



TE INTERESA



Suplemento de HERALDO DE ARAGÓN
 Miércoles 24 de mayo de 2023

PRESENTACIÓN DEL LIBRO 'LA ESTRELLA Y EL VACÍO'
 La escritora zaragozana África Vázquez, especializada en público juvenil y adulto, presenta el próximo 7 de junio su nuevo libro 'La estrella y el vacío', en el Espacio Joven Iber-

Suplemento de HERALDO DE ARAGÓN
 Miércoles 24 de mayo de 2023

caja (paseo de Fernando el Católico, 1-3) de 19.00 a 20.30. La entrada es gratuita hasta completar aforo. En esta nueva ficción de la autora, que ya cuenta con más de una veintena de títulos en su haber, el protagonista, North, sueña con una galaxia en la que todo

el mundo pueda cubrir sus necesidades básicas y vivir seguro sin tener que pagar grandes sumas de dinero. Por eso se unió al Escuadrón Tormenta. Por eso acabó en la cárcel. Ahora tiene la oportunidad de salir... si el amor no se interpone en su camino.

EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

El cerebro del adolescente

Es una época de nuestra vida donde se producen fuertes cambios en poco tiempo.

COMPRENDER

1. Rápidos cambios físicos hacen que se vean poco agraciados y comiencen los complejos. Su autoestima se resiente al compararse con los estándares de la sociedad.
 2. Revolución hormonal, requiere de un tiempo para entenderse. Sus conocimientos proceden en su mayoría de las redes sociales y amigos, no siendo contrastada.
 3. Sus progenitores pasan a segundo plano y cobra interés su grupo social.
 4. Cambia su manera de pensar, vestir y hablar, adoptando la de su grupo social.
 5. La omnipotencia. Su opinión es la única válida. Retar la norma hace que se sientan poderosos y favorece su autoestima.
 6. Egoístas que exigen a sus progenitores un cambio radical para que piensen como ellos. Falta empatía.
 7. Rechazan la ayuda, aceptarla les hace sentirse débiles, niños.
 8. Falta de comunicación, se aíslan. Mucho poder a las redes sociales. La confusión reina en sus cabezas.
 9. Impulsivos. Yo decido en mi vida. Les hace rebajar la carga hormonal sintiéndose mejor.
 10. Muchos derechos y pocos deberes. Las responsabilidades pasan a un segundo plano, consideran que no sirven para nada. Aparecen alteraciones del sueño, falta de higiene personal y de orden.
- Se trata de una época de la vida. Maduran según la personalidad, educación y grupo de referencia.

PARA EDUCAR

1. Progenitores con criterios lógicos y coherentes.
2. Favorecer la comunicación.
3. No sobreproteger.
4. Límites claros. Hay líneas rojas que no se pueden admitir, como la violencia.
5. Dar responsabilidades adecuadas y confiar en ellos.
6. Crear rutinas y favorecer el hábito.
7. Cultivar la paciencia.
8. Autonomía y el éxito personal mediante estrategias de acuerdo.
9. El control de las nuevas tecnologías le corresponde al adulto. Estimular el pensamiento crítico.

Por: **Helga González Medina**
 Psicóloga y logopeda. Asociación Aragonesa de Psicopedagogía.

INVESTIGA Y DESCUBRE



¿En qué torreón nos hemos quedado encerrados?

Esta semana os proponemos descubrir qué lugar aparece en la fotografía.

Pista 1: durante algún tiempo, entre los siglos XIX y XX, sirvió de cárcel, aunque en su origen se trató de un torreón defensivo construido en un extremo de la calle Mayor que controlaba el acceso a la villa por el camino de Daroca.

Solución:

Mineras. En la comarca de las Cuenca, en la localidad turonesa de Montalbán, en la comarca de las Cuenca.

Por: **Borja Aso Morán**



EXPERIENCIAS

Preparados para la investigación

El salón de actos de la Cámara de Comercio de Zaragoza ha sido el escenario en el que se han llevado a cabo las defensas del trabajo de investigación de 1º de bachillerato del IES El Picarral, iniciativa curricular innovadora que lleva celebrándose tres años.

Durante dos jornadas, el alumnado de las modalidades de Ciencias, Ciencias Sociales y Humanidades defendió ante un tribunal, compuesto por profesorado del centro y por representantes de diversas entidades colaboradoras, las investigaciones que han realizado a lo largo de todo el curso. Las cuestiones que se abordaron fueron desde la química computacional a la carrera espacial o la resistencia antibiótica, pasando por la influencia de la mitología clásica en el cine y los videojuegos, entre otras.

En las defensas, cada alumno, alumna o grupo cuenta con veinte minutos para realizar su exposición y responder a las preguntas que formule el tribunal. Se pone el cierre así a un proceso



Un alumno de Ciencias Sociales, en plena exposición. IES EL PICARRAL

que comenzó el pasado septiembre con la elección de un tema de estudio y continuó con la redacción de un artículo científico. De este modo, se busca introducir a todos los estudiantes en la labor investigadora, mejorando su preparación para su futuro académico y profesional.

El IES El Picarral forma parte de Ainves, la Asociación Nacional por la Investigación en Educación Secundaria, creada por cuatro centros nacionales a partir de una Agrupación de Centros Educativos concedida por el Ministerio de Educación.

Por: **Heraldo Escolar**



Celebrando la solidaridad. Alumnado, profesorado y miembros de la AMPA del colegio San Valero de Alcañiz organizaron, un año más, una fiesta para recaudar fondos para Itaka-Escapados, en la que no faltaron las manualidades, los juegos tradicionales ni la merienda.



Objetivo: salud y bienestar. Alba, Daniela, Violeta y Leo, de 4º de la ESO del IES Hermanos Argensola de Barbastro, son finalistas en el concurso The Challenge de la Fundación La Caixa, con su proyecto para informar a los jóvenes sobre las patologías de las que pueden ser víctimas.

SUEÑOS DE COLOR

Mi deporte favorito



¡GANADOR!
 Cilia Gracia Oliván, de 4º de primaria
 Escolapias Pompiliانو de Zaragoza

NUESTRA PRÓXIMA HISTORIA:

'La mamá que ganó muchos premios' Son el señor y la señora Gaskitt, los mellizos Gus y Gloria, y el gato Horacio. ¡Ah!, y el amigo de Horacio. La señora Gaskitt tiene un día de suerte y gana numerosos premios. Pero, además, la nueva maestra de Gus y Gloria lleva siempre una enorme y misteriosa maleta.

Dibuja para la semana que viene: tu familia.

CÓMO ENVIAR LOS DIBUJOS

Independencia, 29. 50.001-Zaragoza o escolar@heraldo.es. El proyecto de literatura infantil y juvenil de Santillana Loqueleo premiará al ganador con dos libros que recibirá en su colegio.



'La mamá que ganó muchos premios'. Autora: Allan Ahlberg. Ilustradora: Katharine McEwen. Loqueleo. Más de 6 años. Temática: familia.

TU OPINIÓN CUENTA

Tan lejos, tan cerca

El sistema educativo nos divide en etapas que no siempre se conocen entre sí. Eso lo compruebo cada día cuando escucho expresiones que fragmentan, que separan, que alejan. Justo lo que negamos cuando hablamos en corto, cuando podemos compartir lo que pensamos. Que no es siempre.

A los docentes nos preocupa procurar que la transición entre etapas sea fluida, nítida, fértil. Y afortunadamente disponemos de interesantes experiencias que contribuyen a acercar realidades educativas, una dimensión que debemos cuidar.

Con sencillez, me gustaría decir que cuando he recibido a un grupo de alumnos y alumnas me ha interesado conocer dónde viven, acercarme a las familias que confían en nosotros y saber por qué nos eligen para que acompañemos a sus hijos en su crecimiento. He procurado entender cómo estaba organizado su universo anterior, sus espacios más queridos, qué colores les envolvían, qué músicas alimentaban su alegría, qué juegos eran sus mejores amigos, qué personajes les hacían soñar, qué experimentos les deslumbraron y qué viajes les asombraron. Y he preguntado qué lenguaje empleaban los adultos para que aprendiesen a vivir junto a los demás y procurado conocer cada celebración, cada motivo que hizo imprescindible el encuentro.

Cuando lo he logrado es porque ha soplado el viento favorable para la comunicación. Cuando lo he conseguido es porque supe aprender que lo sustancial es, sin duda, la dimensión afectiva, social y emocional de nuestros chicos y chicas. En una palabra, su ser.

Por: **Juan Antonio Pérez Bello**

CITA INTERNACIONAL EN ZARAGOZA

La revolución educativa está en la inteligencia emocional

El rendimiento y el éxito escolar están estrechamente ligados a una buena salud emocional. Así lo pusieron de relieve numerosos expertos en el congreso celebrado la semana pasada en Zaragoza



Si un niño tiene conflicto con sus padres o una situación de acoso, es normal que no atienda cuando se le explica en clase quiénes eran los reyes godos o el área del triángulo». Así explica Juan Antonio Planas, presidente de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía (AAP), la importancia de la inteligencia emocional dentro de las aulas. «La Lomloe lo menciona en cinco momentos, pero queda al albur de la voluntad del profesorado. Hay centros que ya están aplicando programas, pero no es lo general. Como se explicó en el encuentro del fin de semana, un problema emocional sin resolver desemboca en una dificultad de aprendizaje», añade.

Se refiere al V Congreso Internacional de Inteligencia Emocional y Bienestar, organizado por esta misma asociación en el World Trade Center de Zaragoza. Cuatro conferencias, una mesa de debate, 15 talleres, más de 70 comunicaciones y pósters, cuatro 'emotalks' internacionales y nueve simposios se sucedieron durante los cuatro días de celebración de estas jornadas, que contaron con más de 500 asistentes.

En él, se abordaron cuestiones sobre cómo introducir nuevas estrategias, aprendiendo a pensar y desarrollando un pensamiento más crítico y creativo; cuál es la relación entre la educación emocional y el éxito escolar; qué papel tiene la docencia a este respecto o cómo la formación especializada puede prevenir el acoso y problemas de salud mental en el aula.

Sobre cómo introducir la inteligencia emocional en la clase, Planas señala que debería ser algo transversal a todas las mate-



Foto de clausura del congreso, con algunos de los ponentes y organizadores de la jornada. AAP

rias y etapas: «En primer lugar, hay que aprender a ponerle nombre a las emociones: la rabia, el temor, la vergüenza... Trabajar conceptos de empatía y resiliencia, la solidaridad por delante de la competitividad, el trabajo en equipo, la tolerancia a la frustración, el optimismo. Y aprender a disfrutar de las pequeñas cosas que nos da el día a día, algo que los niños y adolescentes de hoy en día no hacen».

En esta integración, el papel del profesorado resulta clave. «El profesor tiene que ser el líder emocional. No solo transmitir conocimientos, sino también valores, sobre todo en las etapas más tempranas, porque los más pequeños aprenden de las actitudes que ven en otras personas», matiza.

Una tarea que no resulta sencilla y que requiere de formación permanente para el docente, ya que necesita herramientas con las que combatir determinadas actitudes y mensajes muy presentes en la sociedad actual: «Lo complicado es que ahora los jóvenes ven y escuchan a muchos 'influencers' que venden el triunfo fácil, que basta con tener un

golpe de suerte o llamar la atención. Ese lenguaje es nefasto, porque eso lo consiguen muy pocos. Lo que sirve en la vida es ser buena persona, perseverante, trabajador... Y eso hay que transmitirlo en la escuela».

Junto a la educación emocional, el encuentro puso de relieve otros aspectos que jugarán un papel fundamental en la revolución educativa de los próximos años, como la neuroeducación, la inclusión, la igualdad de género y la inteligencia artificial.

Sede internacional

El congreso abordó también la inteligencia emocional en todos los órdenes de la vida, desde el laboral al político, pasando por lo social, lo ambiental y la salud y el bienestar. «La parte educativa es importante pero hay que promoverlo en todos los ámbitos. La persona con buena salud emocional enferma menos, se cura antes, vive mejor... Tiene un mejor rendimiento en la escuela, pero también en lo laboral, y, en general, es más feliz. Así se construye una sociedad mejor», apunta Planas.

Tras el éxito de esta última edi-

ción, la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía reivindica la capital aragonesa como ciudad internacional de la inteligencia emocional. Desde la celebración del primer encuentro de esta categoría, en el año 2013, se han realizado cinco congresos internacionales, numerosos másters, encuentros, cursos, investigaciones y publicaciones en nuestra ciudad.

Además de seguir creciendo y consolidando Zaragoza como un referente internacional de este ámbito, mantiene la propuesta que se puso sobre la mesa en la tercera edición del congreso: que el 21 de mayo se celebre el día internacional del halago, para fomentar el refuerzo positivo, el reconocimiento social y la verbalización de las emociones positivas.

El presidente de la AAP sugiere también una invitación para próximas ediciones: «El alumnado de carreras de psicología y educación debería salir de sus lecturas y participar en este tipo de encuentros, porque es algo muy interesante que incluir en el currículum».

Por: **Nerea Tirado**