



PROYECTO “EMOCIONÁTICA”:

DESCRIPCIÓN DE LA INICIATIVA:

Emocionática es un proyecto de entrenamiento de las habilidades de inteligencia emocional en monitores/as de comedor escolar. Se desarrolla principalmente a través de un programa de formación de varias sesiones y un análisis de la evolución de los patrones emocionales diarios de los monitores a lo largo de su jornada laboral. Recientemente, hemos incorporado al proyecto el desarrollo de dos apps para facilitar el registro emocional y el análisis de estos patrones.

OBJETIVO GENERAL:

Mejorar las habilidades emocionales de los monitores/as que están a cargo de los niños/as usuarios del comedor escolar para que se sientan mejor atendidos y comprendidos, y que el clima general del comedor sea más positivo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- que la relación con los niños/as sea más óptima, al ser capaces de entender y autorregular las emociones más adecuadas para interactuar con ellos (trabajo emocional)
- disminución de los conflictos; tanto con los usuarios/as del comedor como con los compañeros/as de trabajo.
- positivización del espacio del comedor como un lugar donde se come en un ambiente agradable y tranquilo.
- mayor aceptación de la comida al favorecer emociones positivas en los niños/as.

- mejora de las relaciones intergrupales monitores/as de comedor-cocina.
- crecimiento personal de cada uno de los miembros del equipo al adquirir mayor comprensión y autorregulación de sus emociones.
- mayor cohesión del equipo al trabajar conjuntamente con ellos diferentes dinámicas de expresión y gestión emocional.
- aumento de la motivación y del sentido de su trabajo al adquirir recursos para poder manejar correctamente sus emociones.

ACTIVIDADES QUE DESARROLLA:

PROGRAMA DE FORMACIÓN:

El grueso del desarrollo del proyecto consiste en el abordaje de cada una de las habilidades de inteligencia emocional, a través de un total de 7 sesiones de formación, de las cuales seis son colectivas (con todo el equipo de trabajo), y una de ellas individual (con cada componente del equipo de trabajo).

Cada sesión tiene una duración de 1,5 h y se imparten de forma consecutiva a razón de una sesión por semana.

AUTORREGISTRO EMOCIONAL:

Mientras se imparte la formación, los monitores/as realizan paralelamente una tarea de autorregistro de sus emociones en cinco momentos acordados de su jornada laboral. Estos autorregistros se introducen en una app a través de la cuál se elaboran posteriormente patrones emocionales de cada monitor/a en cada jornada laboral.

ELABORACIÓN DE PATRONES EMOCIONALES:

A medida que vamos introduciendo emociones, a través de un programa informático obtenemos datos comparativos en la evolución emocional de cada persona, y nos muestra el dibujo de las huellas de paso de los tiempos sobre el medidor emocional, obteniendo así un patrón emocional del horario laboral. Estos patrones nos trasladan una riqueza de información inmensa sobre cómo se sienten los monitores/as en diferentes momentos de su jornada y la posibilidad de encontrar consistencia en patrones repetitivos, explorar sus causas e intervenir para mejorar procedimientos de trabajo que puedan ser causa de emociones negativas como el estrés y la ansiedad.

POR QUÉ SURGE. QUÉ NECESIDAD ABORDA:

Esta investigación surge de la necesidad de mejorar la interacción emocional con los niños/as durante el período de comida en los comedores escolares. Las personas que están a cargo de los usuarios del servicio carecen en su mayoría de formación y recursos al respecto, encontrándose sin herramientas en algunas situaciones en las que la gestión emocional juega un papel decisivo.

DESDE CUANDO ESTÁ EN MARCHA:

El proyecto Emocionática se ha implantado en 7 colegios públicos de la provincia de Castellón en los que Cuinatur ha prestado el servicio de comedor escolar a lo largo del curso 2017-18. Durante este curso 2018-19 seguimos con su implantación, extendiéndola también a la provincia de Valencia. Hasta la fecha son 73 empleados/as de Cuinatur los que ya han pasado por el proyecto.

PROPUESTA DE VALOR:

La dimensión psicosocial es la gran olvidada en el ámbito empresarial, cuando algunos de los accidentes de trabajo o bajas laborales que ocurren están motivados por factores de riesgo psicosocial. La sociedad en general, pero

sobretudo, los entornos de trabajo necesitan ser más humanos y emocionalmente más saludables.

Desarrollar intervenciones dirigidas a la mejora del bienestar psicosocial de los trabajadores/as contribuye en gran medida a construir organizaciones promotoras de la salud laboral. La salud de las personas, no se limita a ser la ausencia de enfermedad sino a un estado integral bio-psico-social que ha de considerar las aspiraciones por alcanzar niveles positivos de bienestar y felicidad en el trabajo.

Emocionática está destinado a todos aquellos niños/as que comen diariamente en los comedores escolares y que merecen una gestión emocional adecuada por parte de sus monitores/as. Estos profesionales, que en la mayoría de los casos, se sienten agitados, frustrados o enojados y no saben cómo resolverlo, necesitan herramientas para canalizar y regular estas emociones, y es una responsabilidad social que desde las empresas les facilitemos el trabajo emocional necesario para generar una actuación profunda que les haga sentirse más felices y satisfechos con su trabajo.

RECONOCIMIENTOS:

Emocionática ha obtenido varios reconocimientos:

- ACCÉSIT EN LA VI EDICIÓN DE LOS PREMIOS ESCOLÁSTICO ZALDÍVAR (2018), QUE OTORGA LA MUTUA FRATERNIDAD MUPRESA: estos premios reconocen la labor, esfuerzo y compromiso de las empresas en el ámbito de la prevención y la mejora de la seguridad y salud de los trabajadores
- PROYECTO INNOVACIÓN SOCIAL 2017 (Ayuntamiento de Castellón de la Plana)
- PREMIO RICHARD ROBERTS 2018 (UJI): “Por su contribución y dedicación en la mejora del bienestar emocional en sus trabajadores”

