

### 3.3.1. Asamblea para el bienestar emocional y la convivencia

#### Objetivos

#### Objetivo general

Facilitar un entorno en el aula de comunicación, a través de la creación de espacios y dinámicas específicas y periódicas para compartir y participar de manera segura en la asamblea.



#### Objetivos específicos

1. Crear espacios seguros y dinámicas dentro de la asamblea del aula que faciliten que el alumnado reflexione sobre sus propias emociones y proyectos, se sienta en confianza para compartir sus pensamientos y sentimientos, si así lo desea, y donde también puedan realizar propuestas al grupo.
2. Poner a disposición del alumnado mecanismos que le ayuden a identificar las emociones propias y ajenas, a aprender cómo y cuándo expresarlas de manera adecuada, a pensar sobre sus propios proyectos de vida, a desarrollar la escucha activa y la empatía, a hacer frente a los miedos, a trabajar colectivamente y a resolver conflictos de forma constructiva.
3. Facilitar la participación del alumnado en la toma de decisiones respecto a lo que les atañe.

#### Metodología

1. Crear un **espacio específico y periódico asambleario**, por ejemplo, integrado en las tutorías, cuando lo contemple así el horario del centro, o en un momento fijo de la semana. La metodología a usar ha de ser dinámica y activa, siendo el alumnado el protagonista [50][51].
2. En la **primera asamblea** se establecen colectivamente las “reglas de juego”:
  - Se explica que el objetivo es reflexionar sobre nuestras emociones y tener un espacio seguro para expresar los pensamientos, emociones y sentimientos, para aquellas personas que así lo quieran, sin juicios de los demás, así como hacer las propuestas que se consideren.
  - Tamaño de los grupos: debe ser un espacio de confianza, por lo que se recomienda que sea el alumnado de la misma clase. En función de los grupos, se puede decidir hacer subgrupos para facilitar el clima de confianza.
  - Disposición en el aula: en algunas edades y grupos puede ayudar estar sentados en círculo o semicírculo, ya que favorece la comunicación y proximidad.
  - Profesorado: tiene el papel de acompañante, de soporte en la asamblea, guía y orienta la actividad. Constantemente proporcionará modelos de actuación que el alumnado interiorizará, motivará a la escucha activa, la empatía, la participación y el respeto por el compartir de los demás, dinamizará el grupo, proporcionando seguridad en el momento de compartir experiencias.
3. Empezar cada sesión con preguntas para **reflexión interior** tipo: ¿cómo me siento hoy?, ¿cómo ha ido la semana?, ¿qué me gustaría hacer en un futuro? Se puede utilizar un cuaderno, a modo de diario, para que el alumnado pueda escribir lo que va reflexionando. Para infantil se pueden utilizar herramientas como el semáforo (expresión de las emociones a través de colores) o cartelería con señalética emocional para facilitar la expresión de cómo se encuentran, qué cosas les han pasado y sus proyectos a medio plazo.

4. A continuación, se genera un espacio para que aquellas personas que se sientan cómodas puedan **compartir** pensamientos o emociones en el grupo, cuidando de que se cree un clima de respeto y confianza. Puede ser que haya grupos con más dificultad de compartir, se ha de respetar y mantener la posibilidad abierta a lo largo del curso. En los casos en los que se logra la confianza para compartir, puede ayudar a que se generen vínculos protectores entre iguales.
5. Finalizar con una dinámica para manifestar **propuestas de cambios que se puedan realizar en clase o en el colegio** para mejorar el bienestar emocional y la convivencia.
  - Debatirlas y consensuarlas en el grupo con ayuda del profesorado.
  - Posteriormente se pueden generar interrelaciones con otros grupos más grandes para abordar alguna temática común que haya surgido. Por ejemplo, una asamblea a nivel aula, que en otro momento se integra con otras aulas, del mismo curso o de otros niveles. También puede ser una asamblea de alumnado, otra de profesorado y otra de familias, que luego se unen una sola asamblea.
6. Se recomienda realizar un proceso similar previo entre el **profesorado acompañante**, que sirva como espacio entre iguales donde poder reflexionar, compartir y proponer, y que le sirva como formación y experiencia, para poder empatizar y dinamizar mejor la actividad con el alumnado.

#### **Recursos humanos:**

Profesorado.

#### **Recursos materiales:**

Materiales propios de las aulas: ordenadores, medios audiovisuales, pizarra y el material específico elaborado.

Se puede utilizar material más técnico y específico relacionado con el desarrollo de las emociones (libros, cuentos, videojuegos, etc.).

Aula o espacio físico donde se realizan las asambleas. Se puede valorar hacerlo algún día del mes fuera de la escuela, en un espacio que se decida en grupo, por ejemplo, en la naturaleza (parque, montaña, pantano, etc.).

### Recursos

Ministerio de Educación y Formación Profesional. Consejo Escolar del Estado. Participación Educativa. Revista del consejo escolar del estado. **Participación, educación emocional y convivencia. ¿Qué tienen que ver las emociones con la participación en la escuela?:** <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:d1462b78-5e3f-444f-a223-d6d8796fb20c/pe-n8-participacion-educativa-2018.pdf>

Universidad de Cantabria. Julia Gutiérrez Muñoz. **Promoción de la inteligencia emocional en niños: identificar y comprender emociones:** <https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/5062>

Colegio Asunción de Vallecas (Madrid). **Experiencia del “metaverso interior”. 2021/2022:** <https://youtu.be/IGfeTv3vllw>



Fuente de la imagen: Pixabay