tiene con quien jugar.



Una obra emosémica en la que el texto a pesar de ser muy breve está bien escrito y sabe transmitir los sentimientos del niño. También las ilustraciones, realizadas a lápiz, ayudan a conseguir esta transmisión de emociones. El valor literario del libro no queda oculto por el propósito educativo que no es otro que enseñar a valorar a los hermanos.

#### **5. Justificación de la adecuación del cuento**

Aunque, como hemos mencionado anteriormente, el cuento va dirigido a lo que siente un niño cuando no está acompañado de su hermana (Figura de apego), estas emociones se podrían extrapolar a lo que se siente con la falta de cualquier persona que sea figura de apego. Creemos que el cuento plasma muy bien la situación que vive el niño con respecto a sus padres, es una obra fácil de entender y que transmite a la perfección lo que se pretende trabajar.

## 6. Cómo trabajarlo

En primer lugar, se citará a los padres del menor en el centro para la reunión de seguimiento semanal, donde se les informará de la actividad que se prevé llevar a cabo con ellos y su hijo. Se comenzará con una explicación por parte del educador hacia los padres, donde se les mostrarán las tarjetas y sus funciones. Posteriormente, el educador leerá el cuento a la familia de forma conjunta. Se le proporcionará al niño las tarjetas que haya escogido anteriormente, y se le explicará su funcionamiento, es decir, que entregue a los padres cada tarjeta cuando crea conveniente o lo sienta necesario.

Además, a lo largo del proceso se llevará a cabo un seguimiento para comprobar el correcto funcionamiento y cerciorarnos de que se cumple el objetivo principal y son visibles las mejoras.

A partir de la lectura del cuento “Cuando no estás aquí”, creemos que los símbolos más importantes son los siguientes: “el hilo rojo”, “los juguetes”, “las manos”, “el ábaco” y “la habitación”.

- La **habitación** simboliza el individualismo del pensamiento personal. Es por ello que una habitación cerrada hace referencia a la incomunicación del niño con su hermana, la soledad.
- El **hilo**, es uno de los símbolos más antiguos. Hace referencia a la conexión esencial en cualquiera de los planos, ya sea espiritual, biológico, social, etc.
- Los **juguetes** son los símbolos de las tentaciones.
- Las **manos** dan significado al principio de manifestación o de acción. Es la manifestación corporal del estado interior del ser humano. Esta manifiesta la actitud del espíritu cuando no se manifiesta por vía gestual.
- El **ábaco** relacionado con el tiempo, simboliza el ciclo de la vida. La ordenación del tiempo suele proceder de la del espacio. El tiempo tiene seis direcciones, el descanso como la inmovilidad en el centro, mientras que las otras seis son dinámicas. Puede encontrarse como un aspecto espiritual. Por ello no hay que pensar que una época es solamente un tiempo pasado, incluye también el presente y el futuro. Tanto un estado, como un periodo. Donde se producen las fases de no manifestación y manifestación.

**ACTIVIDAD**  
**VÍNCULOS AFECTIVOS A TRAVÉS DE LOS CUENTOS**  
**EMOSÉMICOS.**

**ASIGNATURA**  
**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPETENCIA SOCIAL**

**CURSO**  
**2021/22**

**Grupo de alumnos**

Victoria Prieto Villafañe, Natalia Antúnez Varlygina,  
Paula Espinosa Rodríguez, Abraham González García  
y Mar Niño Sánchez

### **Elegir en colectivo o la persona en contexto**

Se ha elegido el piso tutelado “Santiago 4” en León, (enfocado en destinatarios situados en una franja de edad de 5 a 8 años) para realizar cuentoterapia, debido a que generalmente aquellos menores que se encuentran en estas instituciones, presentan dificultades a la hora de relacionarse de una forma sana con los demás, mostrando carencias socioafectivas en cuanto a su propio autoconcepto y autoestima. Por lo tanto, mediante el fomento de ambos conceptos, se desarrollarán beneficios en torno a la emoción de la aceptación en los participantes.

### **Identificar en qué emoción muestra carencia**

En el cuento están presentes diversas emociones que caracterizan a la protagonista, entre ellas la falta de confianza en uno mismo, y conceptos como la fragilidad en cuanto a la autoestima y el autoconcepto. Por tanto, la emoción en la que va centrado el taller es la aceptación.

La misma, es el eje central, ya que la aceptación implica un proceso de asimilación de situaciones, circunstancias, experiencias propias o características de uno mismo. Para que esto tenga lugar, es importante tener constancia y conocimiento de uno mismo.

«El abrigo de Jana» habla de lo importante que es saber darse cuenta y aceptar las cualidades que cada persona posee. Con la observación, es frecuente que se perciban las cualidades de amigos, hermanos o conocidos que las propias. En ocasiones, se piensa que los otros tienen mejores habilidades o atributos y que sería mejor ser como ellos... Cuando eso sucede, las personas se colocan un abrigo gris como el que se ha colocado Jana hoy en este cuento. Un abrigo que lo tiñe todo de tristeza y que le impide ver todo lo maravillosa que es siendo ella misma.

### **Seleccionar el cuento apropiado**

*El abrigo de Jana, de Lola Ordoñez (a partir de 5 años)*

Jana se siente perdida porque no sabe quién es realmente. Sale a pasear por la naturaleza y admira las cualidades y la belleza de todos los seres que la rodean. Fantasea en cómo sería su vida si fuera una flor, un pájaro o el viento.

Al final de la historia, la protagonista será capaz de escuchar su corazón para encontrarse de nuevo con ella misma y sentirse feliz de ser quién es.

Es un cuento muy bonito sobre la autoestima y el autoconcepto, lleno de preciosas ilustraciones.

ENLACE DEL CUENTO: <https://youtu.be/S7NLI6VmQug>

### **Explicar cómo se trabajaría**

Se plantea la lectura de este cuento de manera grupal al final del día, después de cenar. Se ha elegido este momento porque los menores estarán con las experiencias del día vivido recientes y más calmados, ya que se acerca la hora de descansar.

El ambiente a la hora de contar el cuento es muy importante, por lo que se dispondrá a los menores en círculo a lo largo de una sala, con cojines, mantas y luz tenue para conseguir un clima cálido y de confianza.

Al leer el cuento, se utilizará un tono de voz pausado y claro mientras se muestran las imágenes para conseguir que los menores interioricen, comprendan y sean capaces de ponerse en el papel de la protagonista.

A partir de la lectura, se plantea el símbolo del “viento” (motor del aire) como agente determinante a la hora de hacer entender a Jana su valor. Por tanto, el viento, que se considera el medio de transporte del elemento natural “aire”, tiene como acepción el pensamiento. Este puede estar influenciado por diversos factores, buenos y malos, que en muchos casos generan en el individuo, actitudes de control o deseos poco realistas.

Es por ello que, conseguir identificar y comprender cuál es el origen de dichas ideas, se considera vital para la obtención a largo plazo de un estado anímico equilibrado y armónico con uno mismo. En el cuento, el viento actúa como elemento liberador, animando a la protagonista a ver todo lo bueno que hay en ella y que es capaz de hacer.

Para trabajar este símbolo, se repartirá a cada menor una imagen de viento en la que escribirán su nombre. Tendrán que ir pasándola unos a otros para que todo el mundo escriba algo positivo de los demás, simulando el movimiento del viento.

**ACTIVIDAD**  
**VÍNCULOS AFECTIVOS A TRAVÉS DE LOS CUENTOS**  
**EMOSÉMICOS.**

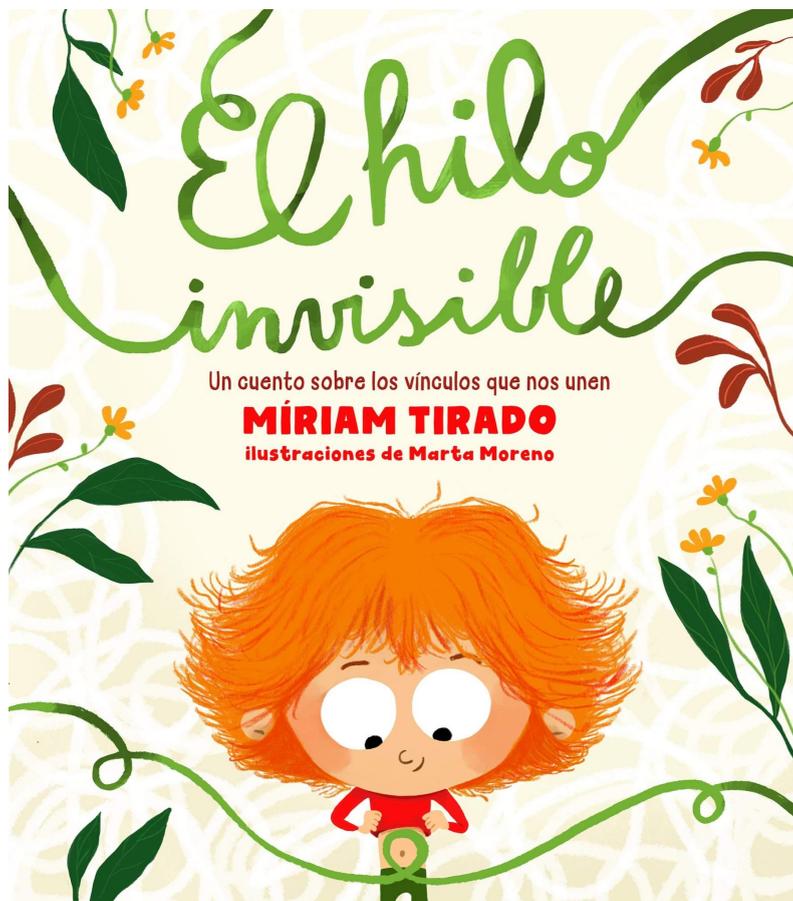
**ASIGNATURA**  
**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPETENCIA SOCIAL**

**CURSO**  
**2021/22**

**Grupo de alumnos**

Marta Fernández Martínez, Ana Fuente Salio,  
Alsira Robles Álvarez y María Torices Rodríguez

# ACTIVIDAD ANÁLISIS DE CUENTOS



## **1. Indica y describe el colectivo al que te diriges**

Juan es un menor de doce años en situación de desprotección, reside en un piso tutelado en el que una de nosotras realiza las prácticas. Este recurso tiene como objetivo la protección del menor, además de promover y fortalecer sus habilidades para conseguir una integración completa en un futuro tal y como está registrado en el BOCYL nº 135 de 13 de julio de 2005.

La problemática de Juan se debe a la desestructuración familiar que sufre, por lo que muestra un estilo de apego evitativo y escasas habilidades sociales, lo que a su vez provoca dificultad para expresar sus sentimientos, gestionar sus emociones y comunicarse de forma asertiva.

Este niño siempre ha tenido una familia desestructurada, su padre se encuentra interno en un centro penitenciario desde que él tenía tres años y su madre sufre adicción al consumo de sustancias tóxicas. Por otra parte, tiene un hermano del que no se tiene constancia. La única visita que tenía era con su abuelo, sin embargo, falleció hace pocos meses, lo que influyó negativamente en su actitud y en su comportamiento.

## **2. Identifico en qué emoción/apego muestra carencia**

Se ha observado en Juan un apego evitativo ya que no se encuentra cómodo en la interacción con su madre y cuando esta le llama al centro las conversaciones telefónicas son cortas y forzosas. En las salidas al exterior, Juan siempre va obligado y manifiesta sus ganas de que llegue la hora de volver al centro.

El vínculo evitativo está caracterizado por una actitud de indiferencia, el niño muestra problemas para sentir, identificar y expresar emociones propias y de otras personas. Por lo tanto, creemos que es importante trabajar las emociones para que aprenda estrategias de comunicación asertiva y de afrontamiento. También, muestra dificultad para compartir sus sentimientos e identificar sus emociones ya que cuando mantenemos una conversación con él, ofrece respuestas escasas y muy superficiales sólo por “quedar bien”. Se ha observado que es un chico que necesita mucho espacio para sí mismo debido al miedo a las relaciones con

los demás, lo que provoca una baja autoestima. El origen de este tipo de apego proviene desde la infancia debido a que su madre nunca fue una figura de referencia para él.

En cuanto a sus relaciones con el resto de compañeros, Juan se relaciona de manera correcta pero sin implicarse demasiado, colaborando y ayudando siempre que puede, aunque de manera muy superficial.

Finalmente, observamos que se muestra autosuficiente, aunque esto se debe a que no es capaz de identificar y analizar sus sentimientos, lo que origina una falsa seguridad. Como consecuencia de esto muchas veces toma decisiones sin ningún tipo de criterio ya que no utiliza sus emociones para saber lo que siente y lo que realmente quiere. Juan se muestra valiente, escondiendo sus sentimientos y evitando afrontar la adversidad, de manera que minimiza los temas dolorosos.

### **3. Selecciono el cuento apropiado**

Para trabajar con Juan apropiadamente y poder fortalecer y desarrollar sus habilidades y capacidades, se ha escogido el cuento “El hilo invisible”, de Miriam Tirado Torras, acerca de los vínculos afectivos existentes entre una niña y su familia y amigos, para qué sirven, cómo fortalecerlos, etc. Asimismo, trata el tema de la separación parental o de la ausencia de uno de los progenitores, que puede ser útil para trabajar la relación del menor con sus padres.

Además, gracias a la lectura de este cuento se puede potenciar la inteligencia emocional y la expresión de sentimientos y emociones, algo esencial debido a las diferentes circunstancias de la situación personal del usuario; por ejemplo, la falta de cariño, apoyo y cuidado de ambos padres.

<https://www.elbloginfantil.com/hilo-invisible-cuento-vinculos-nos-unen.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=o69UqKRLHZY>

#### **4. Explico cómo trabajaría**

Se plantea la lectura del cuento después de cenar, antes de ir a dormir. El educador deberá leer el cuento con pausas, tono fluido y entonación adecuada, mostrándole los dibujos y creando un ambiente seguro y de intriga. Al acabar la lectura es conveniente tratar con el niño sus sentimientos, la forma en la que ha entendido el cuento y hacerle reflexionar sobre los aprendizajes derivados de la lectura del mismo.

La actividad que proponemos para realizar con el niño consiste en la creación de una manualidad que simbolice la unión entre dos corazones mediante un hilo, de manera que cuando el niño la vea recuerde que aunque los corazones estén separados, o se encuentre alejado de una persona, el hilo siempre le va a mantener unido a esa persona especial. Durante la realización de la manualidad se tratarán diversos temas con Juan como el duelo o el establecimiento de relaciones sociales para conseguir un apego seguro.

También, es importante que en el momento en que vea los corazones unidos no se acuerde sólo del hilo que le une a dichas personas, sino que se de cuenta de que hay situaciones en las que se experimentan emociones “negativas” como el duelo o la tristeza y es importante aceptarlas, manifestarlas y entender dichas emociones. Las emociones negativas las simbolizaremos con marcas negras en el corazón, de tal forma que el menor comprenda que son normales y que todo el mundo las tiene. Para hacer referencia a los puntos negros y ayudar al menor a identificar sus emociones, plantearemos una segunda actividad que consistirá en escribir en dos posits emociones positivas y negativas. Los resultados se colgarán con un hilo y pinzas en la habitación de Juan.

#### **Símbolos que vamos a trabajar:**

- “El hilo”. Según el Zohar, es uno de los símbolos más antiguos, como el cabello. El hilo simboliza la conexión esencial, en cualquiera de los planos, espiritual, biológico, social, etc.
- “La muerte”. Fin de un período pero especialmente cuando surge como sacrificio o deseo propio de destrucción, por efecto de la tensión excesiva (Romeo y Julieta, Tristán e Iseo). El héroe muere joven por la misma razón. Sigfrido, Aquiles, Balder. La necesidad pública de un sacrificio de esta índole motivaba el «asesinato ritual del

rey», en el que a veces se le dejaba la posibilidad de sobrevivir, si salía vencedor en un combate. Uno de los ejemplos de este rito es descrito por Frazer. Indica que el festival en el cual el rey de Calicut arriesgaba su corona y su vida, se conocía como «El Gran Sacrificio». Ocurría cada doce años, cuando el planeta Júpiter se hallaba en retrogradación en Cáncer, por suponerse una relación entre el planeta y el destino del rey (21).

- “El corazón”. Es la única víscera que los egipcios dejaban en el interior de la momia, como centro necesario al cuerpo para la eternidad. En la doctrina tradicional, el corazón es el verdadero asiento de la inteligencia, y corresponde al sol. Según los alquimistas, el corazón es la imagen del sol en el hombre, como el oro es la imagen del sol en la tierra. La importancia del amor en la mística doctrina de la unidad explica que aquél se funda también con el sentido simbólico del corazón, ya que amar sólo es sentir una fuerza que impulsa en un sentido determinado hacia un centro dado. En los emblemas el corazón significa el amor como centro de iluminación y felicidad, por lo cual aparece rematado por llamas, una cruz, la flor de lis, o una corona.

**ACTIVIDAD 1:**

<b>ACTIVIDAD</b>	El corazón
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar a conocer y normalizar las emociones más tristes o “negativas” tanto en uno mismo como en relación con otras personas.</li> <li>- Simbolizar la conexión que se tiene con otras personas y reflexionar sobre ello.</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	Para llevar a cabo la actividad, se van a crear dos corazones con una cartulina que estarán conectados con un hilo rojo, mostrando los sentimientos y emociones

	más alegres. En cambio, también habrá sentimientos y emociones tristes, diferenciadas con un hilo negro.
<b>RECURSOS</b>	Cartulina, tijeras, hilo rojo y pompones negros.

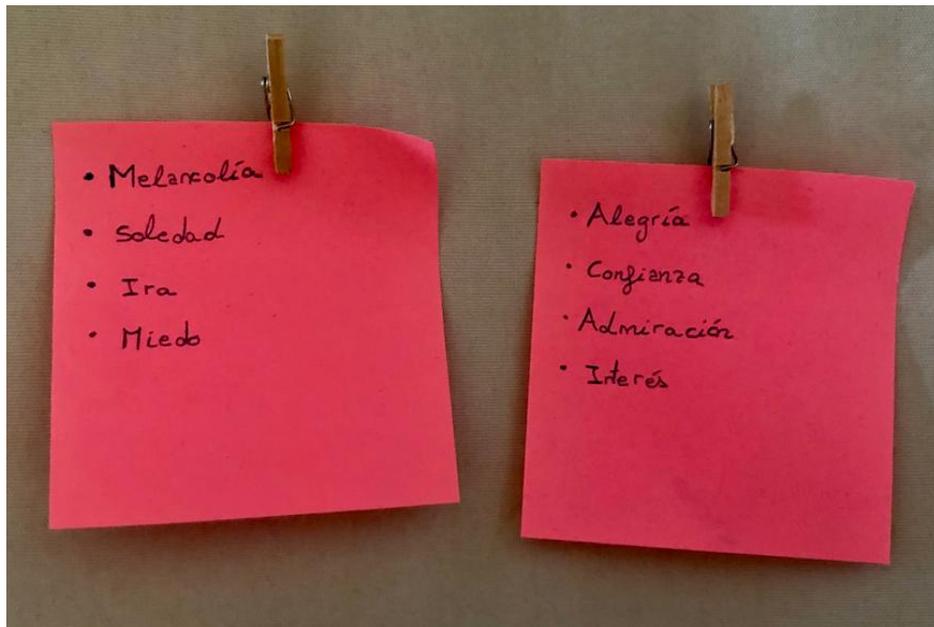
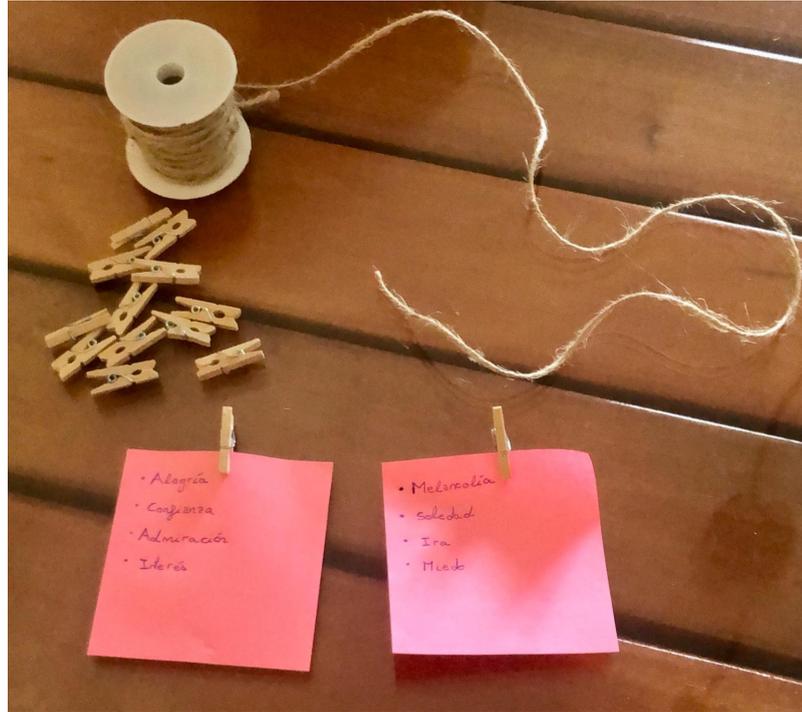


## ACTIVIDAD 2:

Una vez finalizada la actividad 1 realizaremos esta actividad “colgando emociones” ya que su fin es complementar la actividad anterior, representando de manera más detallada y reflexiva la actividad “El corazón”.

En primer lugar, el niño va a escribir en un *posit* aquellas emociones que le hacen sentir bien, de las que está orgulloso de sentir, por lo tanto, estas emociones representan el hilo rojo del corazón realizado en la actividad 1. En segundo lugar, en otro *posit* expondrá aquellas emociones que le hacen sentir más vulnerable, las que le cuesta más exteriorizar o manifestar ante otras personas, estas emociones son las que formarían los pompones negros del corazón.

<b>ACTIVIDAD</b>	Colgando emociones
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Trabajar el autoconcepto.</li><li>- Reconocer todas las emociones.</li><li>- Visibilizar las emociones que nos hacen sentir alegres y nos enriquecen y las tristes o las que nos hacen sentir vulnerables.</li></ul>
<b>DESARROLLO</b>	En un <i>posit</i> se van a expresar aquellas emociones que corresponden al hilo rojo del corazón (amor, alegría, admiración, confianza, fascinación...), en otro <i>posit</i> escribirá las emociones que forman los pompones negros del corazón (tristeza, miedo, ira, duelo...). Después se colgará un hilo y se colgarán los <i>posits</i> , para que el menor los pueda ver todos los días.
<b>RECURSOS</b>	<i>Posits</i> , bolígrafos, hilo, pinzas.



**ACTIVIDAD**  
**VÍNCULOS AFECTIVOS A TRAVÉS DE LOS CUENTOS**  
**EMOSÉMICOS.**

**ASIGNATURA**  
**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPETENCIA SOCIAL**

**CURSO**  
**2021/22**

**Grupo de alumnos**

Patricia Diez, José Daniel Diez, Cecilia Diez, Ginger  
Moya y Alicia Oblanca

# “La SOLEDAD en personas mayores”

## 1. Colectivo al que se dirige

El **colectivo al que nos dirigimos es** el de personas mayores, **en particular**, al colectivo de personas mayores en el mundo rural. El objetivo que nos planteamos es afrontar la soledad, ya que 6 de cada 10 personas mayores viven solas inmersos/as en una soledad no deseada. Además, también está presente la soledad subjetiva que surge por el círculo social que se tenga.

Este sentimiento se desarrolla por los siguientes factores:

- Síndrome del nido vacío: Se origina cuando los hijos e hijas se independizan, esto genera que se distancian de sus padres, y estos sufren el sentimiento de tristeza y soledad.
- Malas relaciones con la familia: En diversas ocasiones estas personas suelen vivir alejadas de sus familiares, debido a que los lazos familiares se deterioran, por lo que las personas mayores se encuentran en un entorno rodeados de soledad.
- Duelo por un ser querido: Con frecuencia, se da la situación de viudedad, este hecho puede llegar a ser traumático sobre todo para las personas mayores, esta soledad se acentúa aún más.
- Prejuicios sociales: Generalmente se tiene una visión negativa sobre la vejez, la persona mayor se siente excluida, inútil y como si fueran una carga.

## **2. Emoción en la que muestra carencia**

La carencia que se aborda con la cuentoterapia está relacionada con la emoción de la soledad que la sufre en gran medida el colectivo elegido.

La emoción que vamos a abordar con la cuentoterapia será la soledad. La soledad se trata de la ausencia de relaciones significativas para la persona. La ausencia de apego, es decir, “que proporcione una base segura”. La soledad puede provocar sensaciones de vacío y tristeza, intentando llenar las carencias que producen esta soledad.

Todas las personas se sienten solas alguna vez en la vida y por normal general este sentimiento no suele gustar a nadie. Por ello debemos de aprender a gestionar esta emoción.

El origen yace en otros factores que no están vinculados a las personas que nos rodean o a la ausencia de ellas, sino a los siguientes sentimientos: incomprensión, falta de momentos de calidad, tristeza, inseguridades, miedo al abandono entre otros. Dicha emoción puede afectarnos a nivel físico y psicológico (pérdida de autoestima, ansiedad).

Las personas mayores suelen desarrollar este sentimiento no solo por su reducción de círculo social y la partida de sus hijos, si no también porque no se sienten productivos o sienten que estorban. Por ello en muchos casos ellos solos se aíslan y terminan desarrollando el sentimiento de soledad. La soledad es frecuente en la población adulta mayor, y aún más en personas en situaciones desfavorables. Usualmente, está asociado con variables sociodemográficas, como mayor edad, ser mujer, ausencia de pareja y bajo nivel educativo.

### 3. Seleccionó el cuento apropiado

Los cuentos que enumero a continuación nos ayudarán a trabajar y acompañar el duelo. Los primeros serán los que trabajaremos, no obstante ellos dispondrán de otros cuentos los cuales también les ayudarán mucho además de proporcionarles nuevas perspectivas.

**Vacío**, uno de los que más trabajaremos

**Así es la vida**

**El globo/el pájaro**

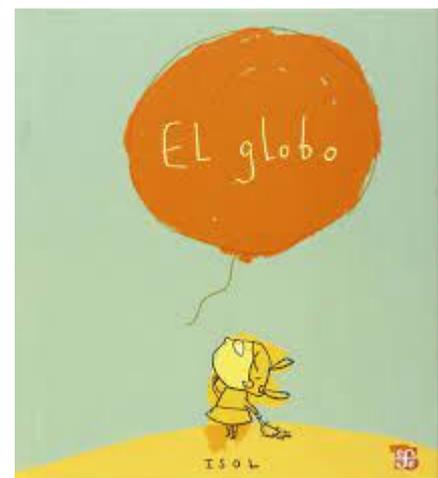
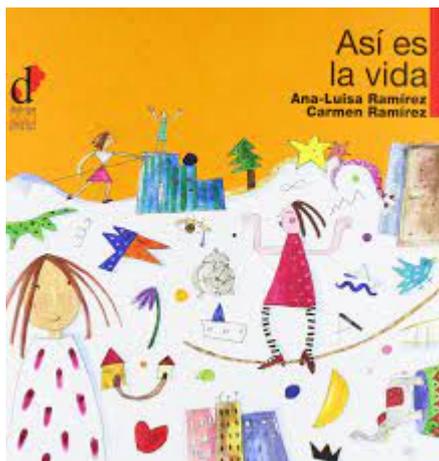
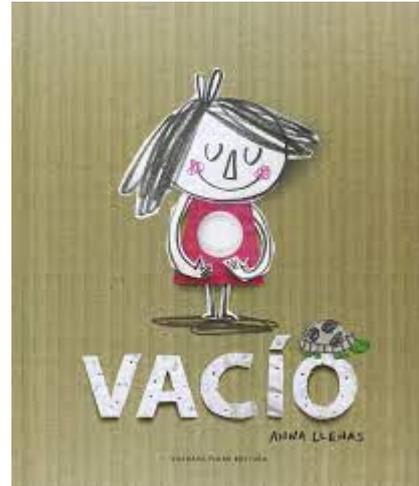
*Las cosas que importan*

*Estoy contigo*

*Los nudos*

*Cicatrices*

...



#### 4. Explico cómo trabajaría

Se va a trabajar principalmente con 3 cuentos los cuales se van a leer a nivel individual o grupal al final del día, justo antes de irse a dormir o después de cenar. Es importante tener en cuenta el ritmo con el que se lee, la entonación, mostrar las imágenes y crear un ambiente adecuado teniendo en cuenta el tipo de luz, la posición en la que se encuentran tanto la persona que lee como la que escucha, el lugar donde se procede a leer el cuento, llamando siempre a la máxima comodidad y predisposición de escucha activa.

Al finalizar la lectura de los cuentos es interesante que se coloquen en modo vertical en “el lugar de los cuentos” que le sea asignado, lugar donde se colocarán todos los cuentos por si alguna persona los quiere releer.

Nuestro objetivo es trabajar la soledad a través de la lectura de unos cuentos con las personas mayores en el mundo rural para ello hemos escogido varios cuentos pero trabajaremos principalmente con dos; “El vacío” y “Así es la vida”.

“**El vacío**” es un cuento en el que la protagonista es una niña, Julia. Julia es una niña feliz, que juega y vive como todos los niños y niñas, pero de repente apareció en ella un gran vacío en el estómago llevando toda la felicidad. Julia se pasa la mayor parte del cuento buscando tapones para tapar ese vacío que la hace estar tan triste hasta que se da cuenta de que de ese vacío salen cosas maravillosas como colores, fantasías que a ella la encantaban y se empezó a fijar en que todas las personas tiene un vacío en su interior, más grande o más pequeño, y empezó a hablar de ese vacío, de cómo se sentía con las personas que también lo sentían y de repente ese vacío se fue haciendo más y más pequeño, pero nunca se fué, lo que a Julia no la importaba porque comprendió que todas las personas teníamos un vacío más grande o más pequeño y que teníamos que vivir con él viendo su parte positiva y la importancia de hablarlo con las demás personas.

Este cuento consideramos que es interesante para trabajar la soledad con las personas mayores en el ámbito rural ya que se trabaja la ausencia de felicidad, lo que es tener un “vacío interior”, una ausencia; la soledad y cómo trabajarla. Consideramos que en el cuento aparece muy bien reflejado ya que Julia intenta tapar ese vacío, tapar, oprimir ese sentimiento y tras varios intentos descubre que

no es capaz, que la solución es gestionarlo. Esto con las personas mayores se quiere transmitir lo mismo, que la solución a esas emociones negativas no son reprimirlas ya que no se van a ir, sino gestionarlás viendo lo positivo que podemos sacar de ese vacío que es la soledad y el ver que hay más personas que se encuentran en su misma situación, entonces hablarlo con ellas para que esa emoción negativa disminuya y también crear así relaciones sociales que disminuyan esa soledad.

**“Así es la vida”** Es un cuento que trabaja principalmente la aceptación, propone varias situaciones que pueden salir bien o también mal, poniendo de ejemplo una fiesta, una visita, un regalo y entre ellos se encuentra la soledad. Que hay veces que te encuentras mal o bien y tienes al lado a la persona que necesitas, pero otras veces no, pero es que ante todos los casos así es la vida. Esto es lo que reivindica el cuento remarcando como he mencionado anteriormente la aceptación de todos los acontecimientos que nos pasan. El cuento finaliza ofreciendo alternativas cuando las cosas salen mal, tales como si no viene la visita que esperabas aprovechar el tiempo contigo mismo, o si necesitas en ese momento estar con alguna persona que no está escribirle una carta expresando lo que la echas de menos y como te sientes.

Este cuento nos parece imprescindible ya que trabaja la aceptación, algo importante en cualquier edad, incluso en la tercera, el aceptar también a esta edad que hay cosas que a veces salen bien y otras mal, y el aceptar siendo más concretos la soledad. La manera de gestionarla que tiene este cuento nos parece una herramienta muy útil; El escribir una carta a la o las personas que echamos de menos expresando cómo nos sentimos, ya que el escribirlo también es otra herramienta de gestión.

**“El globo y el pájaro”** es un cuento que tiene como protagonista a un globo y a un pájaro los cuales hablan de la soledad y lo que supone darle valor, otro aspecto importante para trabajar con las personas mayores disminuyendo la connotativa negativa que tiene esta.

**5. Explico en detalle (con texto, imagen, video) la preparación del símbolo y qué diría para presentarlo.**

La práctica que se ha diseñado hace referencia a dos de los cuentos mencionados. Por un lado, utilizamos el cuento “Así es la vida”, ya que se alude a la persona que se echa de menos expresando cómo nos sentimos a través de una carta. Por otro lado, también utilizaremos el cuento de “El globo y el pájaro” ya que durante la actividad que realizaremos emplearemos un globo cuya función será alejarse llevando el mensaje escrito en las cartas escritas en un primer momento.

La actividad que hemos diseñado consistirá en que los participantes de la actividad escribirán una pequeña carta (o incluso únicamente una palabra) que dedicarán a una persona a la que echan de menos, por la circunstancia que sea (una separación, un enfado, un fallecimiento, etc.) Las cartas de todos y todas se guardarán en una pequeña bolsa que ataremos a la cuerda de un globo de helio.

Para finalizar la actividad, todos deberán agarrar la cuerda del globo para luego soltarlo y dejarlo ir.

De esta manera, pretendemos que las personas se liberen de esas “cosas” que no pudieron o no quisieron en su momento decirle a la persona a la que se dirigen en concreto.

Enlace a vídeo relacionado con la actividad que vamos a realizar:

<https://www.youtube.com/watch?v=FAkJuiV9adE>

**ACTIVIDAD**  
**VÍNCULOS AFECTIVOS A TRAVÉS DE LOS CUENTOS**  
**EMOSÉMICOS.**

**ASIGNATURA**  
**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPETENCIA SOCIAL**

**CURSO**  
**2021/22**

**Grupo de alumnos**

Lucía García Palencia, Julia Ladra Álvarez, Erenia  
Lirón Ruiz. Marta Martínez Castro y  
Iris Sánchez García

## **OPCIÓN PRIMERA**

### **1. Colectivo y personas destinatarias**

El colectivo destinatario de esta dinámica es el de menores, particularmente, vamos a centrar nuestra intervención en la *Fundación Cruz de los Ángeles*, que integra personas usuarias desde los 12 hasta los 18 años, pudiendo incluir hasta los 21 en situaciones excepcionales. Teniendo en cuenta dicha información, nos centraremos en el rango de edad de los 14 a los 16, periodo intermedio de actuación, ya que el nivel madurativo es similar y la adaptación al mismo es más fructífera para lograr los objetivos deseados.

El objetivo de esta fundación es promover la atención integral de los/las menores y jóvenes como derecho fundamental, mejorando su calidad de vida y proporcionando el diálogo, intercambio y fomento de actuaciones que conlleven a forjar personas adultas autónomas preparadas, saludables y seguras. Pues bien, se rige de acuerdo con la Ley Orgánica 5/2000, de 12 de enero, reguladora de la responsabilidad penal de los menores, marco legislativo al que nos acogemos para la implementación de lo que se establece en el presente documento.

### **2. Tipo de emoción/apego en el que se muestran carencias**

La emoción que se pretende abordar mediante la cuentoterapia se relaciona con la autoestima, la cual se ve en muchos casos afectada debido a las circunstancias personales a las que se enfrentan los/las menores que se encuentran dentro del recurso de los pisos tutelados. En el presente caso, haríamos referencia a una baja autoestima como carencia manifestada en muchos de los/las usuarios/as de esta fundación, por lo que la emoción en la que nos focalizaremos será el amor, tanto propio como hacia los/las demás, el cual se pretende potenciar mediante la puesta en práctica de la intervención terapéutica basada en los cuentos emosémicos.

La elección de la misma viene dada por las diversas situaciones que encontramos en los/las menores que presentan una baja autoestima y, por lo tanto, una gran frustración. Por el contrario, la emoción que se pretende empoderar es el amor con

uno/a mismo/a y con lo que respecta a las demás personas, como base para hacer frente a lo mencionado, que surge como efecto colateral de esa baja autoestima. De esta forma, se generará en los/las menores una situación emocional basada en la seguridad en sí mismos/as, en la confianza de sus propias aptitudes o habilidades y en la persistencia frente a situaciones que muestren dificultades.

Consideramos que es necesario intervenir en la autoestima desde dos puntos claves: la autoestima del/de la propio/a usuario/a influenciada por su percepción de sí mismo/a y la autoestima que se genera partiendo de los vínculos de apego de las figuras de referencia (madre/padre generalmente).

Por un lado, es importante trabajar la autoestima y la valoración personal, la cual surge del valor y aceptación que se tiene de uno/a mismo/a y que puede verse afectada por los procesos de socialización. El concepto de autoestima, surge en la infancia intermedia, donde el/la individuo comienza a comparar su “yo real” con su “yo ideal”, frente a las personas que le rodean (William James, 1890). James fue quien utilizó en un primer momento el concepto de autoestima para referirse a la medida en la que las personas se valoran a sí mismas de acuerdo al éxito o fracaso percibido en alcanzar sus objetivos.

Por otro lado, se considera imprescindible, a su vez, trabajar la autoestima que proviene de los vínculos de apego, de las figuras de referencia, por lo que en este caso, también nos centraremos en trabajar la emoción del amor, un amor seguro, aspecto que no ocurre con los tipos de apego habituales de las familias de los/las implicados en el presente proyecto.

Esta parte de la autoestima, puede verse afectada por un entorno en el que se produzcan circunstancias sobre todo negativas, las cuales impactan en la visión sobre sí mismo de la propia persona y donde pueden incluirse una serie de factores como, por ejemplo, mensajes negativos constantes, ridiculización, abusos, mal ambiente familiar, experiencias negativas tempranas o falta de demostración de afecto y cariño.

La autoestima se desarrolla lentamente y es la base de la capacidad que creemos poseer para desempeñar todo tipo de acciones. Además, influencia nuestros pensamientos, nuestra moral y nuestra ética, ocasionando el control o descontrol de la propia vida y de nuestras acciones frente a los demás.

Como consecuencia de lo mencionado, el tipo de apego que podría asociarse con una baja autoestima, sería el apego ansioso - ambivalente, el cual puede producir una baja confianza tanto en sí mismo como en el resto e incluso dependencia en el futuro, inseguridad y habilidades sociales reducidas. Dentro de este tipo de apego, se incluye una falta de predicción de afecto físico y emocional proveniente de las figuras de referencia, por lo que la persona se encuentra en una constante preocupación por no conocer aquellos momentos en los que puede conectar con ellas. Sin embargo, también puede asociarse a un apego evitativo, donde la persona genera relaciones desconfiadas y distantes, con conductas con escasa autonomía personal y emocional, con dificultad de manifestarse afectivamente e incluso miedo en la intimidad.

Se produce en personas en las que durante su infancia, sus necesidades afectivas no han sido satisfechas y como resultado, la propia persona siente rechazo hacia la figura de referencia. Generalmente, los/las niños/as que se relacionan con un estilo de vínculo afectivo evitativo se muestran autosuficientes, dan seguridad a otros, pero porque han negado su vulnerabilidad y sus carencias, dado que no tienen contacto con sus emociones. Por tanto, es una falsa seguridad en la medida en que parte de esa independencia, autonomía y autosuficiencia, radica en que en el fondo no puede reconocer las emociones que le asustan, y no se puede guiar por sus sentimientos. Por ello, es posible que se lance a hacer cosas sin realmente sentir qué desea, qué teme, qué necesita. Es decir, no pueden emplear la sabiduría de las emociones para tomar decisiones y para poder ser auténticos y coherentes consigo mismos/as. Por el contrario, creerán que no tienen miedo, que no se ponen tristes, afrontarán de manera pragmática la adversidad, dejando un rastro de sufrimiento metido en un cajón (que luego puede derivar en fobias, depresión, etc.). Por ejemplo, pasan con prisa por los temas dolorosos, como: “la vida es así, la vida sigue, hay que afrontarla”, y minimizan la importancia de las relaciones con otros/as y sus pérdidas.

### 3. Selección del cuento apropiado

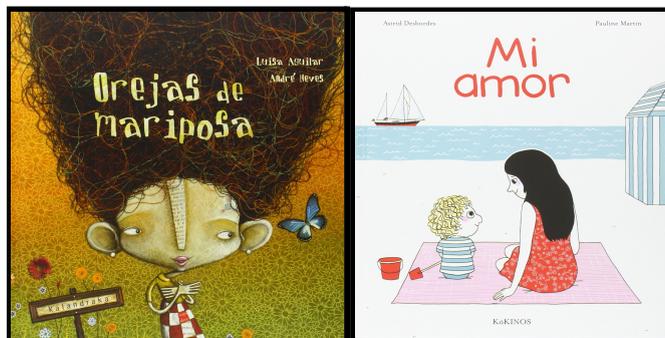
La selección del cuento apropiado para trabajar estas carencias, tanto emocionales de las personas usuarias adolescentes como en relación a su tipo de apego (el cual se suele caracterizar por ser ansioso - ambivalente o evitativo), se enfoca en dos vías de actuación.

Aunque uno de los cuentos, *Orejas de mariposa*, de Luisa Aguilar y André Neves, trabaja la emoción del amor frente a la frustración por la baja autoestima de los/las menores de entre 14 y 16 años de la fundación, hay un segundo cuento que vamos a trabajar tanto con estos adolescentes como con sus respectivas familias en el caso de que fuera posible dicha intervención: *Mi amor*, de Astrid Desbordes y Pauline Martin, el cual se centra en el apego seguro frente al ansioso - ambivalente o evitativo que queremos deconstruir, focalizando la actuación en dicha emoción, tanto a nivel propio como interpersonal.

En la primera de las lecturas, *Orejas de mariposa*, la protagonista, Mara, sufre burlas constantes en el colegio por sus grandes orejas entre otros rasgos, por lo que ella se dispone a preguntarle a su madre por las mismas, dándole esta una respuesta muy inteligente acerca de la importancia y el valor de sus características únicas, irremplazables y bonitas en función de cómo sean vistas tanto por ella misma como por las demás personas. Aquí se muestran dos claves a la hora de implementar la intervención: el fomento de una buena autoestima y la necesidad de respetar las diferencias, de manera bidireccional, con el resto de personas.

En la segunda lectura, *Mi amor*, el protagonista, Archibaldo, le pregunta a su madre mientras le acuesta en la cama que si ella le quiere, respondiendo que sí de todas las formas que se le ocurren. Al final, le dice que le va a querer para siempre, apareciendo ilustradas unas cuantas figuras del mismo vestido con el uniforme de diferentes profesiones y/o aficiones. Esto simboliza un tipo de apego seguro, ya que se muestra esa afectividad, cariño y comprensión que se requiere por ambas partes y las cuales pretendemos demostrar a los/las adolescentes implicados/as en la actividad.

A continuación, se presentan las dos portadas de los cuentos emosémicos elegidos para implementar el proyecto en cuestión como modo de su mejor identificación para obtenerlos si así se requiriese:



#### 4. Justificación de la adecuación del cuento

La elección del cuento la hemos enfocado a trabajar la emoción del amor, tanto propio en el fomento de la autoestima como interpersonal y con las figuras de apego, por lo que la adecuación del mismo viene determinada por la utilización de uno de ellos para intervenir de manera directa sobre ambas cuestiones, es por lo mismo por lo que nos centraremos en *Mi amor*, de Astrid Desbordes y Pauline Martin, como base de actuación sobre la baja autoestima y las características de los apegos evitativo y ansioso - ambivalente.

Los puntos clave que trata son el afecto y el cariño como base para una buena creación de la familia y el aumento y mejora de la autoestima gracias a su implicación en la cobertura de las necesidades más básicas, entre las que se encuentran la proporción del amor en todas sus formas.

## **5. Explicación de cómo se trabajaría la actividad con el colectivo seleccionado**

La estructura que vamos a seguir en el planteamiento de esta actividad es de carácter grupal, ya que se va a realizar con todos los/las adolescentes que viven en los pisos tutelados de la *Fundación Cruz de los Ángeles*, con edades comprendidas entre los 14 y 16 años.

La cuentoterapia se implementará a lo largo de una tarde, de manera que se trabaje la autoestima, en relación a la emoción del amor propio y hacia los/las demás, en concreto, en cuanto a las figuras de referencia y el tipo de apego seguro, en el que suelen mostrar carencias afectivas en este sentido.

Asimismo, es de suma relevancia tener en cuenta el ritmo con el que se lee, la entonación, mostrar las imágenes, crear el ambiente del cuento (la luminosidad, la posición corporal, etc.). Además de que cada cuento que se lea se coloque en modo vertical en el *Rincón de los cuentos*, sitio donde colocaremos los cuentos que vayamos leyendo por si alguno de los/las adolescentes lo quiera releer.

A partir de la lectura del cuento *Mi amor*, que es el seleccionado para trabajarse por su intervención sobre ambas partes establecidas (figuras de apego y autoestima), se plantea el símbolo “casa”, el cual tiene muchas acepciones, sin embargo, en el presente cuento haremos referencia a ella, como la sabiduría por la experiencia personal y tradicional y como significado relativo a la relación entre el cuerpo de una persona y su asimilación con la estructura de una casa y las características con las que debe contar para que se conforme como tal. Haremos hincapié en concebir la imagen de la casa como la imagen de un hogar, el cual se debe sostener con competencias como la empatía, el respeto mutuo, la confianza, el afecto o cariño, etc.

A continuación, dejamos explicitada la definición simbólica del término “casa”, según el *Diccionario de Símbolos de Cuentos Maravillosos* de Cirlot (1992):

### SÍMBOLO: CASA

Los místicos han considerado tradicionalmente el elemento femenino del universo como arca, casa o muro; también como jardín cerrado. Otro sentido simbólico es el que asimila estas formas al continente de la sabiduría, es decir, a la propia tradición. El simbolismo arquitectónico, por otra parte, tiene en la casa uno de sus ejemplos particulares, tanto en lo general como en el significado de cada estructura o elemento. Sin embargo, en la casa, por su carácter de vivienda, se produce espontáneamente una fuerte identificación entre casa y cuerpo y pensamientos humanos (o vida humana), como han reconocido empíricamente los psicoanalistas. Ania Teillard explica este sentido diciendo cómo, en los sueños, nos servimos de la imagen de la casa para representar los estratos de la psique. La fachada significa el lado manifiesto del hombre, la personalidad, la máscara. Los distintos pisos conciernen al simbolismo de la verticalidad y del espacio. El techo y el piso superior corresponden, en la analogía, a la cabeza y el pensamiento, y a las funciones conscientes y directivas. Por el contrario, el sótano corresponde al inconsciente y los instintos (como en la ciudad, las alcantarillas). La cocina, como lugar donde se transforman los alimentos, puede significar el lugar o el momento de una transformación psíquica en cierto sentido alquímico. Los cuartos de relación exponen su propia función. La escalera es el medio de unión de los diversos planos psíquicos. Su significado fundamental depende de que se vea en sentido ascendente o descendente. Por otro lado, como decíamos, también hay una correspondencia de la casa con el cuerpo humano, especialmente en lo que concierne a las aberturas, como ya sabía Artemidoro de Daldi.

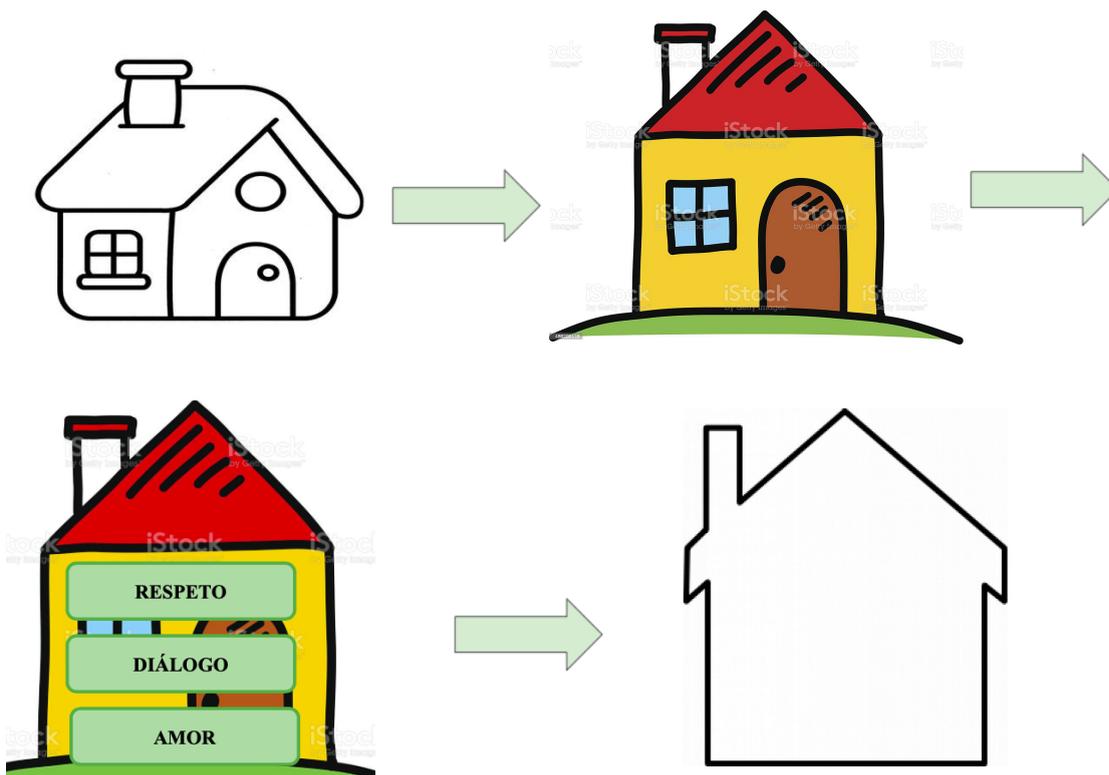
En lo que respecta a la dinámica a poner en práctica tras la lectura e interpretación del cuento en cuestión, pasará a explicarse a continuación de manera más concreta, teniendo en cuenta la referencia a la simbología escogida a tratar.

## DINÁMICA:

Repartiremos media hoja a cada persona participante, en la que tendrán que dibujar una casa a su gusto. Una vez dibujada la casa, si se desea, deberán decorarla de la manera que elijan: pintarla con pinturas, añadirle detalles como brillantina, etc.

Después de realizar esa primera parte, por delante de la casa escribirán los 3 pilares fundamentales que se necesitan para que una casa sea un hogar, entendiendo como “hogar” ese espacio seguro, de confianza, respeto, amor, etc. que nos proporcionan o nos deberían proporcionar las personas de referencia.

Por último, escribirán una carta por la parte trasera dirigida a la persona de referencia o figura de apego en donde podrán desahogarse, agradecer o comentar cualquier sentimiento o pensamiento que tengan hacia esa persona.



**Grupo Innovación Docente "GAS" y  
Cátedra Extraordinaria de "envejecimiento en  
todas las edades"  
de la Universidad de León**

