



DIRIGIDO A ED. INFANTIL Y PRIMARIA y 1º E.S.O



# INTELIGENCIA EMOCIONAL Y TEATROTERAPIA EN EL AULA

Curso 2022/2023



## 1. FUNDAMENTACIÓN.

Según Daniel Goleman, la Inteligencia Emocional (I.E.) es “la capacidad de reconocer las emociones, tanto propias como ajenas, y de gestionar nuestra respuesta ante ellas”.

Se podría decir entonces que la I.E. es el uso inteligente de las emociones, de modo que de forma intencional, hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de que manera pueden influir mejorando nuestros resultados.

Educar la Inteligencia Emocional en los estudiantes se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo, ya que desarrollar estas habilidades es algo primordial para el desarrollo evolutivo y socio-emocional del alumnado.

Con este taller pretendemos dar herramientas tanto al alumnado como a los docentes para poder seguir entrenando el desarrollo de su Inteligencia Emocional y favorecer, así, el vínculo que se crea en el aula, tanto entre el alumnado como en la relación docentes-estudiantes.

## 2. METODOLOGÍA.

Proponemos un taller práctico y vivencial a través de la participación activa del alumnado y del docente acompañante, con el objetivo de experimentar y aprender unos de otros para llegar a la comprensión integral de los objetivos del taller a través de las dinámicas prácticas que favorecen ese fin.

El teatro, por ser un medio ideal para la acción, que permite fomentar la empatía, la expresión de emociones y la interrelación con otras personas, es una de las técnicas principales que utilizamos en este taller. El teatro aquí se convierte en un medio y no en un fin.

Además, se mezclan otras técnicas de psicodrama, rol playing, mindfulness, arteterapia, cuidando siempre la creatividad, el juego y el humor.



### 3. DURACIÓN DEL TALLER I CALENDARIO.

El taller se divide en tres sesiones a realizar cada una de ellas en un trimestre.

Sesión 1: De octubre a diciembre de 2022.

Sesión 2: De enero a marzo de 2023.

Sesión 3: De abril a junio de 2023.

#### **Duración de las sesiones:**

- Duración de cada sesión en Educación Infantil: 60 minutos aprox.
- Duración de cada sesión en Primaria y 1º E.S.O: 90-100 minutos aprox. (Dos sesiones de clase).

### 4. CONTENIDO DEL TALLER:

#### **Contenido del taller para Educación Infantil 3 años:**

- **Emociones básicas:** rabia, tristeza, calma, miedo, alegría: conocer, reconocer y expresar emociones.
- **Escucha activa, atención y concentración:** acercamiento a la meditación.
- **Habilidades sociales** a través del teatro: dinámicas teatrales para ayudar a fomentar la expresión oral, la relación con el otro y con la clase.
- **Autoestima y empatía:** aprender a cuidar de uno mismo y cuidar de los demás.

#### **Contenido del taller para Educación Infantil 4 y 5 años:**

- Dinámicas de **gestión emocional:** aprender a reconocer sentimientos, emociones y cómo canalizarlas de forma positiva.
- **Escucha activa, atención y concentración.**
- **Autoconcepto:** ¿Quién soy yo?
- **Autotestima:** aprender a valorarnos a nosotros mismos.
- **Empatía:** ponerse en el lugar del otro.

## **Contenido del taller para Primaria Y 1º E.S.O:**

*El contenido de estas sesiones se adaptará a la edad de los alumnos en cada caso.*

- Dinámicas de **gestión emocional**. Reconocer sentimientos, emociones y cómo canalizarlas de forma positiva: creación de un Diario Emocional.
- **Automotivación**: aprender a motivarnos, conocer cuáles son nuestras metas y “para qué”, aprender las cualidades que se desarrollan en el estado de “flow”.
- El **optimismo** como facilitador emocional: aprender a detectar actitudes pesimistas, cómo combatirlos y cómo fomentar el optimismo para el desarrollo del alumnado.
- **Escucha, atención y concentración**.

## **5. BENEFICIOS QUE ESTE TALLER APORTA:**

- Conocer y valorar el lenguaje emocional propio para aprender a conocerse mejor a uno mismo.
- Aprender a canalizar de forma positiva las emociones propias.
- Fomentar el respeto y la confianza en el grupo.
- Desarrollar la autoestima y la empatía.
- Desarrollar habilidades sociales.
- Desarrollar la creatividad, potenciar valores i el trabajo en equipo.
- Potenciar la escucha, atención y concentración.
- Fomentar el optimismo y la automotivación.
- Fortalecer el vínculo en el aula.

## **6. CONDICIONES DE LA ACTIVIDAD Y NECESIDADES TÉCNICAS:**

El máximo de alumnos por sesión es de 25-30.

El taller se puede realizar tanto al aire libre como en una aula, dependiendo de las preferencias de cada centro escolar.

### **Necesidades técnicas y de material:**

- Sillas para los participantes del taller.
- Rotuladores, lápices de color y bolígrafos para los participantes.
- Equipo de música (a ser posible con usb o bluetooth). En caso de no disponer de equipo, es necesario avisar con antelación.
- Recomendable que los participantes asistan al taller con ropa cómoda.

## 7. INFORMACIÓN Y CONTRATACIÓN:

ARTCREAR, ESPAI ARTÍSTIC I TERAPÈUTIC

Núria García y Salvador Ronda

Telf: 697 895 941

Email: [espaiartcrear@gmail.com](mailto:espaiartcrear@gmail.com)



## FACILITADORES DEL TALLER:



**NÚRIA GARCIA**

Nacida a Novelda (Alicante) en 1984. Licenciada en Arte Dramático por la ESAD de Murcia en 2006. Máster en Danza Contemporánea y Arte de Movimiento por la UCAM (Murcia). Es terapeuta teatral por la Escuela Gestual de Barcelona. Curso de Adaptación Pedagógica C.A.P. Curso de Análisis transaccional por Pepe Chumillas y Juan Cruz. Cuentacuentos. Curso de Improvisación por Carles Castillo. Curso de entrenamiento actoral por Isabel Úbeda en el Odin Teatret (Dinamarca). Formación en clown por Antón Valén y Eric de Bont. Formación en Comedia del arte por Antonio Fava y Jose Gabriel Campos. Amplia experiencia como actriz en diferentes compañías de Murcia, Albacete, Alicante y Barcelona. Experiencia como actriz en audiovisual. Experiencia como conductora de talleres de creatividad emocional y teatro terapéutico. Codirectora de Artcrear.



**SALVADOR RONDA**

Nacido en Callosa d'En Sarrià (Alicante) en 1981. Título en Interpretación por la Escuela "El submarino" (Madrid). Experto Universitario en Inteligencia Emocional por la UNIR. Formación en Psicodrama por la Escuela de Psicodrama de Barcelona. Formación en Expresión Corporal por Arnold Taraborelli. Terapeuta Holístico. Curso de Técnica Meisner impartido por Miguel Ponce. Formación en la escuela holística de voz de Lidia García. Estudia con Ángel Gutiérrez en el "Teatro de Cámara" de Madrid. En el año 2007 viaja a Méjico para trabajar con la Productora Audiovisual de Fernanda Rivero "Córnea Films". En el audiovisual dirige los cortometrajes Soledad y El Amor Propio. Trabaja como actor en diferentes compañías de Madrid y Barcelona. Ha dirigido diferentes obras teatrales: El verí del teatro en 2014, El Tiempo de Jorge Juan en 2016, y A Romeo y Julieta les gusta el amor en 2017. Experiencia como conductor de talleres de creatividad emocional. Es codirector del espacio artístico y terapéutico ArtCrear.