

Trabajo Fin de Grado

Magisterio en Educación Infantil

El desarrollo de la inteligencia emocional en la educación infantil.
Implementación de una propuesta de intervención.

The development of emotional intelligence in early childhood
education.
Implementation of an intervention proposal.

Autora

Paula Carrizosa Burdio

Directora

Ana Rodríguez Martínez

FACULTAD DE EDUCACIÓN

2024-2025

Resumen

Este Trabajo Final de Grado se diseña con el fin de realizar una propuesta de intervención, donde el alumnado de 3 y 4 años, identifique las emociones básicas tanto propias como ajenas, y comience a regularlas de manera progresiva. Partiendo de una metodología basada en actividades lúdicas y creativas, fomentando la participación activa. Basándose en el desarrollo de las habilidades de percepción y expresión emocional del modelo de Salovey y Mayer. Primeramente, se presenta un marco teórico, en el cual aparecen las diferentes definiciones del concepto, emoción, educación emocional y la evolución histórica del constructo de Inteligencia Emocional. Además de un análisis por los diferentes modelos de IE. En la segunda parte, se expone la propuesta de intervención, cuyos resultados han superado con creces las expectativas, ya que el alto grado de motivación intrínseca, la expresión emocional, y participación activa del alumnado ha permitido crear un entorno educativo dinámico y enriquecedor.

Palabras clave: emoción, educación emocional, inteligencia emocional, intervención, Educación Infantil.

Abstract

In this work is designed in order to make an intervention proposal, where 3 and 4 year old students identify the basic emotions, both their own and those of others, and begin to regulate them progressively. Starting from a methodology based on recreational and creative activities, encouraging active participation. Based on the development of perception and emotional expression skills of the Salovey and Mayer model. First, a theoretical framework is presented, in which the different definitions of the concept, emotion, emotional education and the historical evolution of the construct of Emotional Intelligence appear. In addition to an analysis of the different EI models. In the second part, the intervention proposal is presented, the results of which have far exceeded expectations, since the high degree of intrinsic motivation, emotional expression, and active participation of the students has allowed the creation of a dynamic and enriching educational environment.

Key words: emotion, emotional education, emotional intelligence, intervention, early childhood education.

Índice

1. Introducción.....	3
2. Objetivos.....	4
3. Marco Teórico.....	5
3.1. Concepto de emoción.....	5
3.2 Educación emocional.....	8
3.3. Inteligencia emocional.....	10
3.4 Diferentes modelos de inteligencia emocional.....	15
- Modelo de Salovey y Mayer.....	16
- Modelo de Goleman.....	19
- Modelo de Bar-On.....	20
- Modelo VEC.....	22
- Otros modelos.....	22
4. Propuesta de intervención.....	24
4.1. Justificación.....	24
4.2. Contextualización.....	26
4.3 Diseño de una situación de aprendizaje.....	27
4.3.1 Relación con los objetivos generales de etapa.....	27
Objetivos.....	28
4.3.2 Áreas curriculares que se desarrollan.....	29
4.3.3. Metodología.....	31
3.3.4. Temporalización.....	35
4.3.5 Secuenciación de las sesiones.....	36
3.3.6 Evaluación.....	43
4.4. Resultados.....	50
4.5. Conclusiones de la propuesta de intervención.....	51
5. Conclusiones.....	52
6. Referencias bibliográficas.....	55
7. Anexos.....	61

1. Introducción

A lo largo de la historia, la educación ha evolucionado por diferentes enfoques. Tradicionalmente ponía el énfasis en el desarrollo de capacidades cognitivas, dejando en un segundo plano las emociones, sin tener en cuenta que ambos aspectos son esenciales en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, en la actualidad, investigaciones de neurociencia, psicología y pedagogía avalan el papel fundamental que tienen las emociones no solo en el aprendizaje, sino también para su desarrollo personal y social (López-Cassà, 2005).

Dentro del campo de la innovación educativa, la educación emocional da cobertura a las necesidades sociales, que las materias académicas no contemplan. Basándose en el concepto de las teorías de la emoción y concibiendo la emoción como elemento indisoluble para el desarrollo cognitivo, que capacitará al individuo para asumir los retos de la vida, y alcanzar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2003).

El origen se remonta a los estudios de Goleman (1995), empoderando las emociones en el aprendizaje y desarrollo de los individuos. Ello no obstante, la implementación en el aula de estrategias centradas en la inteligencia emocional (IE) ha tenido una evolución gradual, en función de factores socioculturales y pedagógicos.

El desarrollo de competencias emocionales a través de la educación emocional favorece las relaciones sociales e interpersonales, la resolución positiva de conflictos, favorece la salud física y mental, además de contribuir en gran medida en el rendimiento académico (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008). Y en gran medida fortaleciendo positivamente en múltiples aspectos de la vida del alumnado.

Los primeros años de vida son cruciales, ya que en este lapso de tiempo los niños y niñas aprenden a entender y gestionar sus emociones (Martínez-Otero, 2007). Es por ello que la inteligencia emocional en el ámbito educativo, así como en el entorno familiar es de vital importancia, durante este proceso de formación, los niños y niñas aprenden a entender sus emociones, comunicarse asertivamente y a desarrollar habilidades que les permitan estabilidad en lo individual y lo social (Luengo, 2004). Con el fin de aumentar el bienestar social y personal (Bisquerra y López-Cassà, 2020).

En este Trabajo Final de Grado, partiendo de diferentes autores, se analiza el concepto emocional, el papel que presenta la educación emocional, y la evolución histórica del concepto inteligencia emocional. Asimismo, se presentan los diferentes modelos de inteligencia emocional más relevantes hasta el momento. Posteriormente se ha diseñado una propuesta de intervención cogiendo como punto de referencia el modelo de habilidad de Salovey y Mayer (1997). Especialmente focalizada en la habilidad de Percepción emocional, tratando de fomentar el comienzo en la regulación emocional. Todo ello, se pretende llevar a cabo en un aula de primer curso del segundo ciclo de educación infantil, en el cual se encuentra un alumnado de 3-4 años.

Esta propuesta de intervención se diseña a través de recursos lúdicos y llamativos con el fin de captar el interés del alumnado; y que de este modo el alumnado se encontrará motivado, ya que existen múltiples evidencias que aseguran que cual el alumnado se siente motivados es mejor el aprendizaje (Slavin, 1999).

2. Objetivos

Los objetivos que se pretenden alcanzar con este trabajo son los siguientes;

Los objetivos generales:

- Analizar las definiciones teóricas de emoción, educación emocional e inteligencia emocional.
- Elaborar un exhaustivo análisis sobre la evolución historia del término inteligencia emocional
- Diseñar una propuesta de intervención centrada en la inteligencia emocional en la etapa de educación infantil.
- Realizar una propuesta de intervención en un aula del primer curso del segundo ciclo de educación infantil, con alumnado de 3-4 años.

Los objetivos específicos:

- Conocer las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.
- Reconocer las emociones propias y ajenas.
- Favorecer la regulación emocional.
- Identificar las expresiones faciales de las emociones.

3. Marco Teórico

A lo largo de las últimas décadas, avalado por diferentes investigaciones en neurociencia, ha quedado demostrado el impacto que pueden tener en los procesos de enseñanza y aprendizaje determinadas estrategias de gestión emocional. Tal y como argumenta Mora (2018), en su obra: *“Neuroeducación. Sólo se puede aprender aquello que se ama”*, que parte del principio de que el cerebro necesita emocionarse para aprender, mejorando la educación con propuestas innovadoras y destacando la importancia de las emociones en edades tempranas.

Si bien no es baladí, vamos a tratar de definir el término de educación emocional, desde el punto de vista de diferentes autores siguiendo un orden cronológico, haciendo especial hincapié en la evolución que ha habido a lo largo de la historia del concepto educación, desde su concepción más tradicional, en la que la importancia se centraba en la mera transmisión de conocimientos, hasta la historia más reciente, en la que se la inteligencia intrapersonal e interpersonal adquieren un papel relevante, considerando que la educación debe basarse en: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser, estando estas dos últimas íntimamente relacionadas con las emociones y la educación emocional.

3.1. Concepto de emoción

Entender el concepto emoción es pieza clave, puesto que comprender qué son las emociones, como punto de partida, para después poder ver cómo influyen en nuestra conducta, así como saber gestionarlas adecuadamente, será un objetivo prioritario en la educación.

No es tarea fácil definir el concepto emoción, tal y como afirmó Wenger, Jones y Jones (1962) "Casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento, prácticamente nadie afirma poder entenderla"; para adentrarnos en el concepto haremos un recorrido teórico histórico que nos permita forjar una visión global del concepto.

Para encontrar la primera evidencia científica en la observación de las emociones debemos remontarnos a 1872, cuando el naturalista británico Charles Darwin publicó la obra *“La expresión de las emociones en el hombre y en los animales”*, un libro atípico que contenía

imágenes fotográficas para ilustrar el manuscrito, describiendo las principales acciones expresivas en los humanos y en otros animales, y de su análisis extrae una serie de expresiones faciales que cataloga como universales, que las asocia al sufrimiento, la ternura, el miedo o la vergüenza.

Darwin (1872) haciendo uso de su rigor, a través de toda la obra, convence a la comunidad científica de la veracidad de la teoría de la evolución por selección natural, siendo las emociones pieza clave para la vida en sociedad, el resultado de la evolución, y que permiten la supervivencia de las personas al ser de carácter adaptativo.

Si bien la psicología científica ha intentado analizar y definir la emoción, cabe destacar la teoría tridimensional del sentimiento de Wundt (1896), una de las primeras investigaciones que argumenta que las emociones se pueden analizar en función de las siguientes tres dimensiones: agrado-desagrado; tensión-relajación y excitación-calma. Cada una de las emociones puede entenderse como una combinación específica de las dimensiones citadas. A partir del planteamiento de Wundt se han propuesto numerosas definiciones y clasificaciones del concepto de emoción.

La clasificación de las emociones, ha sido tratado por diferentes teorías, siendo una de las más extendidas, la definida por el psicólogo Paul Eckman (1934), que se basó en 6 emociones básicas o primarias que son universales: alegría, miedo, tristeza, sorpresa y asco, y a partir de ahí las secundarias que se manifiestan de acuerdo a códigos sociales, culturales y personales aprendidos. Por otro lado, otro ejemplo de clasificación vendría de la mano de Plutchik (2006) quien propuso un modelo conocido como “rueda de las emociones” identificando ocho emociones básicas y diferentes combinaciones entre ellas.

Asimismo, según Santrock (2002), las emociones también se pueden clasificar en función de la respuesta que otorga el sujeto, teniendo en cuenta que pueden manifestarse de manera simultánea distintas emociones.

Por otro lado, según el enfoque de Mayer y Salovey, 1997, las emociones ayudan a resolver problemas, y facilitan la adaptación al medio, considerándose como una habilidad que se basa en el procesamiento de la información emocional, que unifica emociones y el razonamiento más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre nuestra vida emocional, todo esto a través de su método teórico, tal y como veremos más adelante.

Y siguiendo una evolución cronológica debemos darle paso al experto en Educación Emocional, gran figura destaca a nivel internacional Bisquerra, que nos define de forma concisa el término emoción: “Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o una perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2003, p. 12).

Según Bisquerra (2003), una emoción se forma del siguiente modo: la información llega a la parte del cerebro donde se gestionan las emociones, para después producir una respuesta neurofisiológica y por último el neocórtex interpreta dicha información inicial.

Si nos detenemos en la definición que nos aporta Casassus (2006), concibe que las emociones son sucesos de carácter biológico y cognitivo, que adquieren un sentido en términos sociales. Y buena prueba de que hay innumerables clasificaciones, es que argumenta, que estas se pueden categorizar por un lado, las emociones positivas, es decir, las que van unidas a un sentimiento placentero como puede ser la felicidad y el amor; por otro lado, las emociones negativas, son aquellas que producen sentimientos desagradables y se detecta una situación de amenaza.

En cambio, hay otras definiciones que ponen el foco en las emociones concebidas como fenómenos con una procedencia multicausal, que se vinculan con las reacciones afectivas repentinas, e intensas, de carácter temporal y que conllevan alteraciones somáticas llamativas, que son la respuesta a estímulos de carácter sorpresivo, que se asocian con necesidades biológicas y con el control de las formaciones subcorticales (Bustamante, 1968 citado en Martínez, 2009), manifestándose de distintas formas para cumplir funciones específicas que conllevarán diversas consecuencias. (Puente, 2007).

Y si nos centramos en la visión de Gondim y Estramiana (2010) “Las emociones son el reflejo de estados afectivos personales y colectivos, que influyen en las relaciones interpersonales y expresan nuestras reacciones ante los valores, costumbres y normas sociales que dan cuenta de las diferencias culturales”

Finalmente como definición actual, a continuación aportamos la definición de la RAE (2024), una emoción es una alteración del ánimo que es transitoria e intensa, que puede ser placentera o dolorosa. Estas suelen ir unidas a una reacción corporal.

3.2 Educación emocional

Habiéndonos detenido en el concepto emoción en las líneas previas, a continuación abordaremos el concepto educación emocional.

Debemos remontarnos al enfoque que dió Payne (1985) en su trabajo “ *A study of emotion: Developing emotional intelligence; self integration; relating to fear, pain and desire*” que ya en su título explícitamente contiene el término educación emocional, respaldando que en las escuelas enseñen respuestas emocionales al alumnado, integrando las emociones en el desarrollo personal, así como valorando el impacto negativo que puede ocasionar la ignorancia emocional.

La educación emocional se trata de un proceso educativo, constante y permanente, donde se fomenta el desarrollo emocional, como elemento clave para alcanzar el desarrollo integral del ser humano, con el propósito de capacitar para la vida , aumentando el bienestar personal y social (Bisquerra, 2000). Dicha definición se enriquecería año más tarde se incluiría la conexión entre el autoconocimiento de nuestros pensamientos y las emociones, siendo uno de los principales propósitos de la educación (Bisquerra, 2003).

La educación emocional tal y como la concibe Bisquerra (2003) parte de una metodología basada principalmente en la práctica , con el propósito de favorecer el desarrollo de las siguientes competencias emocionales:

- Conciencia emocional: a través de la autoobservación y la observación del comportamiento de las personas que nos rodean, conocemos las propias emociones y las de los demás. Para comprender la diferencia entre pensamientos, emociones y acciones, así como las causas y consecuencias; valorando la intensidad que tienen, así como reconocer y utilizar el lenguaje emocional, verbal y no verbal.

- Regulación de las emociones: posiblemente es el elemento clave de la educación emocional; ya que, aprender a tolerar la frustración, controlar la ira, retrasar gratificaciones, así como afrontar situaciones de riesgo o desarrollar empatía entre otras, son factores claves en la habilidad de regulación. Para ello es necesario el uso de técnicas tales como el diálogo interno, el control del estrés, las autoafirmaciones positivas, la reestructuración cognitiva, imaginación emotiva, asertividad etc.

- La motivación: se debe buscar a través de la emoción, ya que están estrechamente relacionadas, y uno de los grandes retos en educación es alcanzar la automotivación, que conlleva a una actividad productiva voluntaria, y autonomía personal.

- Habilidades socio-emocionales: son las competencias que fomentan las relaciones interpersonales. Siendo fundamental la escucha y la capacidad de empatía, constituyendo un clima social positivo.

Cabe destacar que la educación emocional, se evidencia en numerosas situaciones, tales como resolución de conflictos, comunicación efectiva y afectiva, toma de decisiones, prevención inespecífica.....etc, con el propósito de potenciar el bienestar subjetivo en pro de un mayor bienestar social.

Así mismo, añade López-Cassà (2005), que educar es mucho más que una mera transmisión de conocimientos y destrezas, sino que implica contribuir al desarrollo integral del alumnado, en sus actitudes, valores, y sentimientos que forjan los pilares para una vida social en armonía y, que la feliz convivencia, sea un elemento motivador para el desarrollo personal y social. Así mismo, defiende que cada vez, hay más estudios que avalan la importancia de la educación emocional en las instituciones educativas formales, abordando el término de inteligencia emocional a través de la educación emocional (López-Cassà, 2016)

Se ha evidenciado el impacto positivo que la educación emocional tiene, contribuyendo a la mejora del clima del aula, así como la disminución de conflictos y comportamientos disruptivos (Keefer, Parker y Saklofske, 2018, citado en Bisquerra y López-Cassà, 2020).

Es vital destacar, que la acción educativa es una labor compartida, ya que la ejercen tanto los familiares o mayores de referencia durante los primeros años de vida del niño o la niña, hasta el entorno que rodea a la persona, lo que contrasta con la idea de la educación tradicional que acotaba la responsabilidad de la tarea educativa única y exclusivamente al centro educativo y los maestros (Luengo, 2004). Asimismo, Martínez-Otero (2007) comparte la idea de que la educación emocional y afectiva se debe considerar como una condición primaria, para el inicio del desarrollo de la personalidad.

Por ello, es clave que desde edades tempranas el alumnado aprenda a expresar las emociones tanto en la escuela como en casa; ya que durante los seis primeros años es cuando se aprenden las emociones más relevantes (Ruiz, 2015).

Dada la compleja estructura de la educación emocional, así como el gran esfuerzo que requiere la comprensión de sí mismo y del entorno, debe llevarse a cabo de manera gradual (Casassus, 2006).

Concluimos la gran importancia la educación emocional ya que contribuye a que el alumnos forje su propia identidad, trabaje su autoestima, así como su seguridad y confianza propia, estableciendo interacciones sociales de confianza que le permita identificar, expresar, discernir y control las emociones (Ibarrola, 2014).

3.3. Inteligencia emocional

Como punto de partida haremos mención a la Inteligencia Social, concepto unido indisolublemente a la Inteligencia Emocional, ya que ambas tienen como común denominador la gestión adecuada de las emociones para mejorar las relaciones interpersonales; para posteriormente, abordar la evolución histórica de la inteligencia emocional.

Para abordar la antesala de lo que sería el concepto formal de “inteligencia social” debemos remontarnos a la antigüedad clásica, cuando Aristóteles a través de su *Ética a Nicómaco*, sostiene que el ser humano es un “animal social”, y enfatiza la importancia de la convivencia armónica en la polis para alcanzar la vida virtuosa, ya se vislumbra la dimensión social de la racionalidad .

3.3.1. Evolución histórica de la Inteligencia emocional.

En el siglo XX, Thorndike (1920), publicó “la inteligencia y sus usos” formulando explícitamente el concepto inteligencia social, refiriéndose a la habilidad de una persona para comprender, motivar y manejar a otras personas, para involucrarse en interacciones sociales adaptativas. La inteligencia está compuesta de tres campos: abstracta, mecánica y por último, la inteligencia social que se focaliza en las personas, considerando que “ *La aptitud social, es la capacidad de actuar sabiamente en las relaciones humanas* ” (Thorndike, 1920).

Cabe destacar, Thurstone (1938), cuyo trabajo tuvo una influencia indirecta sobre cómo se conceptualiza la inteligencia emocional y social, ya que en su teoría análisis factorial de las

habilidades mentales primarias, defendería que la inteligencia no es un solo factor, sino que está compuesta por muchas capacidades mentales.

En 1940, Wechsler, si bien defendía la idea de que había un factor general de inteligencia, pero compartiendo la idea de que la inteligencia es multifacética, incluyó pruebas más completas y realistas para la medición de la inteligencia, destacando el impacto de los aspectos no intelectivos sobre el comportamiento inteligente, defendiendo que los test de inteligencia no serían íntegros hasta que no se pudieran contemplar estos factores.

A mitad del siglo XX, la psicología humanista y el counseling, que ponen el foco en el desarrollo integral del individuo, considerando muy importante el crecimiento personal y les dan un papel prioritario a las emociones, pudiendo entenderse como el primer indicio de la inteligencia emocional (Allport, 1955; Maslow, 1943; Rogers, 1951).

Tras los aportes del enfoque humanista, surgen en la década de los setenta nuevos enfoques cognitivos-conductuales que destacarán la concepción emocional del sujeto, convirtiéndose en el centro de la intervención, realizando un análisis exhaustivo de los desórdenes emocionales. De este modo, podrían considerarse los pioneros de la aplicación práctica de la inteligencia emocional (Beck, 1976; Elis, 1977; Tylenol et al 1997).

Siguiendo esta línea evolutiva, nos detendremos en Leuner (1966), que publicó su artículo en alemán cuya traducción sería “Inteligencia emocional y emancipación” (citado en Mayer, Salovey y Caruso, 2000), en el que se plantea una cuestión que implica ver como muchas mujeres rechazan un rol social a causa de su baja inteligencia emocional; aportando así un eslabón importante en la consolidación del concepto desarrollo emocional como dimensión clave en el crecimiento personal.

No obstante, el gran cambio radical en el enfoque educativo vendría de la mano de Gardner (1983), en su libro “Inteligencias múltiples”: la teoría en la práctica sostuvo que sólo a partir de la conjunción de estas inteligencias (lingüística, espacial, musical, lógico-matemática, espacial, corporal-cinestésica, naturalista y personal) se puede conocer el coeficiente intelectual de una persona; es decir, son inteligencias relacionales. Introduciendo la idea de que los indicadores de inteligencia, tales como el cociente intelectual, no abarcan la

capacidad cognitiva en su amplia percepción, por ignorar la inteligencia interpersonal ni la intrapersonal.

Según Obest y Lizeretti (2004), Salovey y Mayer (1990) fueron los primeros psicólogos en proponer el término de “inteligencia emocional” en el ámbito educativo, en su artículo “*Emotional Intelligence*” y su definición sería “una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos” (Salovey y Mayer, 1990, p. 239).

Será en 1997 cuando ampliarán la definición, quedando del siguiente modo:

La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual (Mayer y Salovey , 1997, p 10) .

Goleman (1995) supuso un punto de inflexión a través de su obra “*Emotional Intelligence*”, contribuyendo a destacar la importancia que la inteligencia emocional tiene en el discurso pedagógico, entendiendo la inteligencia interpersonal como la capacidad de reconocer y gestionar las propias emociones y las de los demás, estableciendo conexiones, que desencadenan en relaciones positivas. En la etapa de Educación Infantil, la inteligencia interpersonal adquiere un papel fundamental ya que es cuando están en pleno desarrollo de sus habilidades sociales y emocionales, y la capacidad de saber relacionarse con los demás, establecer vínculos afectivos, y resolver conflictos de forma pacífica serán algunas de las habilidades necesarias que les permitirán alcanzar su bienestar personal.

Siguiendo el camino marcado por Goleman, Bar-On (1997) acuñó el término “*EQ (Emotional Quotient)*”, utilizando la expresión inteligencia emocional y social para referirse a un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en la adaptación y el afrontamiento ante las demandas y presiones del medio. Esta inteligencia influye en el éxito en la vida, en la salud mental y en el bienestar emocional.

La escuela del siglo XXI reconoce las bondades de la inteligencia emocional, debiendo educar por partes iguales en cabeza y corazón, siendo lo académico y lo emocional complementario. Por ello, el sujeto que obtiene una elevada inteligencia emocional, logra moderar las manifestaciones de sus propias emociones, lo que le permite mejorar su adaptación al entorno natural y social (Fernández Berrocal y Extremera, 2002).

Salovey y Mayer (2007) proponen que la inteligencia emocional se desarrolle a través de procesos educativos en la familia, en la escuela, en las organizaciones y en todo lugar. La responsabilidad emocional es la tendencia a reaccionar emocionalmente de cierto modo y esto se aprende de las interacciones con los demás. A través de la educación se puede desarrollar una responsabilidad emocional apropiada según las circunstancias.

Según Bisquerra (2011), apunta que el progreso de las competencias emocionales entendidas como el agrupamiento de las capacidades, habilidades y actitudes que el ser humano requiere para ser consciente, entender, expresar y regular de manera adecuada las diversas emociones. La metodología que se lleva a cabo para favorecer el desarrollo de estas competencias es principalmente práctica.

Por ello, es importante trabajar la Inteligencia Emocional, siendo esta una habilidad para percibir, facilitar, comprender y regular, de un manera sistemática y planeada en la escuela, debido a que presenta un efecto inmediato sobre el bienestar, engagement y el rendimiento académico del alumnado (Usán y Salavera, 2019).

En las últimas décadas se ha abogado el estudio de la inteligencia emocional desde diferentes disciplinas, como por ejemplo la neurociencia social (Lieberman, 2013), la psicología positiva, y la educación emocional. Empoderando las habilidades para relacionarse con los demás, para el desarrollo personal, y alcanzar el bienestar.

Tal y como hemos podido observar a lo largo de la trayectoria histórica, la inteligencia emocional ha ido adquiriendo un papel protagonista en muchos ámbitos de nuestra vida, y buena prueba de ello es que este mes de mayo va a tener lugar en Zaragoza la celebración del VI Congreso Internacional de Inteligencia Emocional y Bienestar.

Esta iniciativa dió comienzo en 2013, cuando se celebró el primer congreso, y a partir de ahí serían en 2015, 2017, 2021, 2023 hasta llegar a 2025 con la VI edición, a continuación nos detendremos a ver el programa de dicho congreso.

Consta de cinco conferencias plenarias:

- “El arte y la ciencia del sentir”: Pablo F. Berrocal. (Universidad de Málaga)
- “Teatro aplicado a la educación emocional: Algunas experiencias” Raquel Palomera (Universidad de Cantabria)
- “Neurociencia para activar la inteligencia de tu corazón” . Ana Asensio (C. Neuropsicología Majadahonda).
- “Evaluación de la inteligencia emocional en docentes: Avances y retos metodológicos.” M^a Pilar Berrios (Universidad de Jaén)

También habrá diferentes iniciativas tales como:

- Talleres Simultáneos:

“Contemplete para contemplar al otro y al entorno”, “Palabras para florecer: una mirada desde la neurociencia y la educación emocional”, “La inteligencia artificial para los profesionales del ámbito educativo”, “Coaching para mejorar la convivencia”, “Ideas creativas para mejorar la inteligencia emocional”, “¿Qué estrategias de regulación emocional me convienen?” y “Siete vitaminas para el bienestar emocional”.

- Conferencias emotalks+debate:

“La inteligencia artificial y su relación con la inteligencia emocional”, “Intelligenza meta emotiva promuovere la consapevolezza delle proprie abilità emotive”, y “El impacto de las habilidades sociales en el rendimiento académico: estrategias para el desarrollo integral en la educación.”

- Mesa debate:

“Acompañamiento emocional en la neurodiversidad”y “la formación en educación emocional”

- Simposium:

“Abejar radio: Negligencia emocional en el amplio espectro de la capacidad” e Inteligencia espiritual aplicada a la educación.

Todo esto viene a respaldar que la inteligencia emocional está muy presente en nuestra actualidad, debemos educar a nuestro alumnado desde las etapas más iniciales con el propósito de prepararles para que sean personas de éxito en su vida, tanto personal como profesional.

Haremos especial mención al impacto que todo esto hoy en día tiene en las organizaciones empresariales, donde cada vez adquieren un papel más relevante las soft skills, siendo la combinación de habilidades tecnológicas y blandas lo que permite a los/as empleados/as trabajar de manera más eficiente y productiva en un entorno empresarial actual. Todo esto se

puede ver a través de modelos tales como el “Modelo Bridge: construyendo puentes de relación entre personas” que nos ayuda a conocer las relaciones entre personas para mejorar la cohesión de equipos en el mundo empresarial.

“El gran objetivo del aprendizaje no es el conocimiento, sino la acción” (Spencer, 1884).

A día de hoy, es un asunto de latente actualidad, buena prueba de ello es que la UNESCO (2024) pone el énfasis en la importancia del aprendizaje socioemocional, debiendo estar integrado de forma estructural, siendo el bienestar emocional del alumnado la base sobre la que debemos construir un aprendizaje significativo y duradero, tenemos que preparar a los niños y niñas para que gestionen sus emociones, y sean empáticos, para poder enfrentarse a los desafíos con resiliencia en su vida adulta. Se trata de alcanzar un equilibrio entre el pensamiento crítico y la capacidad de convivir con otros, el verdadero éxito está en aprender a vivir con sentido y plenitud.

“No podemos seguir educando solo para pruebas estandarizadas; debemos preparar a los niños para la vida (Canales, 2025)”

3.4 Diferentes modelos de inteligencia emocional.

Previo a adentrarnos en los modelos de inteligencia emocional, haremos mención de la evolución histórica que ha habido dada la necesidad de medir la inteligencia, a modo de introducción.

Fue a principios del siglo XX concretamente en 1905 cuando Binet y Simon, investigadores franceses, se encargaron de diseñar una herramienta que les permitiese medir la inteligencia, con el objetivo de diferenciar niños que tenían un retraso mental de aquellos que, simplemente necesitaban métodos de enseñanza diferentes.

Estáramos ante la antesala de los que serían los test de coeficiente intelectual (CI).

Las escalas de Binet se enmarcaron en un proyecto de mejora de la inteligencia a través de la actividad educativa, parte del trabajo consistió en la elaboración de ejercicios , y en sus aportaciones deja constancia de una concepción amplia de la inteligencia, comprendida como una capacidad susceptible de modificación y relacionada con la aceptación social de los individuos (Binet, 1909, p.150).

El test Binet-Simon incluía pruebas de memoria, atención y concentración, comprensión verbal y razonamiento lógico, fue pionero en el campo de la evaluación de la inteligencia y marcó un antes y un después en la psicología educativa. Con el tiempo se publicó una nueva escala estandarizada y ampliada, siendo una de las versiones más célebres la Escala de Inteligencia Stanford-Binet (1916).

- Modelo de Salovey y Mayer

El modelo de habilidad fue creado por Mayer y Salovey (1997), partiendo de las investigaciones de las inteligencias múltiples de Gardner (1983), y centrándose en dos inteligencias, observaron que había personas que eran extraordinariamente buenas discriminando lo que sentían, mirando hacia dentro y, sabiendo en qué estado o en qué situación se encontraban, por lo que serían buenas en inteligencia intrapersonal; también analizaron que había otro tipo de inteligencia denominada interpersonal, que brillaba mucho en aquellas personas que sabían leer muy bien cómo se encontraban las personas de su alrededor, y cuando podían influir o persuadir más en la gente que les rodeaba; podríamos decir que destacan por su inteligencia interpersonal. Fruto de investigaciones fundamentales en el campo de la psicología, fueron pioneros en acuñar el concepto Inteligencia Emocional.

El modelo de Salovey y Mayer (1997) se denomina modelo de habilidad, compuesto por cuatro habilidades; ya que parte de la premisa de que al tratarse de habilidades cognitivas pueden ser desarrolladas y mejoradas con el tiempo, y que no exclusivamente tenemos que tener adquiridas desde el nacimiento de la vida; ello no obstante, también defienden, que hay determinadas personas que tienen habilidades naturales e innatas para mirar hacia dentro, o para darse cuenta de cómo están las otras personas que tienen a su alrededor.

Los modelos de habilidades se focalizan sobre la idea de que la inteligencia emocional se centra en habilidades para el procesamiento de la información emocional; sin incluir componentes de rasgos de personalidad, centrándose exclusivamente en las competencias o habilidades para percibir, evaluar, expresar, manejar y autorregular las emociones de manera inteligente, con el propósito de alcanzar el bienestar, considerando los principios de la ética social; todo esto a través gracias a las destrezas de los lóbulos prefrontales del neocórtex.

El más relevante es el modelo de Salovey y Mayer que si bien el modelo original data de 1990, debemos considerar que ha evolucionado a lo largo de los años, fruto de varias reformulaciones hasta consolidarse como uno de los métodos más populares.

Si bien el modelo original de Salovey y Mayer data de 1990, éste ha ido evolucionando a lo largo de los años, fruto de varias reformulaciones, hasta consolidarse como uno de los más populares; compuesto por un conjunto de habilidades organizadas en cuatro áreas secuenciales tal y como dice (Fernandez-Berrocal y Extremera, 2005):

❖ Percepción emocional:

Es la habilidad para percibir e identificar con precisión las emociones propias y ajenas, así como las sensaciones fisiológicas y cognitivas que implican; a través de la atención y decodificación acertada de diferentes manifestaciones emocionales, tales como: el tono de voz, el comportamiento, la apariencia, la expresión facial, movimientos corporales etc...Siendo capaz de discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas. Resumiendo; sería la habilidad para identificar y etiquetar las emociones de sí mismo, y en los demás a través de la expresión facial y de otros instrumentos tales como la voz o expresión corporal.

❖ Facilitación emocional del pensamiento:

Es la habilidad que se focaliza en cómo inciden las emociones sentidas sobre el sistema cognitivo, y la forma de procesar la información; así como, la influencia que los estados afectivos tienen en la toma de decisiones.

Las emociones priorizan el pensamiento y contribuyen a centrar la atención en lo que verdaderamente es importante, mejorando el pensamiento creativo.

Los estados emocionales facilitan el encaramiento de los problemas desde diferente perspectiva, fluctuando desde el optimismo al pesimismo, así como la consideración de múltiples puntos de vista, que nos permitan formar juicios de valor.

Se trata de un estado de bienestar que facilita la creatividad, la capacidad para identificar y relacionar las emociones con otras sensaciones como el sabor y olor o, utilización de la emoción como medio conductor que nos facilite el razonamiento.

Las emociones pueden guiarnos a fijar la atención hacia lo que sea más relevante, permitiendo priorizar, dirigir o reconducir al pensamiento.

❖ Comprensión emocional:

La comprensión emocional entraña la habilidad para descomponer y discriminar el amplio espectro de indicadores emocionales, así como la capacidad para etiquetar o designar las emociones, y reconocer la conexión entre la palabra con el estado emocional.

Comprender y analizar las emociones, entendiendo la relación entre procesos cognitivos y estados emocionales, implicando una actividad retrospectiva y anticipatoria que permita conocer las causas que originan el estado de ánimo, y conocer cómo nacen las emociones secundarias, partiendo de la combinación de diferentes estados emocionales

Además de considerar las implicaciones de las emociones desde el sentimiento a su significado; comprender y razonar sobre las emociones para interpretarlas, así como la habilidad para interpretar el significado de las emociones complejas, reconocer las transiciones entre emociones; por ejemplo de frustración a ira. Habilidad para la resolución de conflictos e identificar qué emociones son similares.

❖ Regulación emocional - emotional management

Es la habilidad que entraña mayor complejidad de la Inteligencia Emocional, puesto que integra la habilidad para ser receptivo a todo tipo de sentimientos, ya sean positivos como negativos, y reflexionar sobre ellos aprovechando la información que sea útil, siendo capaz de mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas.

A través de la práctica de diferentes estrategias de regulación emocional que nos permitan ajustar tanto los sentimientos propios como los ajenos, para manejar las emociones propias y de los que nos rodean.

Por todo ello, la regulación reflexiva de las emociones promueve el conocimiento emocional , intelectual y personal que permiten afrontar las situaciones de la vida. sin reprimir o exagerar la información que transmiten.

Este modelo establece una serie de habilidades internas del ser humano, que a través de la práctica y mejora continua, el ser humano debe potenciar, si tuviéramos que resumirlo de manera breve podríamos decir que se centra en las habilidades de identificar las emocionales, usarlas de manera correctas, habilidad para comprender y habilidad para manejarlas o regularlas adecuadamente.

A continuación vamos a abordar otro modelo que está basado en competencias, en este caso estamos hablando del modelo de Goleman, posiblemente es uno de los autores más prolíficos a la hora de haber hablado de inteligencia emocional, de haberla puesto en valor, y de haber escrito un montón de libros al respecto, Goleman piensa que la inteligencia emocional se comportaría como las competencias profesionales, un comportamiento o una conducta que se

puede observar y que se repite muchas veces en el tiempo, para él existían cinco competencias cuando lanzó su teoría

- Modelo de Goleman

Sostiene la existencia del Cociente Emocional (CE) , y considera que el Cociente Intelectual (CI) y el Cociente Emocional (CE) se complementan y están interrelacionados.

De modo que un individuo con alto CI, pero poca capacidad de trabajo, y otro individuo con un CI medio y con alta capacidad de trabajo, ambos pueden alcanzar el mismo resultado.

Los conceptos que integran la IE para Goleman son:

- Self-Awareness o conciencia de uno mismo o autoconocimiento, se trata de la conciencia que tenemos de los propios estados internos, los recursos e intuiciones, siendo capaces de mirar hacia adentro y reconocer nuestras propias emociones.
- Self-management o autorregulación: es el control de nuestros estados, impulsos internos y recursos internos, ser capaz de regular en un momento dado las emociones propias.
- Self Motivation o auto motivación: tendencias emocionales que nos impulsan al logro de objetivos, componente de la inteligencia emocional que nos da la energía extra para motivarnos e ilusionarnos con algo.
- Social-awareness o empatía, conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas, capacidad de reconocer emociones en otro, dándonos cuenta de qué es lo que están sintiendo una serie de personas que tengamos a nuestro alrededor.
- Relationship management o habilidades sociales, capacidad para inducir respuestas deseables en los demás pero no entendidas como capacidades de control sobre otro individuo, según como nos estamos encontrando nosotros y según como estamos percibiendo que se sienten los demás, interactuar adecuadamente con ellos para conseguir sacar el máximo provecho a esta situación.

Este modelo se aplica en diferentes ámbitos, como por ejemplo en el mundo laboral, tal y como aborda el autor en su obra *“The Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations. CREIO (1996)”*

Hay ligeras diferencias entre el modelo de habilidad de Salovey y Mayer y el modelo de competencias de Goleman, siendo dos líneas de estudio que se llevan en paralelo, ya que cada autor tiene una forma de entender el concepto.

A continuación vamos a centrarnos en el siguiente modelo, que está basado en el modelo de personalidad del Doctor Reuven Bar-On, para él la inteligencia emocional sería el conjunto de cinco factores que los vincula con la personalidad, que lo tenemos muy dentro de nosotros, estos factores tienen subfactores dentro.

- **Modelo de Bar-On**

“ *The development of a concept of psychological well-being*” Tesis doctoral que realizó en 1988, fue la antesala de sus formulaciones sobre la Inteligencia Emocional (Bar-On,1997) y su EQ-I (*Bar-On Emotional Quotient Inventory*).

El modelo se fundamenta en diversos aspectos:

- **Componente intrapersonal, la percepción de uno mismo:**
 - **Comprensión emocional de sí mismo:** concebida como la habilidad que nos permite entender y discriminar tanto las emociones como los sentimientos, así como la razón de ser de los mismos.
 - **Asertividad:** habilidad para manifestar creencias y sentimientos, haciendo valer nuestros derechos, siempre desde una postura no invasiva ni destructiva, que evite el impacto negativo en los sentimientos ajenos.
 - **Autoconcepto:** es un ejercicio de introspección que implica una percepción de sí mismo, que se basa en comprender, aceptar y respetarse; admitiendo, tanto los aspectos positivos como negativos, siendo conocedor en todo momento de las propias limitaciones.
 - **Autorrealización:** habilidad para gozar realizando lo que queremos y podemos.
 - **Independencia:** es la capacidad de ser independientes emocionalmente a la hora de tomar decisiones, siendo fundamental sentirnos seguros de nuestros pensamientos y acciones, para poder autodirigirse.
- **Componente interpersonal:**
 - **Empatía:** se trata de la habilidad para sentir, comprender y apreciar los sentimientos de los que nos rodean, identificando el impacto que han podido tener mis palabras en los demás.
 - **Habilidades sociales:** habilidad para forjar y mantener relaciones satisfactorias, alcanzando una cercanía emocional.

- Responsabilidad social: capacidad para cooperar, contribuyendo de forma constructiva en un grupo social.

Capacidad de la toma de decisiones: es el primero que incluye una parte para hablar de la toma de decisiones, capacidad

- Componentes de adaptabilidad:
 - Resolución de problemas: ser capaz de identificar y definir problemas, e implementar soluciones efectivas, y ver de qué modo se cruza eso con las emociones que estoy sintiendo en ese momento: si afectan o no a la capacidad de resolver problemas y de qué modo.
 - Prueba de la realidad: evaluar lo que experimentamos y lo que en realidad existe, consiste en ver cómo mi estado emocional contribuye a percibir de manera objetiva lo que me rodea o si incide para que lo vea de una manera determinada.
 - Control de los impulsos: habilidad para resistir y controlar emociones, pensamientos y conductas.
 - Flexibilidad: habilidad para regular adecuadamente nuestras emociones, pensamientos y conductas, adaptándose a las situaciones y condiciones que están en constante cambio.

-Componentes del manejo del estrés, este es un factor diferencial frente a los otros momentos que anteriormente hemos estudiado.

- Tolerancia al estrés: capacidad para afrontar circunstancias adversas, estresantes, con fuertes emociones, y ver cómo afecta el estado emocional.

-Componente del estado de ánimo en general:

- Felicidad: habilidad de sentirse satisfecho con nuestra vida .
- Optimismo: habilidad para ver la vida desde una perspectiva positiva. Cuando nos sentimos bien, sentimos que todo va a salir bien.

El modelo de Bar-On (1997) empodera la adaptabilidad de la inteligencia social y emocional, considerándola en un estado superior a la cognitiva, saber ajustar las emociones y comportamientos ante determinadas situaciones que evolucionan constantemente, es fundamental para la vida.

- Modelo VEC

El modelo de IE Vinculación Emocional Consciente, desarrollado por el psicólogo Aguado (2015) se trata de una herramienta de gestión en la educación cuyos orígenes parten de una investigación propia desarrollada por el Instituto Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado, nutriéndose de los avances en pedagogía, psicología evolutiva, psicología diferencial, aprendizaje, neurociencia, bioquímica cerebral y la psicopatología.

El concepto de partida es el término emoción adecuada, ya que la unidad de medida de la Inteligencia Emocional vendrá dada por la capacidad de activar en cada momento la emoción adaptada para cada situación de la vida, de la mano de la gestión emocional desde la emoción, siendo posible cambiar el código emocional.

El VEC afirma que existen diez emociones básicas: miedo, rabia, asco, culpa, tristeza, sorpresa, alegría, curiosidad, admiración y seguridad; siendo inéditas las tres siguientes: curiosidad, admiración y seguridad.

En el VEC se basa en que todas las emociones del ser humano tienen una finalidad adaptativa, por ello las hemos conservado a lo largo de miles de años de evolución, no tenemos que hablar de emociones positivas ni negativas, sino debemos ver conceptualizarse como adaptativos o desadaptativos en función si nos permiten adaptar y superar la situación en la que estamos en cada momento, buena prueba de ello es que un sentimiento como la ira es útil en momentos en los que tenemos que defendernos o el miedo es necesario cuando hay peligro. El VEC es una herramienta muy útil, tanto en el contexto educativo como en la vida en general.

Y por último vamos a exponer otros métodos que no han alcanzado la importancia de los anteriores:

- Otros modelos

A continuación vamos a ver dos modelos que diferencian la inteligencia emocional de la inteligencia interpersonal, siendo características propias de la inteligencia emocional las capacidades de autoconocimiento y control emocional y motivación, mientras que la inteligencia interpersonal se centra en el reconocimiento de habilidades ajenas y habilidades interpersonales.

→ El modelo de Cooper y Sawaf (1997):

Este modelo está basado en cuatro pilares y se centra en el ámbito de la organización laboral, adaptando la perspectiva de la inteligencia emocional al mundo empresarial:

- Alfabetización emocional, componentes tales como la honradez emocional, el conocimiento, la energía, el feed-back, la intuición de la responsabilidad y la conexión, permiten la eficacia y el aplomo personal.
- Agilidad emocional: es el componente que se refiere a la autenticidad y credibilidad personal, que incluye habilidades para saber escuchar activamente, asumir conflictos y alcanzar buenos objetivos partiendo de situaciones complejas, aportando flexibilidad.
- Profundidad emocional: se trata de armonizar la vida diaria tanto personal como profesional.
- Alquimia emocional: es la habilidad de adaptarse aprendiendo a fluir con tensiones y bajo presión.

→ El modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla (1999):

- Autocontrol emocional: reconocimiento de los sentimientos.
- Control emocional: capacidad para relacionar sentimientos y adaptarse dependiendo de cada circunstancia.
- Automotivación: mantener la mente activa de modo que permita que a través de la creatividad se alcance un propósito, proponiendo soluciones que den respuesta a las necesidades de cada momento.
- Reconocimiento de las emociones ajenas: conocimiento emocional.
- Habilidad para las relaciones interpersonales: entendida como la capacidad de incidir en los sentimientos de los demás.

→ El modelo de Martineaud y Engelhartn (1996)

Este modelo introduce factores exógenos, y se basa en emplear unos cuestionarios que integran aspectos de Inteligencia emocional:

- El conocimiento es sí mismo.
- La gestión del humor.
- La motivación de uno mismo desde una visión positiva.
- Control del impulso para demorar la trativiación.
- Apertura a los demás como aptitud para ponerse en el lugar del otro.

4. Propuesta de intervención

4.1. Justificación

Recientes estudios avalan, que la Inteligencia Emocional contribuye al desarrollo integral de las personas; siendo fundamental que los niños y las niñas desde edades tempranas desarrollen una buena inteligencia emocional, que les permita establecer relaciones sociales sanas para que su vida sea de calidad (Padilla y Sandoval, 2022).

Es importante destacar el impacto positivo que tiene la Inteligencia Emocional en la educación infantil, en el desarrollo socioemocional, en la mejora de las habilidades sociales y así como en el rendimiento académico (Gonzalez y Arce, 2021).

La capacidad para gestionar inteligentemente sus emociones debe ser una de las habilidades psicológicas a consolidar desde el ámbito educativo (Velásquez, Rose, Oquendo y Cervera, 2024); ya que facilitará conductas que permitan al individuo adaptarse y desarrollarse en un contexto individual y colectivo, que promueva el fortalecimiento en los canales de bienestar y relaciones interpersonales (Castro, 2023).

Es por todo ello, que debemos resaltar la relevancia de la educación emocional en la tarea docente en educación infantil, siendo clave sensibilizar a los niños y niñas desde edades tempranas, adentrándose en el mundo de las emociones, para la identificación, manejo y regulación de las propias emociones; así como mejorar sus habilidades sociales, la empatía, y la cooperación trabajando en equipo. Sin duda la educación de las emociones apuesta por una educación más rica y significativa, que mejora la autoestima, aumenta las habilidades sociales, y una mejor adaptación social, familiar y escolar; que desarrolla estrategias fundamentales a nivel personal y escolar. (Bisquerra y Pérez, 2007).

Esta propuesta de intervención, va a fomentar que a través de la inmersión en el mundo de las emociones de una forma natural, los niños y niñas puedan explorar, identificar, expresar y regular sus emociones con un enfoque participativo, y lúdico, que favorezca un desarrollo emocional saludable.

Dado que esta propuesta de intervención está pensada para implementarse en un aula de niños y niñas, 3 y 4 años, nos centramos en las emociones consideradas básicas, tales como: alegría, miedo, enfado, tristeza y asco; si bien hay otras clasificaciones que además de las

mencionadas anteriormente también incluyen sorpresa (véase por ejemplo la clasificación de Paul Ekman, 1972).

Partiendo del modelo de Salovey y Mayer (1997), define la Inteligencia Emocional como la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones de manera precisa; así como acceder y generar sentimientos que faciliten el pensamiento; para favorecer la comprensión emocional y regular las emociones, fomentando un crecimiento emocional e intelectual.

Este modelo destaca cuatro habilidades claves: percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional; en esta intervención se centra en la percepción y expresión emocional, para sentar las bases para identificar y reconocer las expresiones propias y las de los demás, y expresar las emociones básicas, ya que en la primera infancia la percepción emocional nos permite identificar qué sentimos ante diferentes experiencias vividas.

El objetivo general que se pretende alcanzar en esta propuesta de intervención es que el alumnado de 3 y 4 años identifique las emociones básicas tanto propias como ajenas, y comience a regularlas de manera progresiva.

Tabla 1 . Objetivos específicos.

Objetivos para el desarrollo de la percepción, valoración y expresión emocional.	
Conocer las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.	Reconocer las emociones propias y ajenas.
Identificar las expresiones faciales de las emociones.	Favorecer la regulación emocional.

Con el fin de dar respuesta a los aspectos del desarrollo de la Inteligencia emocional que se proponen en el currículo de Educación infantil, en la ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueba 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. En la etapa de educación infantil, es muy importante el desarrollo de la afectividad, ya que es cuando se conforma la personalidad, por lo que es fundamental trabajar las emociones; reconocimiento, expresión, y regulación.

Esta propuesta está alineada con el Proyecto Educativo de Centro en el que se va a implementar, ya que se considera fundamental trabajar la inteligencia emocional, para favorecer el desarrollo personal del alumnado, unido a los principios pedagógicos y los valores cristianos, al primar una educación integral, donde el desarrollo emocional y afectivo es prioritario.

4.2. Contextualización

El centro en el que se va a llevar a cabo la propuesta de intervención “Conectamos” será el colegio Sagrado Corazon de Jesus, se encuentra situado en la margen izquierda del Ebro, concretamente en el distrito Actur de Zaragoza. Una de las razones por las que he seleccionado este centro escolar es debido a que el centro está llevando a cabo el proyecto SentiMoS. “En un sentido muy real, todos nosotros tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra mente que siente, y estas dos formas fundamentales de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental” (Goleman, 2018).

Este proyecto se lleva a cabo en la etapa de educación infantil, debido a que su objetivo principal es dar respuesta a las necesidades sociales ya que son primordiales en el desarrollo integral del alumnado. Tratando de fortalecer las competencias emocionales como son el autoconocimiento, autocontrol y conciencia social, de forma lúdica, a través de diferentes recursos. Este centro educativo considera primordial la educación emocional, favoreciendo el desarrollo personal y social de todo el alumnado.

La propuesta de intervención “Conectamos” irá destinada para el primer curso del segundo ciclo de educación infantil, concretamente se realizará en el aula de 1º C, por ello está diseñado para un alumnado que se encuentra en el primer curso del segundo ciclo de educación infantil, que tiene una edad entre 3 y 4 años.

El aula está compuesta por 10 alumnas y 6 alumnos, sumando un total de 16 niños/niñas. En cuanto a las características personales del alumnado, hay un alumno que se encuentra en proceso diagnóstico, ya que puede presentar un trastorno espectro autista, por ello recibe apoyo educativo que emana de una maestra PT y una docente de Audición y Lenguaje de Educación Infantil.

4.3 Diseño de una situación de aprendizaje

La normativa en la que se ampara esta propuesta de intervención principalmente es la LOMLOE; ley que rige el sistema educativo actual en España.

La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, nos muestra los contenidos básicos de las enseñanzas mínimas del territorio nacional. En el Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, se establece la ordenación y enseñanza mínima de la educación Infantil.

A nivel autonómico contaremos con la ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueban el currículum 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.

4.3.1 Relación con los objetivos generales de etapa

Esta propuesta de intervención se encuentran vinculada con estos objetivos generales de etapa:

d) Descubrir, nombrar y desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.

Las dos sesiones iniciales se focalizan en el autoconocimiento emocional, identificación y nombramiento de sus propias emociones, a lo largo de esta propuesta de intervención nos centraremos en las emociones básicas : alegría, tristeza, miedo, asco y enfado.

Para abordar la primera actividad de esta propuesta de intervención, se ha diseñado una versión adaptada y simplificada del “Emocionómetro de Drilo”, basada en las emociones básicas. A través de este instrumento, el alumnado, de una forma lúdica y distendida, identifica y explora las diferentes emociones; fomentando el desarrollo integral y progresivo de la inteligencia emocional.

A continuación en la siguiente actividad hemos confeccionado “el dado de las emociones”, que contiene en cada cara una emoción básica, y en la sexta cara tiene un comodín, esta herramienta vistosa, que contiene los personajes del cuento de Drilo que representan cada emoción, será la protagonista de este juego. Con esta actividad lúdica del lanzamiento del dado de las emociones, el alumnado comenzará a identificar, representar y nombrar la emoción correspondiente, así como verbalizar las diferentes situaciones o momentos que

identifican con dicha emoción, lo que les invita a reflexionar sobre sus propias experiencias y vivencias personales, potenciando les a forjar una mayor conciencia emocional.

e) Relacionarse con los demás en igualdad y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en el uso de la empatía y la resolución pacífica de conflictos, evitando cualquier tipo de violencia.

Las sesiones eminentemente participativas promueven el desarrollo de las habilidades sociales, así como fortalecer la empatía por los iguales. Al trabajar el cuento del “Emocionómetro de Drilo”, se trabaja tanto las emociones propias así como las ajenas, lo que fomenta esas relaciones emotivas, permitiendo que cada alumno y alumna comparta con los demás sus vivencias y momentos en los que ha experimentado esa emoción, tratando de que el alumnado sea capaz de manera progresiva de situarse en el lugar del otro. De este modo, incrementando el respeto mutuo y la comprensión emocional.

Asimismo, a través del juego lúdico como es “el Dado de la emociones”, se fomenta la escucha activa, el respeto del turno de palabra, la reflexión del grupo clase y la sensación de pertenencia; ya que se trabaja de manera cooperativa fomentando el diálogo acerca de las emociones. El momento de cuestionarse ¿qué puede ser lo que nos produzca esa emoción? y escuchar al compañero o compañera sobre ¿qué situación le puede producir esa emoción?, es una forma de comprender los diferentes puntos de vista que puede vivir cada persona de manera individual, ampliar el horizonte de lo que nos rodea, y nos permite trabajar la empatía, que será clave para en su futuro en la resolución de problemas que puedan surgir sobre aquellos conflictos emocionales.

Objetivos

El objetivo general de la propuesta de intervención es que el alumnado del primer curso de la segunda etapa de educación infantil identifique las emociones básicas tanto propias como ajenas, y comience a regularlas de manera progresiva.

Los objetivos que se plantea conseguir en esta propuesta de intervención son los siguientes:

- Conocer las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.
- Reconocer las emociones propias y ajenas.
- Identificar las expresiones faciales de las emociones.
- Favorecer la regulación emocional.

4.3.2 Áreas curriculares que se desarrollan

Partiendo de la ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por la que se aprueba 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.

Por un lado, en cuanto a las competencias clave las cuales aparecen recogidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea de 22 de mayo de 2018, y asimismo se ha adaptado al contexto escolar, junto a los principios y fines del sistema educativo que se encuentran establecidos en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación. Dichas competencias que se llevaban a cabo en esta propuesta de intervención son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística (CCL),

Partiendo de la actividad del cuento “El emocionómetro de Drilo”; adaptado a la versión simplificada de las cinco emociones básicas con las que vamos a trabajar, se fomentará la comprensión oral, unida a la ampliación del vocabulario sobre las emociones. Asimismo, acompañado de las marionetas de los personajes, para darle un enfoque lúdico y atractivo, favoreciendo el uso del lenguaje verbal y no verbal como un medio de comunicación de las emociones, ideas y pensamiento; así como desarrollar la habilidad de identificar emociones ajenas, este tipo de prácticas les ayudará a identificar y comprender el lenguaje no verbal, y desarrollar la empatía.

- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

A través de la actividad del juego simbólico de la “técnica de la tortuga”, basada en la metáfora de la tortuga que se esconde en su caparazón, para aprender a controlar los impulsos, en una atmósfera de calma que favorece el autocontrol, ayuda a los niños y las niñas a interiorizar que hay que pensar antes de actuar, y poner en pausa sus impulsos, para manejar sus emociones de forma saludable.

De este modo, el alumnado aprende a aprender sobre sí mismo, practicando la regulación emocional, a través de la respiración profunda, realizando una reflexión sobre su comportamiento, y cómo relacionarse con el resto; promoviendo la conciencia emocional e identificando las emociones propias y ajenas, practicando la autoestima y empatía.

- Competencia ciudadana (CC)

Entender y respetar las emociones ajenas, es la clave para una convivencia respetuosa, por lo que a través de las actividades gamificadas, el alumnado de forma natural se familiariza con la identificación de las emociones ajenas, y fomenta la empatía.

Por otro lado, la propuesta de intervención de este TFG se focaliza principalmente en el Área 1. *Crecimiento en armonía*, basándose en la identificación y expresión de las cinco emociones básicas: la alegría, tristeza, miedo, enfado y asco. Así mismo, al identificar las emociones propias y ajenas; por un lado, se fomenta su regulación emocional, que le permite adquirir un conocimiento y control de su propio cuerpo, favoreciendo al bienestar afectivo y potenciando una autoimagen positiva; y por otro lado, se potencia la escucha activa como base de respeto entre los demás, que será la base para tener relaciones sociales saludables y empáticas.

Tabla 2. Área 1. Crecimiento en Armonía

Área 1. Crecimiento en Armonía		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes básicos
CA.1. Progresar en el conocimiento y control de su cuerpo y en la adquisición de distintas estrategias, adecuando sus acciones a la realidad del entorno de una manera segura, para construir una autoimagen ajustada y positiva.	1.2. Manifestar sentimientos de seguridad personal en la participación en juegos y en las diversas situaciones de la vida cotidiana, confiando en las propias posibilidades y mostrando iniciativa.	A. El cuerpo y el control progresivo del mismo. B. Equilibrio y desarrollo de la afectividad D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás.
CA.2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones expresando necesidades y	2.1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones	

sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.		
--	--	--

Asimismo, en esta propuesta de intervención está intrínsecamente relacionada con el Área 3. *Comunicación y representación de la realidad*, ya que al tratarse de un proyecto en el que los niños y niñas tienen que manifestar sus emociones a través de los juegos, así como reconocer las emociones propias y ajenas, para ello tendrán que comprender, e interpretar mensajes de forma eficaz, apoyándose en sus vivencias, se adaptarán al entorno y aprenden. Tratando de fomentar una actitud respetuosa practicando la escucha activa, que promueva la empatía.

Tabla 3. Área 3. Comunicación y Representación de la Realidad.

Área 3. Comunicación y Representación de la Realidad		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes básicos
CRR.2. 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	2.1. Interpretar de forma eficaz los mensajes e intenciones comunicativas de los demás.	A. Intención y elementos de la interacción comunicativa. C. Comunicación verbal oral. Expresión-comprensión-diálogo.
	2.2. Mostrar actitud de escucha atenta y respetuosa, e interés por las comunicaciones de los demás.	

4.3.3. Metodología

La metodología en la que está basada esta propuesta se trata de un aprendizaje significativo, activo y globalizado, poniendo el foco en el alumnado como principal protagonista de su propio aprendizaje, por lo que es eminentemente práctica, de acuerdo con la ORDEN ECD/853/2022 de 13 de junio de 2022.

Se implementa a través de unas sesiones lúdicas, creativas y cooperativas, con un hilo conductor de una narrativa motivadora y participativa, acompañada de recursos visuales y manipulativos, que fomente la comprensión y atención sostenida en el tiempo; respetando en todo momento el ritmo de aprendizaje de todo el alumnado, trabajando diferentes áreas de conocimiento del currículum de forma integral y global.

Siendo consciente, en todo momento, de que la educación en Inteligencia Emocional Bisquerra (2012) es una carrera de fondo, y requiere tiempo, constancia y práctica, lo que implica que se trabaje a lo largo de todo el itinerario de la escolarización, de manera transversal y continua.

Por otro lado, es pieza clave el papel que llevará a cabo el docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo guía referente del alumnado en todo momento, ofreciendo una actitud positiva, cercana y disponible; que velará por garantizar, que todo el alumnado comprenda y participe activamente, siguiendo las explicaciones; para ello utilizará un lenguaje sencillo y directo, transmitiendo energía, haciendo uso de la entonación, y la gestualidad; así como apoyándose de elementos visuales que facilitarán la comprensión global, adaptándose a todo el alumnado del grupo.

Se trabaja desde una perspectiva inclusiva, teniendo como referente el Diseño Universal de Aprendizaje, DUA, partiendo de las necesidades educativas de cada alumno/a, fomentando una participación y progresión de todo el alumnado.

Partiendo del CAST (2008), los tres principios que forman el DUA: Representación, Acción y Expresión e Implicación; para centrarnos en ver cómo aprenden, cómo expresan lo que aprenden y cómo se involucran en el proceso aprendizaje.

En relación con el principio I: Representación, ofreciendo diferentes maneras de presentar la información, se buscará que todo el alumnado tenga acceso al lenguaje, utilizando de manera complementaria sistemas de representación alternativos, como por ejemplo: pictogramas (el qué del aprendizaje).

Teniendo en cuenta el principio II, que hace referencia a la Acción y Expresión, para que todo el alumnado pueda realizar un seguimiento de este, se utilizarán metodologías como el apoyo activo, en el cual se proporcione múltiples medios de comunicación. (el cómo del aprendizaje).

Finalmente; haciendo referencia al principio III, relacionado con la Implicación, buscaremos que la asamblea esté adaptada a los diferentes intereses de todo el alumnado, teniendo en cuenta sus emociones y motivaciones, mediante la utilización de un entorno seguro y amigable. (el por qué del aprendizaje).

Rose y Meyer (2000) en afán de reducir a su mínima expresión las barreras que existían en los medios tradicionales que apostaban por un formato único, enfatizan en la necesidad imperiosa de adaptar la enseñanza a las necesidades propias de todo el alumnado.

La perspectiva inclusiva del proyecto de intervención, ha estado presente en todas las actividades, partiendo de la adaptación del cuento de Drilo, centrándonos en las emociones básicas, y confeccionando un cuento más simplificado que nos garantice el alcance y comprensión de todo el alumnado, y además diseñando unos soportes visuales con colores llamativos, elaborados con los mismos personajes del cuento, de modo que les resulte familiar, permitiendo una historia más inmersiva y participativa; además a la hora de adentrarnos en cada emoción, también se acompañaba con gestos faciales y corporales de la maestra que hará de guía en todo momento, permitiendo una mayor identificación y reconocimiento de cada emoción, de modo que todo el alumnado estuviera participando y enganchado en la historia.

Todas las actividades siguen un hilo conductor que fomentan la participación con un enfoque inmersivo, ya que el alumnado una vez adentrado en las emociones básicas a través de las historias del cuento de Drilo, a continuación juegan por parejas al dado de las emociones, en el que tendrán que identificar y expresar las emociones tanto propias como ajenas, y en el caso de que les aparezca el comodín seleccionar su emoción preferida, de modo que también adquieren un papel protagonista en el desarrollo de la actividad, debiendo adoptar un rol cooperativo ya que de manera conjunta deben escoger cuál es la emoción seleccionada, eso también les permite desarrollar la capacidad de negociación, trabajo en equipo y participación conjunta, así como fomentar la sensación de pertenencia.

Otra evidencia de que el enfoque DUA está presente en este proyecto se puede apreciar en la combinación de expresiones en imágenes de personajes de dibujos, con imágenes reales, tal como se trabaja en la actividad de las imágenes faciales a través de fotos de humanos, que los niños y niñas tienen que agrupar según el código de la emoción previamente definido, de este modo se adapta para que todo el alumnado pueda participar.

Del mismo modo sucede con el resto de actividades, por ejemplo: la de los pompones de colores que se asocian a cada emoción, les permite identificar de forma intuitiva y sencilla cada emoción con su color correspondiente; que será el mismo código de color del emocionómetro de Drilo, que también se ha adaptado simplificándolo a las emociones básicas.

En lo referente a la implicación, a través de todo el proyecto el alumnado se ha mostrado participativo, motivado e ilusionado con participar en todas y cada una de las actividades propuestas, queriendo participar, y mostrando ilusión por descubrir todos los materiales preparados, siempre con una actitud muy respetuosa, segura y amigable con todos y cada uno de los compañeros y compañeras de la clase.

Por último cabe destacar, que en esta propuesta los ODS que se pretenden trabajar en esta sobre la Inteligencia emocional son los siguientes:

3. Salud y Bienestar

En el proyecto implementado, se ha fomentado un clima seguro y afectivo, de modo que los niños y niñas, han mostrado una actitud muy participativa y respetuosa, lo cual ha permitido que todo el alumnado se mostró ilusionado a la hora de reconocer las emociones, y compartir vivencias y experiencias que les produce cada emoción, para aprender a identificarlas, que es el primer paso para poder regularlas.

4. Educación de calidad

En el proyecto implementado se ha creado una atmósfera estimulante, en la que los niños y niñas querían participar, ya que se usó una forma creativa, a través de los materiales propios preparados, muy coloridos y atractivos para ellos, percibiendo de una forma lúdica todas y cada una de las actividades propuestas los niños y niñas expresaron y exploraron tanto sus propios sentimientos como los ajenos, cabe destacar que el hecho de acompañar las actividades con materiales creativos, permitió alcanzar un alto grado de participación, así como una atención sostenida en el tiempo, desde el cuentacuentos introductorio con la

intervención del soporte de los personajes en modo de marionetas, hasta la actividad de identificar las emociones en los humanos.

17. Alianzas para lograr los objetivos se ve favorecido al fomentar la colaboración creando un entorno de aprendizaje y desarrollo emocional que beneficia a todos, en este proyecto se trabajan las emociones desde la identificación de vivencias propias, compartiéndolas con el grupo de pares, y también se crean alianzas a la hora de desarrollar las actividades que se hacen por parejas, en las que deben cooperar para identificar emociones de forma conjunta.

Es muy importante destacar que se fomenta la convivencia y la comunicación, mejorando las habilidades sociales y las relaciones interpersonales.

Trabajar las emociones es vital, ya que debemos preparar a los niños y niñas para el futuro, capacitándose para la vida, y enfrentarse al mundo laboral; por otro lado trabajar las emociones ayudará a promover la empatía, tolerancia y respeto, que son las claves para vivir en una sociedad pacífica.

3.3.4. Temporalización

Esta intervención de una propuesta de Inteligencia Emocional, se va a llevar a cabo a lo largo de la primera quincena de abril. Consta de 5 sesiones, las cuales tendrán una duración que oscila entre 30 y 45 minutos. Estas sesiones comenzarán el día 1 de abril y se realizarán en días alternos, concluyendo la última sesión el día 11 de abril.

A continuación detallamos el cronograma donde se detalla la distribución de las sesiones y la temporalización que tendrán cada una de ellas.

Tabla 4. Calendario.

<h1 style="margin: 0;">ABRIL</h1> <p style="margin-top: 20px;">2025</p>	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
	31	1 Sesión 1	2	3 Sesión 2	4	5	6
	7 Sesión 3	8	9 Sesión 4	10	11 Sesión 5	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31	1	2	3

Tabla 5. Cronograma

Sesiones	Duración	Día
Sesión 1. El emocionómetro del inspector Drilo	30 minutos	1 de Abril
Sesión 2: ¿Cómo te sientes hoy?	30 minutos	3 de Abril
Sesión 3 ¿Qué emoción siente?	30 minutos	7 de Abril
Sesión 4: Técnica de la tortuga	25 minutos	9 de Abril
Sesión 5: Dado de las emociones	45 minutos	11 de Abril

4.3.5 Secuenciación de las sesiones

En este apartado se aborda el diseño de las diferentes sesiones de la propuesta de intervención, (Anexo I) detallando los objetivos, recursos materiales, espaciales y temporales, y así como el detalle del desarrollo de la sesión.

Sesión 1 El emociómetro del inspector Drilo

Objetivos:

- Conocer las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.
- Reconocer las emociones propias y ajenas.
- Identificar las expresiones faciales de las emociones.

Contenidos	CRR.2	Criterios	2.1
			2.2
Recursos		Materiales:	
		<ul style="list-style-type: none"> - Cuento del emociómetro del inspector Drilo adaptado simplificado a estas emociones (Anexo II) - Marionetas de los personajes del cuento (Anexo III). - El emociómetro del inspector Drilo adaptado a las 5 emociones básicas (Anexo IV). 	
		Espaciales: En el aula de 1º de infantil puntito verde.	
		Temporales: 45 minutos.	

Desarrollo:

Esta sesión se compone de dos partes:

-Primera parte(duración aproximada 20 minutos): el Cuento del Inspector Drilo:

El alumnado se sentará enfrente de la docente, y se realizará el cuentacuento del Inspector Drilo, con el apoyo de las marionetas de los personajes confeccionadas, de este modo el alumnado se adentra en el mundo de las emociones de Drilo, ya que se hace un itinerario de cada emoción así como la graduación de ellas, lo cual les permitirá familiarizarse con la identificación de las mismas.

-Segunda parte (duración aproximada 25 minutos): El Emociómetro del Inspector Drilo, que es una herramienta en forma de ruleta, que contiene las emociones básicas, así como su graduación.

Así pues realizaremos una actividad lúdica con el emociómetro de Drilo, para que el alumnado aprenda, de manera progresiva a identificar, entender, medir, graduar, y regular sus propias emociones, asimismo, poco a poco podrán reconocer las expresiones faciales

de las diferentes emociones.

Cada niño y niña, siguiendo el turno de participación, deberá identificar una emoción y en un grado de intensidad, y lo pondrá en común con el grupo, y de este modo se fomenta la expresión verbal en un ambiente seguro, respetando el turno de palabra, y la expresión de cada emoción (Anexo V).

Sesión 2: ¿Cómo te sientes hoy?

Objetivos:

- Conocer las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.
- Reconocer las emociones propias y ajenas.
- Fomentar la expresión emocional y la empatía.

Contenidos	CA.1	Criterios	1.2
	CA.2		2.1
Recursos:	<p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> - 5 Tarros de cristal, decorados cada uno del color de la emoción, siguiendo el código de los colores asociados expuestos en la primera sesión. - 5 trocitos de tela de los colores de cada emoción. - 5 gomas - Una imagen en cada bote con el personaje del proyecto que se corresponda con la emoción en cuestión. - Una cesta. - Pompones de los 5 colores de las emociones a tratar: amarillo, verde, rojo, marrón y gris <p>(Anexo VI)</p>		
	<p>Espaciales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - En el aula de 1º de Infantil puntito verde. 		

	Temporales: 30 minutos
<p>Desarrollo:</p> <p>En primer lugar, a modo de introducción, los primeros 5 minutos los emplearemos para recordar las cinco emociones que trabajamos en la sesión anterior, de forma lúdica y participativa de la mano de los personajes del proyecto del Emocionómetro de Drilo.</p> <p>El alumnado se situará en el centro del aula en forma de semicírculo, habrán 5 botecitos, uno de cada color con las diferentes emociones con los personajes del cuento del emocionómetro del Inspector Drilo, a su derecha encontrarán una cesta llena con pompones con 5 colores diferentes, lo que representan el color de la emoción.</p> <p>El alumnado, respetando el turno, deberá coger el pompón de la emoción que se sienta y meterlo en el tarrito correspondiente de la emoción, expresando verbalmente y acompañado de gestos faciales cómo se siente.</p> <p>En los últimos 5 minutos, realizaremos una actividad de observación, para ver como de llenos están los tarritos, y podremos sacar una conclusión de cómo se encuentra el grupo en general, así fomentamos también la sensación de pertenencia al grupo.</p> <p>Del mismo modo, que cuando algún niño o niña nos indique que siente alguna de las emociones, el resto de los niños y niñas podrán intervenir de una forma ordenada, siempre respetando el turno de palabra, para fomentar la empatía (Anexo VII).</p>	

Sesión 3 ¿Qué emoción sientes?			
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconocer las emociones propias y ajenas. - Identificar las expresiones faciales de las emociones. 			
Contenidos	CRR.2.	Criterios	2.1
			2.2
Recursos		<p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imágenes reales plastificadas. - Cuerda. 	

	<ul style="list-style-type: none"> - Pinzas del color de la emoción. (Anexo VIII).
	Espaciales: <ul style="list-style-type: none"> - En el aula de 1º de infantil del puntito verde.
	Temporales: 30 minutos.
<p>Desarrollo:</p> <p>Esta actividad consiste en identificar las emociones básicas del cuento adaptado “El Emocionómetro del Inspector Drilo”.</p> <p>A modo introductorio, repasamos las 5 emociones objeto del proyecto, para que todo el alumnado las recuerde, y a continuación se mostrarán 16 tarjetas con imágenes faciales de humanos que representan diferentes emociones, para esta actividad haremos 4 grupos compuestos por 4 alumnos o alumnas cada grupo, y procedemos a repartir las 16 tarjetas, entregando 4 tarjetas a cada grupo.</p> <p>Cada grupo, por orden, deberá identificar la emoción que representa cada una de las imágenes entregadas, de este modo se fomenta el diálogo y la expresión entre todos los componentes de cada equipo, y una vez hayan alcanzado un consenso y tengan claramente identificada la emoción, siguiendo el turno de actuación definido previamente por la maestra, un representante de cada grupo, deberá colgar la imagen de la primera tarjeta debajo de la emoción de la imagen que representa, siguiendo el código de colores de esa emoción.</p> <p>Una vez cada grupo representado por un componente en turnos rotativos, ha colocado la primera tarjeta, continuaremos con las siguientes, así sucesivamente, hasta completar las cuatro rondas.</p> <p>Y al final del ejercicio, cada niño explicará que representa la carita que le ha tocado colocar, y nos contará ¿por qué? o ¿En qué circunstancias? alguien se puede sentir así, el resto del grupo clase, escuchará atentamente y a continuación; si la totalidad del grupo clase está conforme lo expresamos de manera ordenada, en caso de que en algún momento, haya discrepancia en lo que se ha interpretado, se abrirá debate para la puesta en común, y alcanzar un consenso.</p> <p>Una vez hayan intervenido todos los niños y niñas, tendremos confeccionada nuestra particular guirnalda de emociones (Anexo IX).</p>	

Sesión 4: Técnica de la tortuga

Objetivos:

- Favorecer la regulación emocional.
- Fomentar el autocontrol.
- Mejorar la resolución de conflictos

Contenidos	CA.1	Criterios	1.2
	CA.2		2.1

Recursos:

Materiales:

- Pictogramas.

Espaciales:

- En el aula.

Temporales:

- 25 minutos.

Desarrollo:

Primero, a modo introductorio, la maestra les pregunta si alguien conoce la técnica de la tortuga, y si nadie la conoce les invita a sugerir ideas sobre en qué creen que consiste, de este modo despertamos en los niños y niñas las ganas por participar e interactuar, y ya están más receptivos para escuchar las historia; y por supuesto, si algún niño o niña ya la conoce, se le hace participe a la hora de contarla.

Se les cuenta la historia de la tortuga a través de unos pictogramas, que les ayudará a conocer la técnica de la tortuga, como herramienta para alcanzar la calma, simulando que se meten en su caparazón imaginario, para evitar actuar de forma impulsiva, si se encuentran en un momento de enfado, para ello se les enseña a trabajar realizando ejercicios de respiración y de concentración, que les devuelva la calma, y les permita actuar con autocontrol.

Una vez contado el cuento a través de los pictogramas, practicaremos la técnica varias

veces, de modo que cuando la maestra diga la palabra “tortuga” cada alumno o alumna, se pondrá acurrucado, metiendo la cabeza entre los brazos, cerrarán los ojos, y se relajan durante dos minutos en silencio, respirando profundamente y relajando los músculos.

Es importante que esta técnica la puedan utilizar no solo cuando están enfadados o para tomar distancia y calma a la hora de actuar para resolver un conflicto; sino que, también les sirva como una herramienta de relajación para momentos de reflexión.

Sesión 5: Dado de las emociones

Objetivos:

- Conocer las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, asco y enfado.
- Identificar las expresiones faciales de las emociones.
- Favorecer la regulación emocional.
- Potenciar la expresión oral en un clima de seguridad.

Contenidos	CA.1	Criterios	1.2	
	CA.2		2.1	
	CRR.2		2.1	2.2

Recursos:

Materiales:

- Dado de las emociones (Anexo X).

Espaciales:

- En el aula de 1º de infantil de puntito verde

Temporales:

- 45 minutos.

Desarrollo:

El alumnado se sitúa en semicírculo en el centro del aula.

A modo introductorio la maestra les presentará el dado de las emociones, repasando cada una de las caras, en las que aparece representado cada uno de los personajes del cuento del

Emocionómetro de Drilo, y repasamos las 5 emociones, así como la explicación de la 6ª cara del dado que es la cara “comodín”, de modo que si cae en esa cara podrán elegir la emoción que prefieran representar.

El juego consistirá que por parejas, procederán al lanzamiento del dado de las emociones:

La docente les proporcionará el dado de las emociones, en orden el alumnado por parejas (en un rincón de la clase donde el resto del alumnado no pueda verlo), se lanza el dado, y según la cara que aparezca en la parte de arriba, debiendo de manera consensuada representar la emoción los dos componentes del equipo, previamente puesta en común la emoción en cuestión, y el resto del alumnado que se encuentra sentado en un semicírculo deberán estar muy atentos para poder identificar de qué emoción se trata, y verbalizarla.

Una vez identificada, deberán expresar en qué momento se han podido sentir así, y compartirlo con el resto de la clase.

A continuación la siguiente pareja hará el lanzamiento del dado y así sucesivamente, hasta que todos y todas participen (Anexo XI).

3.3.6 Evaluación

A tenor de lo que nos indica en la ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio de 2022, la evaluación que se va a llevar a cabo en esta propuesta de intervención será: formativa, global y continua, ofreciendo constante retroalimentación a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje para mejorar y ajustarse a las necesidades e intereses de todo el alumnado.

Esta evaluación se llevará a cabo a lo largo de las diferentes actividades que se realizarán en cada sesión, realizándose siguiendo los siguientes pasos;

Primeramente, se elabora una evaluación continua, es decir, formativa, en la que se puede observar el aprendizaje del alumnado, lo cual nos proporciona la información sobre cómo está funcionando el proceso de aprendizaje, así como los puntos en los que pueden estar fallando para poder mejorar. Los instrumentos que se van a utilizar para llevar a cabo esta evaluación serán: una observación directa y sistemática, utilizando como soporte un registro anecdótico, para poder describir de forma objetiva las diferentes situaciones que se produzcan, de manera espontánea, registrándose en su diario de campo.

A continuación, se realizará una evaluación final, en la que se podrá evaluar el conjunto global de aprendizajes a lo largo de la propuesta de intervención. Para ello, se realizará una rúbrica, en la que aparecerán los diferentes criterios de evaluación, para analizar el grado de logro de los objetivos propuestos; Se llevará a cabo una evaluación individual de cada alumno o alumna en relación con los ítems seleccionados

Además, la docente deberá de rellenar una lista de verificación para la reflexión docente, que nos permite realizar una autoevaluación acerca de nuestra propia práctica docente, identificando fortalezas o áreas de mejora, potenciando una actitud crítica, que fomente la mejora continua y el desarrollo profesional, garantizando una enseñanza de calidad.

Finalmente, una vez finalizadas las sesiones, es clave tener el feedback del alumnado, para ello, utilizaremos una herramienta de registro de evaluación muy intuitiva, compuesta por unas fotografías de las diferentes sesiones, que tendrán que valorar con una carita “emoji”, con la que se sientan representados (carita sonriente, indiferente, o a disgusto) para identificar el grado de satisfacción con las actividades realizadas, de este modo podremos averiguar los gustos e intereses, así cómo reflexionar sobre el grado de éxito de la propuesta de intervención.

Tabla 6 . Evaluación Sesión 1 “El emocionómetro del inspector Drilo”.

Sesión 1 El emocionómetro del inspector Drilo				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Identifica las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.				
Es capaz de reconocer sus propias emociones.				
Mantiene la atención				

Sesión 1 El emociómetro del inspector Drilo				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Identifica las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.				
sostenida a lo largo de la historia.				
Participa en las diferentes actividades con una actitud activa y positiva.				

Tabla 7 . Evaluación Sesión 2 “¿Cómo te sientes hoy?”.

Sesión 2: ¿Cómo te sientes hoy?				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Es capaz de reconocer sus propias emociones.				
Participa en las diferentes actividades con una actitud activa y positiva.				
Identifica las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.				

Sesión 2: ¿Cómo te sientes hoy?				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Es capaz de reconocer sus propias emociones.				
Respeto los turnos a lo largo de la sesión.				

Tabla 8 . Evaluación Sesión 3 “¿Qué emoción siente?”.

Sesión 3 ¿Qué emoción siente?				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Es capaz de reconocer las emociones ajenas.				
Identifica las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.				
Participa en las diferentes actividades con una actitud activa y positiva.				
Discrimina las emociones correspondientes con sus expresiones faciales.				
Respeto los turnos a lo largo de la sesión.				

Tabla 9 . Evaluación Sesión 4 “Técnica de la tortuga”.

Sesión 4: Técnica de la tortuga				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Es capaz de reconocer sus propias emociones.				
Participa en las diferentes actividades con una actitud activa y positiva.				
Aplica la técnica que va dirigiendo la docente				
Es capaz de regular su cuerpo a través de las respiraciones				

Tabla 10 . Evaluación Sesión 5 “Dado de las emociones”.

Sesión 5: Dado de las emociones				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Expresa adecuadamente las emociones.				
Identifica las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.				
Es capaz de reconocer				

Sesión 5: Dado de las emociones				
Alumno/a:			Fecha:	
Ítems	Conseguido	En proceso	No conseguido	Observaciones
Expresa adecuadamente las emociones.				
las emociones ajenas.				
Colabora con los/as compañeros/as en las actividades propuestas.				
Participa en las diferentes actividades con una actitud activa y positiva.				
Discrimina las emociones correspondientes con sus expresiones faciales.				

Tabla 11 . Autoevaluación docente.

Rúbrica de autoevaluación			
Criterios de evaluación	Sí	No	Observaciones

Las sesiones han sido motivadoras y han despertado el interés del alumnado			
Las actividades han sido adecuadas a la edad del alumnado.			
Las actividades se han adaptado a las necesidades de todo el alumnado.			
Se ha producido algún impedimento que haya alterado el correcto desarrollo de las actividades.			
La duración de las sesiones ha sido adecuada y se ha ajustado con el tiempo previsto.			
Los agrupamientos realizados para las diferentes sesiones han sido adecuados, para favorecer un clima favorable del aula.			

Tabla 12. Autoevaluación del Alumnado

Alumno/a:			
			
			

			
			
			

4.4. Resultados

Tras realizar las sesiones de mi propuesta de intervención con el alumnado de 3-4 años, y realizadas las evaluaciones de cada una de ellas, ha habido determinados aspectos que me han llamado la atención.

Primeramente, me gustaría resaltar que todos y cada uno de los niños y niñas han mostrado mucho interés en participar en las actividades propuestas.

Por un lado, el alumnado es capaz de reconocer las diferentes emociones de forma precisa con facilidad; si tuviera que identificar cuál de ellas les ha podido producir algún tipo de duda, sería la diferencia entre la emoción de tristeza y enfado. No obstante; son capaces de reconocer algunas situaciones que se tendrían que dar, para que ellos sintieran las diferentes emociones; buena prueba de esto, ha sido que, a través del cuento adaptado del Emocionómetro del Inspector Drilo, cuando contábamos los diferentes niveles en que se podía presentar una emoción, eran capaces de identificar qué situaciones les podrían producir

esa emoción; como por ejemplo: en la de alegría, una alumna dijo que para ella el nivel 1 sería cuando va al parque, ya que está alegre; el nivel 2 cuando está en el parque rodeada de todos sus amigos; y el nivel 3 cuando está con todos sus amigos en el parque tomándose un helado... Los niveles van en progresión del 1 al 3, siendo el 3 el máximo nivel en la graduación de la emoción y 1 su grado mínimo. Practicamos esta actividad poniendo ejemplos, de manera que todos y cada uno de los niños y niñas han identificado diferentes situaciones que las asocian con la graduación específica en cada una de las 5 emociones básicas trabajadas en este proyecto; cabe destacar, que de manera espontánea, todos asociaban experiencias vividas con emociones y, se mostraban motivados para ponerlas en común el resto de la clase.

Por otro lado, un aspecto que me llamó la atención, es que en el juego del “dado de las emociones” que estaba compuesto por 6 caras, estando representadas las 5 emociones básicas objeto de este proyecto, y la sexta cara era una emoción “comodín”; de modo, que si el dado caía mostrando esa cara, se podía elegir qué emoción representar frente a los amigos y amigas del aula; y en todos los lanzamientos en los que salió la cara “comodín” los niños y niñas protagonistas de elegir la alegría, preferían hacer siempre la de alegría, antes que cualquier otra, lo cual denota una clara preferencia hacia las emociones positivas.

Tras realizar la propuesta de intervención, hay un aspecto que mejoraría en un futuro; concretamente en la actividad de ¿Qué siente? Se trata de la posición en la colocación de las cuerdas de colores; ya que, las pondría a una altura más accesible a los niños y niñas, para que puedan gozar de mayor autonomía; ya que, en esta ocasión al quedar a una altura más elevada, necesitaban ayuda para poder colgarlas, y sería más interesante que lo tuvieran más accesible, ya que además podrían ejercitar la psicomotricidad fina al pinzar la imagen a la cuerda directamente en todos los casos, y les permitiría tener un cambio de visión más amplio.

4.5. Conclusiones de la propuesta de intervención.

Implementar esta propuesta de intervención me ha permitido confirmar la importancia que tiene desarrollar las emociones desde edades tempranas, ya que implementar programas que

promuevan competencias tales como la autoconciencia, la regulación, la empatía y las habilidades sociales, establecerá la base para alcanzar el bienestar emocional.

Tengo interés en continuar mi itinerario formativo profundizando en este campo, y me gustaría poder implementar herramientas que faciliten el desarrollo de competencias y habilidades, tanto en el ámbito de la escuela como en las familias.

La Inteligencia Emocional va mucho más de la mera gestión de emociones, sino que tiene impacto en el desarrollo integral de los niños y niñas, así como en su desarrollo cognitivo, personal y social, por lo que concluyo que es un pilar fundamental de la educación contemporánea, y con un enfoque social, ya que contribuye a crear sociedades más resilientes, empáticas y cohesionadas.

Además, no debemos olvidar que estamos educando a los niños y niñas para tener una vida plena, y poder sentirse realizados como adultos; y a día de hoy, la gestión emocional juega un papel fundamental en las políticas de Recursos Humanos, buena prueba de ello es que apuestan por un liderazgo empático, mejora de clima laboral, gestión eficaz de conflictos....

Dado que esta experiencia me ha enriquecido mucho a nivel personal y profesional, ya que tener la oportunidad de poner en práctica, unas actividades que había preparado con mi propio material, y ver que los niños y niñas se han ilusionado tanto y querían seguir “jugando”, ya que lo han percibido como lúdico, participativo y aprendiendo divirtiéndose de manera natural, me gustaría aprender a combinar actividades de gamificación y educación emocional ya que me parece que es altamente efectiva, especialmente en la etapa de educación infantil, ya que potencia la motivación, y como dice el gran maestro Francisco Mora (2018), “solo se puede aprender aquello que se ama”, siento que poner emoción en la vida es la clave para tener una vida plena, y en mi caso, mi pasión por la educación es vocacional, y quiero seguir formándome y aprendiendo de grandes maestras y maestros.

5. Conclusiones

A lo largo de todo el proyecto, se ha puesto en relieve las bondades que tiene trabajar la Inteligencia Emocional desde edades tempranas, para prepararles para afrontar los retos que se les presenten en la vida, y alcanzar un mayor bienestar.

Al tratarse de una intervención con niños y niñas de tres y cuatro años, hemos partido de modelo de IE como es el de Mayer y Salovey (1997), basado en percibir, comprender, utilizar y manejar las emociones, dada la sencillez, adaptabilidad y objetividad en la evaluación, frente a los modelos mixtos que pueden resultar más complejos para esta edad; puesto que, están en proceso de desarrollar la conciencia de sus propias emociones y las de los demás, y en especial nos hemos centrado en el primer nivel, de forma lúdica y creativa se fomenta que identifiquen sus propias emociones y las de los demás, así como la expresión focalizándose en las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco.

También cabe destacar la importancia de la autorregulación emocional; es por ello, que hemos realizado un primer acercamiento a la regulación emocional, implementando una técnica de relajación, que ha demostrado que es muy necesario llevar a cabo prácticas de este tipo para llevarles a la calma y atenuar los comportamientos impulsivos, que en ocasiones conllevan comportamientos disruptivos; para promover un comportamiento equilibrado, y fomentar relaciones sociales en armonía.

Es vital que esto se trabaje desde edades tempranas tanto en entornos educativos como en el hogar (Luengo, 2004; Martínez-Otero 2007; Ruiz, 2015), ya que el manejo de las emociones les aporta confianza, y conocer los sentimientos de los demás les permite tener relaciones saludables.

La ciencia avala, a través de numerosos estudios, el impacto positivo que tiene la educación explícita de las emociones en los beneficios académicos, personales y sociales y es primordial tener una correcta autorregulación en el momento preciso, ya que nos ayudará a saber manejarnos emocionalmente (Hernández-Vargas y Dickinson-Bannack, 2014).

La Inteligencia Emocional es la competencia social clave, ya que una actuación inteligente se basa en ser capaz de identificar de manera precisa y adecuada la naturaleza de las emociones propias, y saber gobernarlas desde una perspectiva reflexiva, forjando relaciones acertadas entre pensamientos, emociones, y comportamiento, para abordar la vida con sabiduría, por todo ello la formación académica debe contribuir a dicha educación desde la escuela, aunque no única y exclusivamente.

Formar en Inteligencia Emocional es crucial a lo largo del itinerario formativo, desde las edades más tempranas ya se trabaja en los centros educativos, hasta esferas de formación superior; tal y como avala la Universidad de Zaragoza (2024), con el Sello 1+5; certificado que reconoce que a cada persona que ha estudiado un grado o máster en UNIZAR, han

adquirido las competencias transversales clave. Estas les capacitan para abordar retos presentes y futuros en un mundo complejo, incierto y cambiante; integrando conocimientos, habilidades, actitudes y valores, y buena prueba del empoderamiento que tiene la Inteligencia Emocional, es que se integra como una de las 6 competencias transversales, tal y como vamos a detallar a continuación:

Las competencias incluidas en el Sello 1+5 UNIZAR son las siguientes: (RD1) Valores democráticos y sostenibilidad, (UZ1) Trabajo en equipo, (UZ2) Pensamiento crítico, (UZ3) Inteligencia emocional, (UZ4) Innovación y Creatividad, (UZ5) Autoaprendizaje permanente.

Debemos preparar a los estudiantes para incorporarse en un mundo laboral en el que los lugares de trabajo bajo el paradigma de la globalidad, es por ello que la Inteligencia Emocional juega un papel importante en aspectos como el liderazgo adaptativo, que impulse el cambio organizacional; además favorece una mejor comunicación, resolución de conflictos, y colaboración con el equipo que permita la toma de decisiones desde la empatía, tal y como decía Goleman (1996) en su obra Inteligencia Emocional enfatizando el impacto de la inteligencia emocional en el liderazgo y el éxito profesional.

En base a todas las evidencias, y consideraciones, de la crucial importancia que tiene la Inteligencia Emocional en nuestras vidas, a través de este TFG hemos realizado un recorrido por el marco teórico, para elaborar un análisis de la evolución del concepto Inteligencia Emocional hasta el día de hoy, y partiendo de ello, hemos diseñado una propuesta de intervención en la etapa de educación infantil, implementada con alumnos de niños y niñas de primero del segundo ciclo de educación infantil, a través de la cual hemos trabajado de forma lúdica, participativa y creativa las emociones básicas de alegría, tristeza, miedo, enfado y asco; con el objetivo de conocer tanto las emociones propias como las ajenas, identificando las expresiones faciales que identificamos con cada emoción, y favoreciendo la regulación; para desarrollar herramientas facilitadoras que trabajándose de forma constante y progresiva, les permita mejorar las competencias emocionales que les prepare para alcanzar el bienestar personal y social.

6. Referencias bibliográficas

- Aguado, R. (2015) Vinculación Emocional Consciente (VEC): El poder de saber que puedes. *Educación y Orientación: La revista de COPOE*, 2, 24-30.
- Allport, GW (1955). *Devenir: Consideraciones básicas para una psicología de la personalidad* (Vol. 20). Yale University Press.
- Bar-On, R. (1997) The Emotional Quotient (EQ-i): A Test of Emotional Intelligence. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bassedas, E., Hubert, T., & Solé, I. (2001). *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco, Ca: Jossey-Bass.
- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). “Educación emocional y competencias básicas para la vida”. *Revista de Investigación Educativa (RIE)*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las Competencias emocionales. *Revista Educación XXI*, 10(1), 61-82.
- Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. Propuestas para educadores y familias. *Bilbao: Desclée de Brower*, 100-105.
- Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. *Cómo educar las emociones*, 1, 24-35.
- Bisquerra, R., y López-Cassà, È. (2021). El cultivo inteligente de las emociones morales en la adolescencia. *Revista Española de Pedagogía*, 79 (278), 103-114.
- Binet, A (1909). *Les idées modernes sur les enfants*. Paris, Flammarion.

- Binet, A., & Simon, T. (1904). Méthodes nouvelles pour le diagnostic du niveau intellectuel des anormaux. *L'Année psychologique*, 11(1), 191-244.
- Boccardo, F., Sasia, A. R., & Fontenla, E. G. (1999). Inteligencia emocional. A. Vallés, *El desarrollo de la inteligencia emocional*, Benacantil.
- Casassus, J. (2006). *La educación del ser emocional*. (1ª ed.). Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo.
- Centro de Tecnología Especial Aplicada (CAST). (2008). Guía para el Diseño Universal del Aprendizaje (DUA). (Versión 1.0) castellana traducida de *Universal design for learning guideline* (versión 1.0) Wakefield. España.
- Cooper, R. K., y Sawaf, A. (1997). *Estrategia emocional para ejecutivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Darwin, C. (1872). *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. John Murray.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2002). Relación de la inteligencia emocional percibida y la calidad de vida relacionada con la salud de mujeres de mediana edad. *Psychological Reports*, 91 (1), 47-59.
- 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.
- Fernández-Berrocal, P., y Pacheco, N. E. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6.
- Fernández-Berrocal, P., y Pacheco, N. E. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93.

Gardner, H. (1994). *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*. México: S.L Fondo de cultura económica española.

Gardner, H., y Asensio, M. T. M. N. M. (1998). *Inteligencias múltiples*. Paidós.

García-Fernández, M., y Giménez-Mas, S. I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 3 (6), 43-52.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairós.

Goleman, D. (2006). *Inteligencia emocional: ¿Por qué puede importar más que el coeficiente intelectual?* Bantam

Goleman, D. (2018). *Inteligencia emocional*. Kairós.

Gondim, S. M. G., y Estramiana, J. L. Á. (2010). Naturaleza y cultura en el estudio de las emociones. *RES. Revista Española de Sociología*, (13), 31-47.

Hernandez-Vargas, C. I., & Dickinson-Bannack, M.E. (2014). Importancia de la inteligencia emocional en medicina. *Investigación en Educación Médica*, 3(11), 155-160. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-investigacion-educacion-medica-343-articulo-importancia-inteligencia-emocional-medicina-S2007505714727425>

Ibarrola, B. (2014). *La educación emocional en la etapa 0-3*. 21ª Jornada, La criança com a base de la Salut Mental. Fundació El Maresme. Celebrada el 10 de marzo de 2014.

Keefer, K. V, Parker, J. D. A., y Saklofske, D. H. (Eds.) (2018). *Emotional Intelligence in education. Integrating research with practice*. Editorial Springer.

Leuner, B. (1966). Emotional Intelligence and Emancipation. A psychodynamic study on women. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 15(6), 196-203.

- Luengo, J.(2004). La educación como objetivo de conocimiento. Concepto de educación. En Pozo, M. M.; Álvarez, J. L; Luengo, J. y Otero, E. Teorías e instituciones contemporáneas de la educación (pp.30-47). Madrid: Biblioteca Nueva.
- López-Cassà, È. L. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 153-167.
- López-Cassà, È. L. (2007). La Inteligencia Social: Aportes desde su estudio en niños y adolescentes con capacidades cognitivas. *Psykhè (Santiago)*, 16 (2), 17-28.
- López-Cassà, È. L. (2016). La educación emocional en la Educación Infantil y Primaria. En Inteligencia Emocional y Bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones (pp. 557-570). Ediciones Universidad de San Jorge.
- Martínez-Otero, V. (2007, a). Psicología de la inteligencia afectiva: implicaciones pedagógicas. *Revista Electrónica de Psicología*. Recuperado de <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/psicologia/IMG/pdf/No.4-15.pdf>
- Martínez, C. (2009). Consideraciones sobre inteligencia emocional. La Habana, Cuba: Editorial Científico-Técnica.
- Martineaud, S. y Engelhart, D. (1996). El Test de Inteligencia emocional. Barcelona: Martínez Roca.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*, 50(4), 370.
- Mayer, J.D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. *Handbook of intelligence*, 2, 396-420.
- Mayer, J. D. (2005). La inteligencia emocional. Una breve Sinopsis. *Revista de psicología y educación*, 1(1), 35-46

- Mérida, J. A. M., y Jorge, M. L. M. (2007). La Escala de la Inteligencia de Binet y Simon (1905) su recepción por la Psicología posterior. *Revista de Historia de la Psicología*, 28(2), 307-313.
- Montañés, M. C. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. *Universidad de Valencia*, 3.
- Mora, F (2018). *“Neuroeducación. Sólo se puede aprender aquello que se ama”*. Madrid: Alianza Editorial.
- Oberst, U., y Lizeretti, N. (2004). Inteligencia emocional en psicología clínica y en psicoterapia. *Revista de psicoterapia*, 15(60), 5-22.
- ORDEN ECD /1005/ 2018, de 7 de junio, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva.
- 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.
- Padilla, A., y Sandoval, M. (2022). La Importancia de la Inteligencia Emocional en Educación Primaria. *Revista Formación Estratégica*, 6(02), 60-75.
- Payne, W. L. (1985). *A study of emotion: developing emotional intelligence; self-integration; relating to fear, pain and desire*.
- Puente, A. (2007). *Cognición y Aprendizaje. Fundamentos Psicológicos*. España: Editorial Pirámide.
- Pinos, M. (2020). *Con corazón y cerebro: NET Learning: Aprendizaje basado en la Neurociencia, la Emoción y el Pensamiento*.
- Real Academia Española. (2023). Definición de “Emoción”. En *Diccionario de la lengua española*, (23.ª ed). Recuperado de <https://dle.rae.es/emoci%C3%B3n>

- Retana, J. Á. G. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista educación*, 97-109. Recuperado de <https://doi.org/10.15517/revedu.v36i1.455>
- Ruiz Paredes, M. M. (2015). Posicionamiento de la inteligencia emocional en la educación infantil con la LOMCE: Propuesta de actividades para trabajarlas en las aulas de esta etapa. Gómez Carrasco, J., y Izquierdo Rus, T. (Eds.), *Experiencias y recursos de innovación en educación infantil* (pp. 27-37). Murcia: Ediciones de la Universidad de Murcia.
- Rose, D., & Meyer, A. (2000). *The Future Is in the Margins: The Role of Technology and Disability in Educational Reform*.
- Rojas Pedregosa, P. (2023). Emociones y sentimientos de los niños de primaria a través del dibujo en tiempos de confinamiento. Una perspectiva desde el género y curso escolar. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 3(1). Recuperado de <https://doi.org/10.51660/ripie.v3i1.101>
- Rogers, C. R. (1951). *Perceptual reorganization in client-centered therapy*.
- Salovey, P., y Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, conocimiento y personalidad*, 9(3), 185-211.
- Salazar, B. C. C., y Choquesillo, R. L. C. (2016). Inteligencia emocional y ansiedad rasgo-estado en futuros docentes. *Avances en Psicología*, 24(2), 175-192.
- Santrock, J. (2002). *Psicología de la Educación*. México: McGraw-Hill.
- Slavin, R. E., & Johnson, R. T. (1999). *Aprendizaje cooperativo: teoría, investigación y práctica*. Buenos Aires: Aique.
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its use. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Thurstone, L. L. (1938). Primary mental abilities: PSYCHOMETRIC MONOGRAPHS No. 1. In *The measurement of intelligence* (pp. 131-136). Dordrecht: Springer Netherlands.

- UNESCO. (2024). *Lo que hay que saber por el aprendizaje socioemocional*. Recuperado de <https://www.unesco.org/es/articles/lo-que-hay-que-saber-sobre-el-aprendizaje-socioemocional>
- Usán, P., y Salavera, C. (2019). El rendimiento escolar, la inteligencia emocional y el engagement académico en adolescentes.
- Velásquez, Y., Rose, C., Oquendo, E., y Cervera, N. (2024). Inteligencia emocional, motivación y desarrollo cognitivo en estudiantes. SciELO.
- Vernon, P. E. (1933). Some characteristics of the good judge of personality. *Journal of Social Psychology*, 4, 42-57.
- Wundt, W. (1896). *Compendio de psicología*. La España Moderna.
- Wechsler, D. (1940). Non-intellective factors in general intelligence. *Psychological Bulletin*, 37, 444-445.
- Wenger, M. A., Jones, F. N., y Jones, M. H. (1962). Emotional behavior. *Emotion: bodily change*. Princeton, NJ: van Nostrand.

7. Anexos

Anexo I.



Anexo II.



Anexo III.



Anexo IV.



Anexo V.



Anexo VI.



Anexo VII.



Anexo VIII.



Anexo IX.





Anexo X.



Anexo XI.



Índice de tablas

Tabla 1: Objetivos específicos.	25
Tabla 2: Área 1. Crecimiento en Armonía.....	30
Tabla 3: Área 3. Comunicación y Representación de la Realidad.....	31
Tabla 4: Calendario.....	36
Tabla 5: Cronograma.....	36
Tabla 6: Evaluación sesión 1 “El emociómetro del inspector Drilo”.....	44
Tabla 7: Evaluación sesión 2 “¿Cómo te sientes hoy?”.....	45
Tabla 8: Evaluación sesión 3 “¿Qué emoción siente?”.....	46
Tabla 9: Evaluación sesión 4 “Técnica de la tortuga”.....	47
Tabla 10: Evaluación sesión 5 “Dado de las emociones”.....	48
Tabla 11: Autoevaluación docente.....	49
Tabla 12: Autoevaluación del Alumnado.....	49

Índice de anexos

Anexo I: Material general de la propuesta.....	36
Anexo II: Cuento del emocionómetro del inspector Drilo adaptado.....	37
Anexo III: Marionetas de los personajes del cuento.....	37
Anexo IV: El emocionómetro del inspector Drilo adaptado.....	37
Anexo V: Implementación sesión 1.....	38
Anexo VI: Material sesión 2.....	38
Anexo VII: Implementación sesión 2.....	39
Anexo VIII: Material sesión 3.....	40
Anexo IX: Implementación sesión 3.....	40
Anexo X: Dado de las emociones.....	42
Anexo XI: Implementación sesión 5.....	43

