

ÍNDICE

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS 13

**EDUCAR EN LOS AFECTOS, FRENAR LA VIOLENCIA
SOBRE LA EDUCACIÓN AFECTIVO EMOCIONAL 15**

INTRODUCCIÓN 17

PRIMERA PARTE. ASPECTOS TEÓRICOS. EL ESTADO DE LA CUESTIÓN 19

**LA EDUCACIÓN INTEGRAL: CONOCIMIENTOS, ACTITUDES, VALORES,
NORMAS... Y AFECTOS 21**

El autoconocimiento 26

La autoaceptación 26

Las otras personas 27

Controlo mi vida 27

Las relaciones interpersonales y la comunicación 27

El aprendizaje a través de la relación educativa y de la experiencia 27

Me cuido 28

Publicidad y moda 28

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL: SENTIR Y VIVIR LAS EMOCIONES 29

Alfabetización emocional 29

La conciencia de sí mismo 30

Autocontrol emocional 30

Automotivación 30
Empatía o reconocimiento de las emociones ajenas 30
Las habilidades sociales 30

EL MAPA DE LOS AFECTOS Y DE LOS SENTIMIENTOS 32

Sentimientos sensoriales, vitales, espirituales
y psíquicos 32
Los afectos 32
Las emociones 33
Las pasiones 33
La voluntad y el esfuerzo personal 33
Las emociones primarias: amor, miedo, rabia,
tristeza, alegría 33
Revalorizando la ternura 35
La ética del cuidado 39

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA FAMILIA Y EN LA ESCUELA 41

La inteligencia emocional en la infancia 43
Algunos consejos para abordar la inteligencia emocional
en la escuela 44
Propuestas curriculares y transversalidad 45
Una revolución en los centros 47

LAS EMOCIONES EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS: EL ENFOQUE SOCIOAFECTIVO 50

El estilo asertivo 53

SUPERANDO LAS DINÁMICAS DESTRUCTIVAS 54

ESTRATEGIAS PARA UNA MEJOR EDUCACIÓN EMOCIONAL 56

El entorno social 56
El diálogo interno 56
El equilibrio entre proximidad y distancia 57
La sensibilidad estética 57
Personalizamos las relaciones dentro del aula 58
Los tiempos fuera de la clase 59
Las relaciones con las familias 59
La inclusión de las emociones en el currículo 60
Conócete a ti mismo 60
Educar para la crítica y la responsabilidad 63
Superar la 'mística' de la masculinidad violenta 64
Promoviendo la autoestima y la autoafirmación 64

SEGUNDA PARTE. JUEGOS, ACTIVIDADES Y DINÁMICAS DE AULA PARA TODAS LAS EDADES 67

EMOCIONES, AFECTOS Y SENTIMIENTOS EN ALGUNAS MATERIAS CURRICULARES 69

- Emociones y música 69
- Emociones y arte 71
- Emociones y literatura 72
- Emociones y expresión corporal 75
- Emociones y cine 76

TALLERES DE JUEGOS, EXPERIENCIAS Y DINÁMICAS DE AULA 82

- Los juegos simbólicos 82
- Quién soy y quién quiero ser: el escenario 83
- Quién seré, quién querré ser: los oficios 83
- Retratos de amor 83
- Qué siento cuando... 84
- Qué hago cuando me siento... 84
- Alegría en la educación infantil 84
- La alegría de compartir las alegrías
en la educación primaria 86
- ¿Soy amable? 87
- ¿Cómo soy yo? 89
- Rimando cualidades en el primer ciclo de Primaria 90
- ¿Cómo te sientes si...? 91
- Identificando emociones y sentimientos en los demás 91
- Agradeciendo en Primaria 91
- Una encuesta sobre el saludo 92
- Sonreír para vivir mejor 92
- ¿Sabemos escuchar? 92
- Actividades de autoestima y de desarrollo
de habilidades básicas 92
- Dinámicas para trabajar la autoestima
en Primaria y Secundaria 93
- Qué problema tengo 94
- Te aprecio, me aprecias 95
- Dinámicas sobre los sentimientos
para Primaria 96
- Círculos para compartir 97
- Qué es crecer 98
- Un 'collage' del mundo actual 98
- De compras en el supermercado 98
- El mundo que queremos 99

El consultorio en Secundaria 99
Ejercicio de autoevaluación 100
La despedida de Gabo 102

BIBLIOGRAFÍA 103

CUENTOS PARA NIÑOS Y NIÑAS SOBRE EMOCIONES 105

DISCOGRAFÍA 106

VIOLENCIA CONTRA LA MUJER 109

INTRODUCCIÓN 111

PRIMERA PARTE. ASPECTOS TEÓRICOS 113

EL VALOR DE LA DIFERENCIA 115

Lo natural o biológico (sexo) 116

Lo social-cultural (género) 116

LA VIOLENCIA 118

Diferentes tipos de violencia contra las mujeres 120

UN LENTO CAMINAR 123

La importancia de la educación 124

La trágica realidad 126

**SEGUNDA PARTE. EDUCACIÓN PARA LA IGUALDAD
DE OPORTUNIDADES ENTRE HOMBRES Y MUJERES 137**

OBJETIVOS Y ACTIVIDADES DIDÁCTICAS 139

Contenidos específicos 142

Principios 143

Proyecto curricular de etapa 143

PROPUESTAS DE TRABAJO EN EL AULA 145

Reflexiones metodológicas 145

Principios metodológicos 145

Procedimientos 145

Algunas propuestas más concretas de actividades 146

Estrategias para una educación no sexista
en la enseñanza 147
Educar para una cultura de paz 149

ACTIVIDADES DE REFLEXIÓN Y SENSIBILIZACIÓN 151

La importancia de los hombres y mujeres en la historia 151
El lenguaje, la expresión y la diferencia entre sexos 152
Imagen y publicidad 153
La mujer en la imagen artística 155
La solución de conflictos de género 156
Convención sobre la eliminación de todas las formas
de discriminación contra la mujer 157
Anexo estadístico 159
Comentario de textos 159
Sobre feminismo, malos tratos y cine 163
Hacemos un disco-fórum 173

ANEXO. Carta mundial de las mujeres para la humanidad 176

BIBLIOGRAFÍA 181