



## **TRABAJO FIN DE GRADO**

La importancia de trabajar la comunicación emocional en  
Educación Infantil.

Propuesta de intervención educativa.

*The importance of working on emotional  
communication in Early Childhood Education.  
Proposal for educational intervention.*

Grado Magisterio en Educación Infantil

### **AUTORA**

Noelia Gómez Moya

### **DIRECTORA**

Ana Rodríguez Martínez

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

Junio 2023



## **RESUMEN**

El presente Trabajo de Fin de Grado se enfoca en la propuesta de una intervención de comunicación emocional en niños. La investigación se basó en la formulación de un plan de intervención desarrollado para mejorar la capacidad de los niños para expresar sus emociones y fortalecer su autoconciencia emocional. Para lograr este objetivo, se llevaron a cabo una serie de actividades que favorezcan la gestión de emociones y su comunicación. La propuesta va dirigida al alumnado del Segundo Ciclo de Educación Infantil. Además se trabajó en la promoción de habilidades de empatía y escucha activa en los niños, alentando su capacidad para reconocer las emociones de los demás. La propuesta refleja que una intervención basada en la comunicación emocional en los niños puede ayudar a mejorar sus habilidades de expresión y conciencia emocional, lo que a su vez puede tener un impacto positivo en su bienestar emocional y su capacidad para relacionarse con los demás.

### **PALABRAS CLAVE**

Comunicación emocional, emociones, empatía, inteligencia emocional.

### **ABSTRACT**

The present Final Degree Project focuses on the proposal of an emotional communication intervention for children. The research was based on the formulation of an intervention plan developed to improve children's ability to express their emotions and strengthen their emotional self-awareness. To achieve this objective, a series of activities were carried out to favor the management of emotions and their communication. The proposal is aimed at students in the second cycle of kindergarten. In addition, we worked on the promotion of empathy and active listening skills in children, encouraging their ability to recognize the emotions of others. The proposal reflects that an intervention based on emotional communication in children can help improve their skills of emotional expression and awareness, which in turn can have a positive impact on their emotional well-being and their ability to relate to others.

### **KEY WORDS**

Emotional communication, emotions, empathy, emotional intelligence.



## ÍNDICE

<b>ÍNDICE</b>	<b>2</b>
<b>1. INTRODUCCIÓN</b>	<b>3</b>
<b>2. JUSTIFICACIÓN</b>	<b>3</b>
<b>3. OBJETIVOS</b>	<b>5</b>
OBJETIVO GENERAL	5
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	5
<b>4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b>	<b>5</b>
4.1 IMPORTANCIA DE TRABAJAR LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL	5
4.2 HACIA EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	6
4.3 EDUCACIÓN EMOCIONAL	9
3.4 LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL	9
3.5 LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL EN EL ÁMBITO EDUCATIVO	12
<b>4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN</b>	<b>14</b>
FASE 2. AUTORREGULACIÓN	17
FASE 3. AUTOESTIMA	19
FASE 5. HABILIDAD SOCIAL	23
<b>5. PROPUESTA DE EVALUACIÓN</b>	<b>25</b>
<b>5. LIMITACIONES</b>	<b>26</b>
<b>PROSPECTIVA DE FUTURO</b>	<b>27</b>
<b>6. CONCLUSIONES</b>	<b>28</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>29</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>33</b>



## 1. INTRODUCCIÓN

Las emociones cuentan con un papel muy importante en el desarrollo de la personalidad, e influye en cómo las personas se relacionan con los demás y en la forma de actuar ante diversas situaciones. La comunicación emocional es esencial en la vida cotidiana tanto para nuestras relaciones personales como en entornos laborales.

La habilidad de interpretar y transmitir correctamente nuestras emociones es un factor importante en la forma de relacionarnos con los demás. La falta de habilidades de comunicación emocional puede generar malentendidos, conflictos y problemas de relación. Por ello, la comunicación emocional es un tema muy relevante en el ámbito de la psicología y en la educación.

En este trabajo de fin de grado, se abordará la importancia de la comunicación emocional, se analizarán diversas teorías sobre la comunicación emocional, así como la elaboración de una propuesta de intervención para potenciar las habilidades comunicativas de los alumnos.

Es por ello que Goleman (1995) considera muy importante trabajarlas desde edades tempranas, para adquirir una conciencia emocional y aprender a expresarse emocionalmente, a la vez que sean capaces de conocerse más a sí mismos.

Por esta razón, se ha realizado una fundamentación teórica, teniendo en cuenta diversos autores como Goleman (1995), que habla de la inteligencia emocional, Ekman (1934) y las 6 emociones básicas, Gardner (1983) que destaca los distintos tipos de inteligencia emocional... Todos ellos tratan temas como: las emociones, la inteligencia emocional, la educación emocional y la comunicación emocional.

## 2. JUSTIFICACIÓN

El tema central de este TFG es la comunicación emocional, surge debido a la importancia que tienen las emociones en el desarrollo del ser humano, así como la necesidad de aprender a comunicarnos emocionalmente con los demás.



Actualmente las emociones son un tema que suele tratarse en el aula de infantil, aunque sí es cierto que no se abordan de una manera íntegra, únicamente inciden en las emociones básicas de Ekman (1934), como la ira, el asco, el miedo, la alegría, la tristeza y la sorpresa.

La estimulación temprana sobre las emociones juega un papel fundamental en esta etapa educativa, ya que ayuda a los niños a trabajar la frustración, controlar sus impulsos, simpatizar con los demás, y por supuesto, ser capaces de controlar y gestionar aquellas emociones que les van surgiendo en el día a día.

Además, también es necesario que conozcamos las emociones, tal y como son, ya que muchas de ellas se consideran negativas por la visión que se nos ha dado en la sociedad. En algunos casos, la tristeza puede ser negativa si se enfoca de manera correcta o la alegría puede ser negativa si se enfoca desde la manera incorrecta.

Por otro lado, la propuesta educativa que se ha realizado, se ha tenido en cuenta la legislación vigente en Aragón:

- Orden ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón
- Anexo I Competencias clave de la Educación Infantil
- Anexo II Currículo de las áreas de conocimiento de la Educación Infantil

Además, siguiendo el currículo, se pretende trabajar los siguientes competencias clave :

1. Competencia en comunicación lingüística (CCL)
2. Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)
3. Competencia ciudadana (CC)
4. Competencia emprendedora (CE)

### **3. OBJETIVOS**

#### **OBJETIVO GENERAL**

- Trabajar la comunicación emocional en el aula de Educación Infantil.



## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar las diversas aportaciones teóricas sobre la importancia de trabajar la comunicación emocional desde edades tempranas.
- Diseñar un proyecto de intervención para trabajar la comunicación emocional en el aula.
- Favorecer las relaciones interpersonales entre el alumnado a través de las emociones.
- Desarrollar la conciencia y la gestión emocional del alumnado.

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Tener consciencia de nuestras propias emociones nos ayuda a entender los sentimientos de los demás, esto nos permite trabajar mejor en equipo y ser capaces de gestionar los momentos de presión, estrés o frustración.

### 4.1 IMPORTANCIA DE TRABAJAR LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL

El neurobiólogo Damasio (2001), presentó diversos estudios sobre el cerebro que confirman que la emoción influye sobre la cognición, sobre la memoria en especial. Somos capaces de recordar algunos momentos y olvidar otros, dependiendo de las emociones que hayamos experimentado en esos momentos.

Hoy en día, la inteligencia emocional tiene gran importancia en el ámbito educativo, ya que favorece la relación entre iguales, así como la relación entre maestra y alumnos.

Según Navarro (2014), existen 4 razones por las que debemos comunicarnos emocionalmente:

- Evitar conflictos y discusiones. Los demás no podrán juzgar nuestras opiniones y argumentos, ya que estarán basados en nuestras propias sensaciones y emociones.
- La persona con la que nos comuniquemos será más empática con nosotros, sentirá que conoce más cosas sobre nosotros ya que hablar de nuestras emociones permite que la otra persona nos conozca más, se generará una proximidad entre los dos.



- La persona con la que nos comuniquemos se sincerará y se abrirá más con nosotros. La comunicación emocional expone y a la vez protege tus sentimientos.
- Justificar más nuestros actos. Al hablar de nuestras propias emociones y sentimientos, presentamos a los demás la causa de muchos comportamientos. La gente empezará a comprender que has actuado de esa manera debido a que tus emociones te han llevado a eso. De esta manera, serán más comprensibles y entenderán nuestros actos.

No podemos hablar de comunicación y expresión emocional sin antes conocer la inteligencia emocional, ya que a partir de esta empezamos a comunicarnos emocionalmente.

#### **4.2 HACIA EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL**

El término teórico de inteligencia emocional ha ido variando y evolucionando a lo largo de los años, han sido muchos los autores que han dado diferentes significados a este concepto.

Según Goleman (1995) la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer las emociones, tanto propias como ajenas, y de gestionar nuestra respuesta ante ellas. Podemos definirla como el conjunto de habilidades que permiten que la persona se adapte mejor a los cambios. Al igual manera, está relacionada con la confianza y la seguridad en sí mismo, el propio control de las emociones y la automotivación.

El término de Inteligencia Emocional surge debido a la incapacidad de explicar algunas diferencias individuales en el rendimiento laboral y académico.

Una emoción provoca una acción, una respuesta. Habitualmente, ante determinadas emociones, nuestra respuesta suele ser automática, o lo que es lo mismo: una reacción ante un estímulo. Lo que dice la inteligencia emocional es que es posible responder en lugar de reaccionar. Es decir, introduce el concepto de gestión de la respuesta ante un estímulo.

Una emoción se produce como respuesta ante algo que nos sucede. En primer lugar, nos damos una explicación de lo que ha pasado (pensamiento) e inmediatamente tenemos una reacción fisiológica (emoción). No podemos elegir tener o no una emoción, ya que es algo que pasa al margen de nuestra voluntad. Lo que sí podemos decidir es lo que



queremos hacer con ella. Podemos decir que las emociones son el puente entre el pensamiento y la acción. Y nuestras acciones determinan nuestra vida.

La inteligencia emocional también resulta útil para mejorar nuestras relaciones con los demás. Y a mejores relaciones, mejor vida. Está demostrado que las personas con una inteligencia emocional elevada tienen una vida más satisfactoria.

Gardner (1983) afirmó que medir la inteligencia por el coeficiente intelectual era un error. Confirmaba que había ocho distintos tipos de inteligencia las que llamó Inteligencias múltiples, entre los que destacan dos tipos de inteligencia emocional:

- **La inteligencia intrapersonal.** Este tipo de inteligencia está relacionada con el autoconocimiento, nos ayuda a ser capaces de entender cómo estamos reaccionando ante diferentes estímulos. Permite que reflexionemos sobre nuestras emociones y sentimientos
- **La inteligencia interpersonal.** Implica la capacidad de mostrar empatía, nos ayuda a identificar palabras, gestos... Potencia el desarrollo de las relaciones interpersonales. Es un conjunto de aptitudes que un individuo pone en práctica cuando establece vínculos con otras personas. Es muy importante para aquellas personas que dirigen grupos de personas, en este caso, para los maestros.

Según Goleman (1996) la inteligencia emocional está constituida por cinco dimensiones: el autoconocimiento, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales; éstas, a su vez, están estructuradas por aptitudes emocionales.

## 1. AUTOCONOCIMIENTO

Es la capacidad que tienen las personas de reconocer sus propios sentimientos. Se divide en 3 competencias:

- **Conciencia emocional:** Se basa en la capacidad de reconocer cómo afectan nuestras emociones a la hora de actuar y cómo utilizamos nuestros propios valores para guiar nuestras decisiones.
- **Valoración adecuada de uno mismo:** Se refiere a la manera que tenemos de reconocer nuestros puntos fuertes y puntos débiles, tener claro aquello que debemos fortalecer y cómo podemos aprender de nuestra propia experiencia



- Confianza en uno mismo: La visión que tenemos de nuestros objetivos, valores y capacidades, y cómo debemos trabajarlas.

## **2. AUTORREGULACIÓN**

Es la habilidad que tenemos para lidiar con los propios sentimientos, para poder gestionar cualquier situación. En este caso, se divide en cinco competencias:

- Autocontrol: Ser capaces de gestionar de manera correcta nuestras emociones.
- Confianza: Basarnos en la sinceridad y en ser honrados.
- Integridad: Ser responsable con el cumplimiento de nuestras obligaciones.
- Innovación: Permitir abrir la mente a nuevas ideas y cambios.
- Adaptabilidad: Ser capaces de afrontar los nuevos cambios o desafíos que vayan surgiendo.

## **3. MOTIVACIÓN**

Está relacionada con la capacidad de utilizar nuestras fortalezas para orientarnos y avanzar hacia los objetivos que nos vamos planteando. La motivación ayuda a poder hacer frente a los contratiempos o dificultades que puedan ir surgiendo. Entre sus competencias motivacionales se destacan: logro, compromiso e iniciativa y optimismo, estas tres competencias son esenciales para mantener la motivación.

## **4. EMPATÍA**

La empatía es uno de los aspectos esenciales en la educación, ya que es necesario que los maestros se pongan en la piel de sus alumnos para ser capaces de responder correctamente a sus necesidades y establecer una relación basada en la confianza y la comprensión, lo que facilitará su desarrollo educativo. Se basa en ser capaces de percibir los sentimientos de los demás, poder detectar sus necesidades y ponerse en su lugar, comprender a los demás, experimentando sus sentimientos y sus perspectivas.

## **5. HABILIDADES SOCIALES**

Las buenas habilidades sociales nos permiten formar relaciones profundas con otras personas. Es decir, fomentan las relaciones saludables a través de la comunicación y



mejoran nuestro entorno social. En este contexto, unas buenas habilidades sociales serán de gran ayuda para comunicar nuestras ideas, acuerdos o desacuerdos, reforzar el compromiso en todos los asuntos, o no perjudicarnos. Por lo tanto, podemos decir que esta es una habilidad de comunicación efectiva. Ahora bien, sin dejar de lado el lenguaje no verbal, emocional, comprensivo y compasivo de los demás y de nosotros.

La Educación Emocional surge por la necesidad de incluir en la educación aquellas estrategias que desarrollen competencias emocionales, estas competencias emocionales ayudan al individuo a prepararse para entender las propias emociones y saber cómo actuar frente a ellas.

### **4.3 EDUCACIÓN EMOCIONAL**

La Educación Emocional recolecta aportaciones de la psicología y la neurociencia, además de otras teorías, por ejemplo, las Inteligencias Múltiples de Gardner (Gardner, 2008), y también los datos aportados sobre Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer (1990).

Bisquerra (2016) aporta una definición de Educación Emocional enlazada a su carácter social, destacando el desarrollo del individuo como persona única pero también cómo sujeto de la sociedad. En este caso, se define la Educación Emocional como un proceso permanente, educativo y continuo, que tiene el objetivo de potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, definiendo estas como elemento esencial para el desarrollo humano.

Una buena comunicación nos ayuda a establecer relaciones, por lo tanto, es muy importante que sepamos cómo debemos comunicarnos. Es importante prestar atención al mensaje que la otra persona nos quiere transmitir, ser empático y sobre todo respetar lo que la otra persona nos está comunicando.

### **3.4 LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL**

La comunicación es una acción intencional, que puede ocurrir en distintos contextos de la vida, mediante la comunicación establecemos un vínculo con otro. Nos comunicamos de manera efectiva cuando socializamos con los demás utilizando signos verbales y no verbales, nos permiten acceder al otro individuo.



Pese a que existen varios tipos de comunicación, en este caso vamos a centrarnos en los siguientes:

- **Comunicación interpersonal:** es la que se produce cuando existe una relación de proximidad entre las personas que la están estableciendo.
- **Comunicación intra personal:** en este nivel, mantenemos un diálogo con nosotros mismos, nos permite conocernos mejor a nosotros mismos.

Ambos tipos de comunicación son esenciales para aprender a comunicar las emociones, la comunicación interpersonal nos permite comunicar a los demás qué sentimos, cómo lo sentimos e incluso dónde los sentimos, pero para ello es necesaria la comunicación intrapersonal, ya que es la que permite que nos conozcamos a nosotros mismos y seamos capaces de conocer nuestras propias sensaciones.

Habermas (1984) desarrolló la teoría de la competencia comunicativa, destacando que es necesario interés, motivación y atención para ser capaces de entender los mensajes que nos llegan, de esta manera podremos establecer un diálogo útil. A través del diálogo dedicamos esfuerzo en entender lo que nos quieren decir los demás, aunque pensemos que son incorrectas o correctas.

Desde la perspectiva educativa, debemos tener en cuenta que las relaciones de poder pueden dificultar el diálogo entre los maestros y alumnos, elimina la espontaneidad y debilita la confianza, por lo tanto, es importante que los alumnos se encuentren en un clima basado en la confianza e igualdad de oportunidades para que sean capaces de comunicarse emocionalmente.

Desde que nacen, los niños se desarrollan en su ámbito familiar, esto va marcando su desarrollo intelectual y también emocional, el siguiente ámbito en el que se desarrollan es el escolar, aquí interactúan con sus iguales. Es en el ámbito familiar dónde se produce la educación emocional de los primeros años de vida del niño, desarrollando también su expresión y comunicación emocional. Es importante tener en cuenta que no todos los ámbitos familiares son iguales, por lo que cada niño habrá aprendido a comunicarse emocionalmente de una manera.

La comunicación emocional se basa en la transmisión de nuestras emociones a otras personas. Se trata de incluir nuestras emociones en aquello que comunicamos, usar estas emociones para que el mensaje llegué al receptor de manera más efectiva. Continuamente estamos comunicándonos con el exterior, ya sea de manera verbal cómo no



verbal, comunicarnos emocionalmente implica tener claras las emociones y sensaciones que estamos sintiendo y también qué pueden sentir los demás cuando se las transmitimos. Por lo tanto, debemos de tener en cuenta nuestras emociones, pero también las de la persona o personas que reciben el mensaje.

Es muy importante enseñar a los niños a comunicar sus emociones desde edades tempranas, de esta manera, podrán ser ellos mismos los que sean capaces de expresar sus emociones ante los demás, dando lugar a relaciones interpersonales fuertes y seguras, lo que facilitará y favorecerá su desarrollo educativo.

La comunicación es fundamental en todas las relaciones humanas, siempre intentamos comunicar algo, ya sea verbalmente como no verbalmente, es algo que está presente en nuestro día a día. Hoy en día, en el sistema educativo, los alumnos, la familia y el profesorado están en contacto directo, comunicándose.

Es muy importante observar de qué manera se están llevando a cabo estas relaciones comunicativas, y cómo la comunicación asertiva potencia y favorece el desarrollo del alumno en todos los ámbitos. En algunos casos, la comunicación de los alumnos se ve afectada por los obstáculos que tienen al comunicarse con sus padres, maestros o compañeros, ya que pueden haber tenido alguna experiencia negativa, por mal entendidos, mensajes que no son claros...

El autoritarismo de maestros y padres, crea en algunos casos, barreras de comunicación. La comunicación se debe dar en ambientes de confianza en los que se puedan compartir los problemas, las emociones, los pensamientos... Debemos tener en cuenta que si los docentes tenemos una comunicación asertiva con los alumnos, esto puede hacer que seamos capaces de expresar mejor las ideas y sentimientos, logrando que no haya problemas que obstaculicen la expresión y comunicación.

La comunicación fortalece las relaciones personales, esto puede llevarse tanto dentro del aula, como fuera con las familias o con amigos. La asertividad ayuda a expresar ideas y opiniones de manera clara y sencilla, siempre partiendo desde el respeto, mediante una comunicación asertiva aprendemos a socializar de una manera más sana.

La asertividad parte de la teoría de que todos tenemos derechos, y por ello debemos respetarnos entre todos. Debemos saber que pese a que todos tengamos derechos, podemos expresarlos respetando los de los demás, algo que debemos ir aprendiendo poco a poco. Según Vieira (2007), la asertividad no solo se puede encontrar en las palabras, sino



también en cómo son pronunciadas. Para que la comunicación sea asertiva es necesario que exista un equilibrio entre ambos interlocutores.

Por otro lado, la comunicación efectiva es un elemento indispensable para relacionarnos con los demás. Gasperin (2005) apunta que una de las necesidades más importantes del hombre es la de relacionarse, los seres humanos tenemos necesidades biológicas que son básicas, e incluso para poder satisfacerlas solemos relacionarnos con los demás. El comer, dormir... son acciones que podemos hacer con otras personas, y eso requiere de la capacidad de relacionarse.

La comunicación no verbal permite que nos comuniquemos a través de gestos, miradas, sonrisas... Aquellas personas que no escuchan o no son capaces de hablar, utilizan este tipo de comunicación. La comunicación no verbal también transmite información sobre nuestras emociones a los demás.

### **3.5 LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL EN EL ÁMBITO EDUCATIVO**

La comunicación emocional en el ámbito educativo, está formada por 3 capacidades:

1. La capacidad de comprender las emociones: un docente necesita detectar y entender las emociones de su alumnado.
2. La capacidad de expresar las emociones de manera productiva: el maestro debe saber cómo manejar sus propias emociones y cómo comunicarles a sus alumnos, ser asertivo y empatizar con su clase, siempre y cuando también muestre una autoridad de forma razonable.
3. La capacidad de escuchar a sus alumnos: Según De Oliveira (2000) , se destaca la asertividad y la empatía como rasgos imprescindibles en la educación y que deben estar presentes en el aula.

La educación enseña cualquier conocimiento, pero no enseña a combinar todos los aprendizajes que vamos adquiriendo durante nuestra vida, ni tampoco cómo podemos crear ideas a partir de esos conocimientos. No es suficiente con aprender la teoría, sino que es necesario que estos conocimientos sean aprendidos de manera emocional, para que lleguen al alumnado y sea capaz de integrar el aprendizaje, es por ello que se necesita trabajar la comunicación emocional, para que el alumnado sea capaz de desarrollar sus propios esquemas cognitivos, basados en el autoaprendizaje y la asertividad, no únicamente aprendiendo el contenido de los libros.



A través de la comunicación emocional podemos ayudar a los alumnos a superar los traumas que han tenido o tienen fuera del ámbito escolar, a partir de esta asertividad podemos enseñarles a como controlar sus impulsos negativos, ya sea dentro del aula o fuera de ella, es importante hacerles ver que comunicandonos con el otro podemos llegar a entendernos.

Además, la comunicación emocional en el aula también tiene una función preventiva, ya que ayuda al alumno a adquirir habilidades y aptitudes que le ayuden a controlar sus emociones, desarrollar empatía y desarrollar su propio autoconocimiento, de esta manera sabrán cómo deben comportarse en cada situación.

Tras el estudio “La inteligencia emocional en el ámbito educativo:un meta-análisis”, realizado por profesionales de este ámbito, se pudo observar los efectos de programas de intervención de Inteligencia Emocional sobre alumnos de distintas etapas educativas, son muchos los autores los que confirman que la comunicación emocional tiene un papel fundamental en el éxito social, académico y mental del alumnado (Di Fabio y Kenni, 2011; Munsawaengsub, Yimklib, Nanthamongkolchai y Api-nanthavech, 2009).

Se ha puesto de manifiesto que las habilidades emocionales proporcionan al alumnado la capacidad necesaria para tomar decisiones correctas bajo momentos de estrés, también ayudan a regular sus emociones y reducen la ansiedad. (Cotler, Di Tursi, Goldstein, Yates y Del Belso, 2017;Garaigordobil y Peña, 2015; Ruiz, Castillo, Martín, Ca-bello, Fernández y Nekane, 2012)

Otros estudios que afirman los beneficios de los programas de Inteligencia y comunicación emocional son los de Garaigor-dobil y Peña (2015) y Reyes, Brackett, Rivers, Elbertson y Salovey (2012), los cuales verifican que mediante la implementación de dichos programas se consigue un aumento de atención y regulación emocional, además de permitir un desarrollo intrapersonal debido a la mejoría que se adquiere en su propia auto-percepción, lo que favorece la comprensión emocional y el respeto hacia los demás.

Por ello, se observa que las implementaciones sobre comunicación emocional e inteligencia emocional, producen altos efectos positivos en el alumnado, desarrollando sus habilidades emocionales y sociales, dándoles herramientas para aprender a afrontar las dificultades que puedan surgirles, ya sean en el ámbito académico o en otros ámbitos de su vida.

#### 4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Debido a la importancia que tiene la comunicación de emociones en la infancia, se va a realizar una propuesta de intervención para trabajar las emociones, con el objetivo de que los niños sepan interpretarlas y trabajarlas, a la vez que puedan expresarse y entender las emociones de los demás.

La propuesta se va a dividir en las 5 fases de la inteligencia emocional según Goleman (1996), que en este caso son autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidad social. En cada una de las fases se van a proponer distintas actividades para trabajarlas.

#### CRONOGRAMA

<b>FASE 1. AUTOCONCIENCIA</b>
Actividad 1 “ <i>¿Qué emociones siento?</i> ” - 30 minutos Actividad 2 “ <i>Cuando me siento así...</i> ” - 30 minutos
<b>FASE 2. AUTORREGULACIÓN</b>
Actividad 3 “ <i>Mi anclaje de felicidad</i> ” - 40 minutos Actividad 4 “ <i>Contigo me relajo</i> ” - 10 minutos
<b>FASE 3. AUTOESTIMA</b>
Actividad 5 “ <i>Mi tarro especial</i> ” - 45 minutos Actividad 6 “ <i>Gran maestro</i> ” - Dividida en 4 días, un grupo por cada día.
<b>FASE 4. EMPATÍA</b>
Actividad 7 “ <i>Mimo de emociones</i> ” - 45 minutos Actividad 8 “ <i>¿Sentimos lo mismo?</i> ” - 40 minutos
<b>FASE 5. HABILIDADES SOCIALES</b>
Actividad 9 “ <i>Mural en equipo</i> ” - 30 minutos Actividad 10 “ <i>Amigo secreto</i> ” - Durará el día entero

La propuesta que se presenta a continuación está destinada para llevarse a cabo con el alumnado de Segundo Ciclo de Infantil. Las actividades que se desarrollan a continuación han sido diseñadas para trabajar la comunicación emocional.



El Segundo Ciclo de Infantil abarca desde los 3 años, edad en la que los alumnos entran en el colegio, hasta los 6 años, edad en la que pasan a Educación Primaria. En este caso, la propuesta va dirigida para los alumnos de 3º de Infantil.

Las siguientes 5 fases en las que van a dividirse las actividades, relacionándolas con el currículo, entraría dentro de las competencias específicas. Las competencias específicas son aquellos desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones de aprendizaje, por lo que, en esta intervención, se pretende que el alumnado adquiera estas competencias para poder desarrollar la comunicación emocional.

Dentro de cada competencia específica se encuentran los saberes básicos, en cada una de las fases se pueden trabajar distintos saberes, como la autoestima, el autoconcepto, el respeto... Estas competencias aportarán al currículo herramientas para favorecer el desarrollo personal del alumnado, así como el trabajo de las tres áreas del currículo. Además, también permite el desarrollo de distintas habilidades de autorregulación y autocontrol, lo que reducirá los conflictos dentro del aula.

## FASE 1. AUTOCONCIENCIA

### **Actividad 1** “¿Qué emociones siento?”

#### **Desarrollo**

Para la primera actividad, se iniciará al alumnado en el tema de la intervención, en este caso en la conciencia de las emociones. Para ello vamos a tratar las seis emociones básicas de Ekman (1934): la tristeza, la ira, la sorpresa, el miedo, el asco, el desprecio y la alegría.

El objetivo que se persigue en la primera actividad es que el estudiantado conozca estas seis emociones y sepa interpretarlas, para ello realizaremos una asamblea en la que se les preguntará aquellas emociones que conocen, qué sienten con esa emoción, después se les pedirá que pongan algún ejemplo en el cual pueden sentir esa emoción. Tras ello, se llevará a cabo un debate entre todo el alumnado sobre las distintas emociones y cómo pueden hacer sentir, dependiendo de cada persona y momento.

#### **Objetivos**

- Conocer las 6 emociones básicas de Paul Ekman
- Favorecer la escucha activa en momentos de debate
- Potenciar la comunicación y la conciencia emocional.



### **Materiales**

En esta actividad sería necesario un lugar tranquilo, en este caso podría ser el aula ordinaria, siempre y cuando el suelo sea cómodo para permitir que el alumnado se relaje,

### **Duración**

La duración de esta actividad será de 40 minutos aproximadamente, variará dependiendo del número de alumnos que haya en el aula.

### **Evaluación**

La evaluación se realizará de manera individual, a cada alumno. Para ello se utilizará la observación y con las anotaciones realizadas se responderá a las siguientes preguntas:

- ¿Conoce las 6 emociones básicas de Paul Ekman?
- ¿Mantiene la atención durante el debate?
- ¿Es capaz de comunicarse?
- ¿Trabaja la conciencia emocional?
- ¿Ha surgido alguna dificultad?

### **Actividad 2 “Cuando me siento así...”**

#### **Desarrollo**

En esta actividad, les enseñaremos imágenes distintas, en cada una de ellas estará representada una emoción. Por ejemplo, una imagen de un niño llorando. Esta actividad se realizará durante la asamblea, ya que queremos que entre todos expresen lo que piensan y sienten y que sean capaces de escuchar a los demás.

Después de mostrar la imagen, les preguntaremos ¿Cuándo os sentís así? De esta manera, ellos mismos tendrán que relacionar esa emoción con momentos que le hacen sentirse de esa manera. Tendrán que ir hablando de uno en uno en la asamblea, comentando lo que sienten y expresando en qué momentos pueden sentir esa emoción.

#### **Objetivos**

- Relacionar una imagen con una emoción
- Expresar lo que sienten ante los demás compañeros
- Respetar el turno de palabra y la opinión de los demás
- Conocer sus propias emociones
- Detectar en qué momento sienten esas emociones

#### **Materiales**

- Imágenes con las distintas emociones. (Ver Anexo I. Imágenes de emociones)

### Duración

La duración de esta actividad será de 30 minutos aproximadamente.

### Evaluación

Para evaluar la actividad se rellenará la siguiente tabla, respondiendo si o no.

CRITERIO	SÍ	NO
Relaciona una imagen con una emoción		
Expresa lo que siente ante los demás compañeros		
Respetar el turno de palabra y la opinión de los demás		
Conoce sus propias emociones		

Tabla 1. Evaluación Actividad 2

## FASE 2. AUTORREGULACIÓN

### Actividad 3 “Mi anclaje de felicidad”

#### Desarrollo

Los anclajes emocionales nos pueden servir para asociar emociones de calma, felicidad o confianza a los que luego podríamos recurrir para sentirnos de esta manera.

Para esta actividad, utilizaremos un papel grande en el que dibujaremos una nube, de uno en uno irán colocándose encima del círculo, se le pedirá que piense en una situación en la que se sintieron muy felices como por ejemplo, cuando fueron a pasear con sus abuelos. De esta manera, les explicaremos que en esa nube puede sentir felicidad, después se les pedirá que recuerden o expresen un momento en el que ellos hayan experimentado miedo, tristeza... Después de comunicar ese momento, se les solicitará que se introduzcan de nuevo en la nube de la felicidad, se les animará a que intenten sentir esa tranquilidad y felicidad en la nube, que los malos recuerdos se transformen en felicidad y seguridad dentro de esa nube. Esta nube, se podrá utilizar para el Rincón de la calma y que cada vez que se sientan tristes, o con miedo, puedan recurrir a este anclaje y obtener seguridad.

#### Objetivos

- Aprender a crear anclajes emocionales
- Regular sus emociones y ser capaces de transformarlas



- Estimular la expresión y comunicación emocional

### **Materiales**

- Papel grande con una nube dibujada en el centro

### **Duración**

Esta actividad durará 40 minutos ya que puede resultar más compleja que las demás actividades.

### **Evaluación**

La evaluación se realizará de manera individual, a cada alumno. Para ello se utilizará la observación y con las anotaciones realizadas se responderá a las siguientes preguntas:

- ¿Ha aprendido a crear anclajes emocionales?
- ¿Cuáles han sido?
- ¿Ha sido capaz de regular sus emociones a través de estos anclajes?
- ¿Ha tenido alguna dificultad? ¿Cuál? ¿Cómo se ha solucionado?

### **Actividad 4 “Contigo me relajo”**

#### **Desarrollo**

Primero, dividiremos a la clase en parejas, procurando siempre que las parejas estén bien formadas, para que ambas partes se sientan cómodas y seguras con la otra persona. Esta actividad también puede utilizarse como vuelta a la calma debido a que calma al alumnado y permite que entren en un ambiente más tranquilo.

Para empezar, se colocarán por parejas, de forma que queden enfrente el uno del otro. Mientras suena una melodía tranquila, los alumnos que se encuentran detrás tienen que tocar la espalda de su compañero con sus manos, intentando expresar lo que sienten con la melodía, similar a un masaje. Cuando la melodía cambié, tendrán que cambiar los roles, es decir, el de adelante se pondrá atrás y será el que realizará lo mismo que ha hecho su compañero anteriormente.

#### **Objetivos**

- Conectar con el compañero y conocer su propio cuerpo
- Aceptar el contacto con los demás compañeros
- Regular sus emociones a través de la relajación
- Ayudar a liberar la tensión corporal y emocional.
- Utilizar diferentes técnicas de relajación.



### **Materiales**

Para esta actividad no necesitaremos ningún material

### **Duración**

Esta actividad durará 10 minutos aproximadamente.

### **Evaluación**

Para evaluar esta actividad, tras haber observado cómo se han comportado los alumnos, se completará la siguiente tabla, siendo:

1. Nunca
2. A veces
3. Con frecuencia
4. Siempre

	1	2	3	4
- Conecta con el compañero y conoce su propio cuerpo.				
- Acepta el contacto con los demás compañeros.				
- Regula sus emociones a través de la relajación.				
- Ayuda a liberar la tensión corporal y emocional.				
- Utiliza diferentes técnicas de relajación.				

## FASE 3. AUTOESTIMA

### **Actividad 5 “Mi tarro especial”**

#### **Desarrollo**

Cada alumno tendrá su propio tarro de cristal, se sentarán todos en la asamblea e irán saliendo de uno en uno, los demás tendrán que decir algo positivo de la persona que esté en medio, mientras tanto la maestra irá escribiendo lo que los compañeros dicen en unas tiras de papel de colores. De esta manera, cada alumno tendrá su propio tarro con sus cosas positivas.



Lo que se pretende conseguir con esta actividad es potenciar la autoestima del alumnado, también se puede trabajar la comunicación y el respeto a los compañeros.

### **Objetivos**

- Potenciar la autoestima en edades temprana
- Trabajar la expresión emocional hacia los demás.
- Potenciar el pensamiento positivo de sí mismo y de los demás

### **Materiales**

- Tarro de cristal o de plástico
- Rotuladores de colores
- Folios de colores cortados en tiras

### **Duración**

La duración de esta actividad será de 35-45 minutos aproximadamente, variará dependiendo del número de participantes que haya.

### **Evaluación**

Para evaluar esta actividad, primero se evaluará al grupo en general, anotando cómo se ha realizado la actividad y aquellas dificultades que hayan surgido. Después, se calificará del 1-10 el comportamiento que ha tenido el alumnado durante la asamblea, las aportaciones a sus compañeros, el respeto ante los demás y la manera de expresarse.

### **Actividad 6 “Gran maestro”**

#### **Desarrollo**

Para esta actividad, el estudiantado deberá realizar una exposición sobre algo que se les da bien, por ejemplo, pintar o jugar al fútbol. Para comenzar se les dará la siguiente pauta: " Tenéis que contar o explicar a tus compañeros algo que se te da bien o te guste hacer, podéis traer algún objeto para enseñárselo a otros compañeros también, por ejemplo a mí se me da bien dibujar y os voy a traer un cuadro hecho por mí para que veáis cómo dibujo." De uno en uno, saldrán a exponer aquello que consideren que se les da bien o que les gusta hacer. De esta manera se fortalece su autoestima al expresar lo que se les da bien ante los demás.

### **Objetivos**

- Trabajar la escucha activa a los demás



- Potenciar la autoestima de los alumnos
- Promover el respeto entre los compañeros.

### **Materiales**

En esta actividad cada uno podrá utilizar los materiales que quiera.

### **Duración**

Esta actividad se puede realizar en varios días, dividiendo a la clase en grupos de 4 y que cada día un grupo realice la exposición.

### **Evaluación**

Respecto a la evaluación de esta actividad se responderá si o no a las siguientes preguntas:

1. ¿Respetan a sus compañeros cuando realizan su exposición?
2. ¿Trabaja su propia autoestima?
3. ¿Es capaz de sacar cualidades de sí mismo?
4. ¿Ha surgido alguna dificultad?

## FASE 4. EMPATÍA

### **Actividad 7 “Mimo de emociones”**

#### **Desarrollo**

Para la primera actividad de empatía, dividiremos de nuevo la clase en parejas. Uno de la pareja se encargará de ser el mimo y el otro participante de la pareja tendrá que adivinar lo que él mismo está intentando representar.

En este caso, el alumno que tenga el rol de mimo, tendrá que representar una emoción mediante gestos faciales y corporales, el otro alumno tendrá que adivinar de qué emoción se trata de imitarla a su manera. Después, se cambiarán los roles, y el mismo pasará a ser la otra persona de la pareja.

#### **Objetivos**

- Controlar su cuerpo y sus gestos.
- Representar la emoción con su propio cuerpo.
- Expresar sentimientos mediante el cuerpo.
- Empatizar con el compañero con rol de mimo.



### **Materiales**

Para esta actividad no es necesario ningún material

### **Duración**

La duración de esta actividad será de 35-45 minutos aproximadamente.

### **Evaluación**

La evaluación se realizará de manera individual, a cada alumno. Para ello se utilizará la observación y con las anotaciones realizadas se responderá a las siguientes preguntas:

- ¿Es capaz de controlar su cuerpo?
- ¿Representa la emoción con su cuerpo?
- ¿Expresa sus sentimientos mediante el cuerpo?
- ¿Es capaz de empatizar con los compañeros?

### **Actividad 8 “¿Sentimos lo mismo?”**

#### **Desarrollo**

Para la última actividad, se reunirán todos en la asamblea. Se colocarán en un semicírculo, la maestra estará en medio. La maestra explicará y representará una situación que puede generar una emoción, por ejemplo, si un amigo tuyo se enfada contigo.

Los alumnos deberán realizar un debate, explicando cómo se sentirían cada uno de ellos en ese momento y qué emoción relacionan a esa situación. Lo más probable es que la mayoría coincidan, pero puede haber alguna sesión en la que algún alumno se sienta diferente a otro alumno, por lo tanto, es muy importante que se escuchen entre ellos para escuchar las diversas emociones que pueden sentir y ponerse en el lugar del otro al sentir y esa emoción.

#### **Objetivos**

- Trabajar la expresión emocional
- Potenciar el respeto y la escucha activa
- Estimular la empatía con los demás

### **Materiales**

No se necesita ningún material para esta actividad.

### **Duración**

Esta actividad durará 40 minutos aproximadamente.



## Evaluación

Para evaluar esta actividad, tras haber observado cómo se han comportado los alumnos, se completará la siguiente tabla, siendo:

1. Nunca
2. A veces
3. Con frecuencia
4. Siempre

	1	2	3	4
Trabaja la expresión emocional				
Respeto y escucha a sus compañeros				
Es capaz de empatizar con los demás				

## FASE 5. HABILIDAD SOCIAL

### Actividad 9 “Mural en equipo”

#### Desarrollo

En esta actividad van a realizar grupos de 4 personas, cada grupo tendrá su papel blanco grande, témperas y rotuladores. Mientras tanto, irá sonando una melodía, ellos tendrán que ir dibujando lo que están sintiendo con esa melodía, el sonido irá cambiando.

#### Objetivos

- Relacionar los sonidos con sus propias emociones
- Potenciar el trabajo en equipo
- Trabajar el respeto entre todos.

#### Materiales

- Papel blanco
- Témperas
- Rotuladores

#### Duración

La actividad durará 30 minutos aproximadamente.

#### Evaluación



Para evaluar esta actividad se responderá si o no a la siguiente tabla:

	SÍ	NO
Es capaz de relacionar los sonidos con sus propias emociones		
Trabaja en equipo		
Respeto a los demás		
Ha tenido alguna dificultad durante el desarrollo de la actividad		

### **Actividad 10 “ Amigo secreto “**

#### **Desarrollo**

La profesora irá llamando de uno en uno y les dirá el nombre de uno de sus compañeros de clase. Durante ese día, tendrán que cuidar de su amigo secreto, ayudarlo cuando lo necesite, estar con él, preguntarle cómo está y cómo se siente. El objetivo de cada uno es hacer que su amigo secreto se sienta bien y tenga un buen día. Los demás no pueden saber que amigo secreto les ha tocado a cada uno.

#### **Objetivos**

- Favorecer las relaciones entre iguales.
- Trabajar la empatía
- Reflexionar sobre las cualidades positivas de cada uno.

#### **Materiales**

No se necesitará ningún material para esta actividad.

#### **Duración**

La actividad durará el día entero.

#### **Evaluación**

Para la última actividad se evaluará mediante observación y del 1-10 la implicación de los alumnos en la actividad, cómo se comporta con su “amigo secreto”, qué hace para ayudarlo o para que se sienta bien y cómo se comportan entre ellos.

## **5. PROPUESTA DE EVALUACIÓN**



Para evaluar la intervención, se recogerá información durante las sesiones, a través de la observación sistemática. La evaluación de esta propuesta tiene como finalidad evaluar el grado de cumplimiento de los objetivos previstos, se analizará el proceso de aprendizaje, así como las diferentes necesidades que pueden surgir.

Para ello, se plantea una evaluación continua, se irá recogiendo información durante las sesiones, en este caso utilizaremos la observación sistemática. Se han elaborado distintas rúbricas (*Ver Anexo II. Rúbricas*) con los criterios de evaluación referentes al currículo de cada Área de Conocimiento de Educación Infantil y relacionados con la propuesta, estas rúbricas se evaluarán del 1-4, siendo:

1. Nunca
2. A veces
3. Con frecuencia
4. Siempre

## PROCESO DE EVALUACIÓN

La evaluación se llevará a cabo por parte de la maestra o el maestro, para ello se utilizará la observación sistemática. Dentro de esta tipología de evaluación se pueden distinguir dos modelos de registros:

- **Narrativos:** Se basan en los atributos. Son descripciones de lo que ocurre, pueden ser orales o escritas, carecen de una estructura, ya que se describe lo que se observa con escasa sistematización. Este tipo de registro suele utilizarse para recoger información inicial. Hay distintos tipos:

<b>Anecdótico</b>	<b>Notas de campo</b>	<b>Diario de campo</b>
Es un tipo de instrumento que sirve para anotar la información observada de manera directa. Se describe de manera objetiva aquello que se ha observado.	Son observaciones puntuales que se recogen de manera inmediata, mientras se observa la acción. Se centran más en la descripción que en la	También conocido como cuaderno de campo, es un instrumento para recoger anotaciones. Suelen ser utilizados por investigadores de distintas áreas. Es una

	interpretación, deben ser realizadas con la mayor precisión posible.	descripción más detallada de lo observado.
--	--	--

- **Categoriales:** Se basan en las acciones. Son sistemas cerrados que contienen distintas categorías que han sido prefijadas por el observador. Hay tres tipos:

Sistema de categorías	Sistema de signos en listas de confirmación	Sistema de valoración
Tienen un número prefijado de categorías, cualquier conducta que se observe debe ser anotada en estas categorías. Suele utilizarse a la vez que se realiza la acción y se va anotando lo observado mientras sucede.	Se registran únicamente las conductas especificadas y no todas las que se producen. Se usa a la vez que se realiza la acción.	El observador se encarga de emitir juicios ponderados, según su criterio (por ejemplo: 1-por debajo de lo normal, 2-aceptable...) Se suelen usar en el momento de la observación.

Tras obtener los resultados se incidirá en aquellos ítems que no se hayan superado para poder ayudar a que se terminen logrando adecuadamente.

## 5. LIMITACIONES

Respecto a las limitaciones en la realización de este trabajo, la primera limitación ha sido la dificultad para poder llevar a la práctica la propuesta, ya que iba a ser realizada en el colegio en el que lleve a cabo las Prácticas Escolares III y Prácticas de Atención a la Diversidad, pero debido a falta de tiempo por parte de la tutora para realizar lo programado en el tercer trimestre no ha sido posible realizar la propuesta en el aula.

No obstante, durante la realización del trabajo si han surgido varias dificultades, ya que debido a mi situación de salud no he podido realizarlo de la manera en la que me hubiera gustado, pese a esto, estoy muy orgullosa del trabajo que he realizado y del



esfuerzo que he puesto para diseñar la intervención y buscar la información necesaria que me sirviera para ello.

Uno de los aspectos que también ha dificultado la realización de este proyecto ha sido la escasez de información acerca de la comunicación emocional, respecto a la inteligencia emocional he encontrado multitud de fundamentación teórica, así como libros y documentos que han servido para recoger la información necesaria para poder elaborar una propuesta de intervención que sea de utilidad.

## **PROSPECTIVA DE FUTURO**

Como propuesta para el futuro, considero que la intervención que se propone se debería trabajar correctamente para poder lograr los objetivos previstos.

Es necesario establecer un cronograma, para tener el tiempo suficiente para desarrollar correctamente las distintas actividades que se proponen, ya que de esta manera será de mayor utilidad para los alumnos.

Las actividades deben ser trabajadas globalmente entregando las 3 áreas del currículo, de esta manera, se coordinarán con los contenidos didácticos. Es muy importante que las actividades se adapten a las capacidades de los alumnos, facilitando su participación en ellas y adaptando las limitaciones de cada alumno, para que su trabajo favorezca la consecución de los objetivos propuestos. Por ello, el docente debe mostrarse ante ellos con confianza para facilitar el aprendizaje del alumnado.

Por último, considero que deberían reestructurarse las actividades si se quiere trabajar con alumnado del primer ciclo o en otros cursos del segundo ciclo, ya que si es cierto la propuesta, al estar destinada al alumnado de cinco años hay ciertas actividades que quizás en niños de edades más tempranas, no sepan integrarlas de manera correcta o incluso no consigan entenderlas.

## **6. CONCLUSIONES**

El objetivo principal de este trabajo fue realizar una propuesta que sirviera para el desarrollo de la comunicación de las emociones en el alumnado del Segundo Ciclo de Infantil, en concreto, los alumnos de 5 años.



Con esta propuesta, también se pretende que los docentes sean conscientes de lo importante que es el trabajo de las emociones y su gestión, pero sin dejar atrás su comunicación, ya que en muchos casos no se le da la importancia suficiente y eso puede dificultar que el alumnado obtenga herramientas para poder comunicarse emocionalmente.

Respecto a los objetivos propuestos al inicio de la propuesta, debido a la imposibilidad de implementar la propuesta en el aula no puedo afirmar el logro de los objetivos propuestos, así como el ajuste de las actividades y la evaluación de estas. Pese a ello, durante la realización de la propuesta se han realizado las actividades necesarias, utilizando diversas metodologías y materiales adaptados para poder trabajar la comunicación emocional en el aula, que era el principal objetivo del trabajo.

Teniendo en cuenta la persecución de los objetivos específicos, se han analizado las diversas aportaciones teóricas que hablan de la importancia de la comunicación emocional desde edades tempranas, teniendo este objetivo, para poder trabajar la comunicación emocional en el aula, partiendo de esas ideas y datos, se ha realizado una propuesta ajustada a las necesidades de la etapa en la que se encuentran los alumnos, así como aquellos aspectos imprescindibles para su desarrollo académico y emocional.

Otro aspecto que me gustaría recalcar es que he podido introducirme en la investigación educativa, buscando diferentes metodologías y formas para realizar una propuesta que fuera útil. Actualmente, los docentes nos encontramos en una formación constante, por lo que es necesario que aprendamos a indagar sobre diversos materiales, metodologías e información que nos sirvan para favorecer el desarrollo educativo de los alumnos.

**ANEXOS**



Anexo I. Imagenes de emociones

**CRECIMIENTO EN ARMONÍA**

<b>Criterios asociados a la competencia específica CA.2</b>				
Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva				
<b>CRITERIOS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>



<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones.</li> <li>2. Ofrecer y pedir ayuda en situaciones cotidianas, valorando los beneficios de la cooperación y la coeducación.</li> <li>3. Expresar inquietudes, gustos y preferencias, respetando las de los demás y mostrando satisfacción y seguridad sobre los logros conseguidos.</li> </ol>				
---	--	--	--	--

<b>Criterios asociados a la competencia específica CA.3</b>				
Adoptar modelos, normas y hábitos, desarrollando la confianza en sus posibilidades y sentimientos de logro, para promover un estilo de vida saludable y socialmente responsable.				
<b>CRITERIOS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar actividades relacionadas con el autocuidado y el cuidado del entorno con actitud de respeto, mostrando autoconfianza e iniciativa.</li> <li>2. Respetar la secuencia temporal asociada a los acontecimientos y actividades cotidianas, adaptándose a las rutinas establecidas para el grupo y desarrollando comportamientos respetuosos hacia las demás personas.</li> <li>3. Adquirir de forma progresiva actitudes de cuidado personal y cuidado del entorno.</li> </ol>				

<b>Criterios asociados a la competencia específica CA.4</b>				
Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos.				
<b>CRITERIOS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Participar con iniciativa en juegos y actividades</li> </ol>				



<p>colectivas relacionándose con otras personas con actitudes de afecto y empatía, y evitando todo tipo de discriminación.</p> <p>2. Desarrollar destrezas y habilidades para la gestión de conflictos de forma positiva, proponiendo alternativas creativas y teniendo en cuenta el criterio de otras personas</p>				
---	--	--	--	--

### DESCUBRIMIENTO Y EXPLORACIÓN DEL ENTORNO

<b>Criterios asociados a la competencia específica DEE.2</b>				
Desarrollar, de manera progresiva, los procedimientos del método científico y las destrezas del pensamiento computacional, a través de procesos de observación y manipulación de objetos, para iniciarse en la interpretación del entorno y responder de forma creativa a las situaciones y retos que se plantean.				
<b>CRITERIOS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<p>1. Gestionar situaciones, dificultades, retos o problemas planificando secuencias de actividades, mostrando interés e iniciativa y colaborando con sus iguales.</p> <p>2. Aplicar progresivamente estrategias para canalizar la frustración ante las dificultades o problemas.</p> <p>3. Utilizar diferentes estrategias para la toma de decisiones con progresiva autonomía, afrontando el proceso de creación de soluciones originales en respuesta a los retos que se le planteen.</p> <p>4. Participar en proyectos colaborativos compartiendo y valorando opiniones propias y ajenas, expresando conclusiones personales a partir de ellas.</p>				

### COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN DE LA REALIDAD

<b>Criterios asociados a la competencia específica CRR.2</b>				
Interpretar y comprender mensajes y representaciones apoyándose en conocimientos y recursos de su propia experiencia para responder a las demandas del entorno y construir nuevos aprendizajes				
<b>CRITERIOS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>



<ol style="list-style-type: none"><li>1. Interpretar de forma eficaz los mensajes e intenciones comunicativas de los demás.</li><li>2. Mostrar actitud de escucha atenta y respetuosa, e interés por las comunicaciones de los demás.</li></ol>				
---	--	--	--	--

*Anexo II. Rúbricas de Evaluación*



## BIBLIOGRAFÍA

Alemán, A.; Belmonte, M<sup>a</sup> L. (2022). La inteligencia emocional en el aula de educación infantil. Aula de Encuentro, volumen 24 (1), Experiencias pp. 148-168

Arís Redó, Nuria (2010): La educación emocional y la comunicación escolar. Vivat Academia. nº 113. Diciembre. 2010

Benaigues, D. (2014) Qué es exactamente la Comunicación Emocional. Recuperado

Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.

Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Madrid: Síntesis.

Bisquerra, R. (Coord). (2011). Educación emocional. Propuestas para educadores y familias. Bilbao: Desclée de Brower.

Bisquerra, R. (Coord.) (2012). ¿Cómo educar las emociones?. La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Faros: Cuadernos.

Cala, I. (2013). Cala Contigo: El Poder de Escuchar. C.A. Press.

Canto, J., Fernández-Berrocal, P., Guerrero, F., y Extremera, N. (2005). Función protectora de las habilidades emocionales en las adicciones. En J. Romay Martínez y R. García Mira (Eds), Psicología Social y Problemas Sociales (pp. 583-590). Madrid: Biblioteca Nueva.

Castanyer Olga. (2014). La asertividad, expresión de una sana autoestima. (34. ed.).

Delors, Jacques. (Coord). (1997). La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI, presidida por Jacques Delors. UNESCO.



Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2002). La inteligencia emocional en el aula como factor protector de conductas problema: violencia, impulsividad y desajuste emocional.

F. A. Muñoz, B. Molina y F. Jiménez (Eds.) Actas I Congreso Hispanoamericano de Educación y Cultura de Paz (pp. 599-605). Editorial Universidad de Granada: Granada.

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 332, 97-116.

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Electronic Journal of Research of Educational Psychology*, 6 (2), 363-382.

Fernández, A. M., Dufey, M. y Mourgues, C. (2007). Expresión y reconocimiento de emociones: un punto de encuentro entre evolución, psicofisiología y neurociencia. *Revista Chilena de Neuropsicología*, ISSN 0718-0551, Vol. 2, Nº. 1, 2007, págs. 8-20.

Fernández, M.R., Palomero, J.E., Teruel, M.P. (2008). El desarrollo socioafectivo en la formación inicial de los maestros. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 14.

Froufe-Quintas, S. (2000). Análisis crítico de las actitudes bloqueadoras de la comunicación humana. *Comunicar*, 7(14), 97-102. <https://doi.org/10.3916/c14-2000-13>

Goleman, Daniel: *Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós. (2001) ISBN 84-7245-371-5

J. Fuentes, Abeledo, E. (2003). *Investigación en aula y sistemas de información*. Comillas, 278.

Lynn, Adele B. (2000). *50 actividades para desarrollar la inteligencia emocional*. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces. 185 p. Martínez, Agustín; Piqueras, José Antonio; Inglés, Cándido J. (2011). *Relaciones entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés*. Alicante: Universidad de Alicante. 24 p

Machado Arenós, Cristina María. (Sevilla-2015). *La importancia de la inteligencia emocional en la expresión y comunicación de las emociones*.



Machado Arenós, Cristina María. (Sevilla-2015). La importancia de la inteligencia emocional en la expresión y comunicación de las emociones.

ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Palomera, R., Fernández-Berrocal, P. y Brackett, M. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 14.

Pérez, N. y Castejón, J.L. (2007). La inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 13 (1), 119-129.

Peter Salovey y Dr. Jhon Mayer: El modelo de inteligencia emocional (1997)

Puertas Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Castro-Sánchez, M., Ramírez-Granizo, I., & González Valero, G. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 36(1), 84–91. <https://doi.org/10.6018/analesps.345901>

Puertas Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Castro-Sánchez, M., Ramírez-Granizo, I., & González Valero, G. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 36(1), 84–91. <https://doi.org/10.6018/analesps.345901>

Quintero, S. J. C., & Peraza, M. L. M. (2016). La comunicación efectiva y asertiva entre maestros, alumnos y padres de familia: experiencias en una telesecundaria en México. *Revista Internacional de Didáctica y Organización Educativa*, 1(1).

Solana, R. (2015b). La cuestión de la inteligencia emocional. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*

Vera, F., Araya, P., Morán, H., & Amador, S. (s. f.). *Comunicación Efectiva Contenidos Declarativos*.