



**Universidad**  
Zaragoza

# Trabajo Fin de Grado

Emoción y aprendizaje: desde la neuroeducación  
hasta la educación emocional

Autor

Victoria Nuño Lumbreras

Director

Alberto Ballarín Tarrés

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

2016

## Índice

	<b>INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>4</b>
<b>1.</b>	<b>NEUROEDUCACIÓN.....</b>	<b>6</b>
	Definición de Neuroeducación.....	6
	Importancia en su estudio.....	7
<b>2.</b>	<b>EMOCIONES.....</b>	<b>9</b>
	Desarrollo de ciertas emociones en el periodo de Educación Infantil.....	11
<b>3.</b>	<b>EDUCACIÓN EMOCIONAL.....</b>	<b>14</b>
	Concepto de Educación emocional .....	14
	Justificación. Necesidad de la Educación Emocional .....	16
	Objetivos generales de la Educación emocional.....	18
	Contenidos de la Educación emocional.....	19
	Metodología de la Educación emocional.....	20
<b>4.</b>	<b>LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA ETAPA DE INFANTIL.....</b>	<b>24</b>
	Importancia de la Educación Emocional en edades tempranas.....	24
	Educación Emocional de 0 a 6 años.....	26
	Aplicación en el aula.....	28
<b>5.</b>	<b>PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....</b>	<b>29</b>
	Contexto.....	30
	Destinatarios.....	31
	Justificación.....	32
	Objetivos.....	33
	Competencias.....	34
	Contenidos.....	35
	Metodología.....	35
	Temporalización.....	38
	Atención a la diversidad.....	38
	Evaluación.....	39
	Actividades.....	40
<b>6.</b>	<b>CONCLUSIÓN Y VALORACIÓN PERSONAL.....</b>	<b>44</b>
<b>7.</b>	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>48</b>

## **Emoción y aprendizaje. Desde la neuroeducación hasta la educación emocional**

### **Emotion and learning. From neuroeducation to emotional education**

- Elaborado por Victoria Nuño Lumbreras.
- Dirigido por Alberto Ballarín.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de Junio del año 2016.
- Número de palabras (sin incluir anexos): 13.008

### **Resumen**

En este trabajo de fin de grado se habla de emoción y aprendizaje. De la importancia que tiene el cerebro en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Neuroeducación) y de la educación emocional en Educación Infantil. En primer lugar se realiza una conceptualización teórica del término Neuroeducación y la importancia que tiene su estudio, posteriormente un breve recorrido sobre el concepto de emoción, y el desarrollo de ciertas emociones del individuo en el periodo de Educación Infantil.

Consecutivamente se habla de lo que desencadena lo anteriormente nombrado, la educación emocional. Se refleja también el papel fundamental que ejercen los diferentes agentes educativos, como el profesorado y la familia en los niños. Además se presentan las razones por las que la educación emocional es necesaria desde edades tempranas, dentro de las aulas de infantil.

Asimismo se presentan una serie de actividades con las que se pretende desarrollar las competencias emocionales en los alumnos y así aumentar su autoestima, avivar la cohesión del grupo, resolver conflictos y mejorar la convivencia. Y finalmente tras toda la revisión teórica se concluye con una reflexión final en la que se plantea una mejora del desarrollo infantil.

### **Palabras clave**

Neuroeducación, Emoción, Competencias Emocionales, Autoestima, Educación Infantil.

*“Los sentimientos y las emociones son el lenguaje universal que debe ser honrado. Son la expresión auténtica de quiénes somos”*

Judith Wright (2013)

## **INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN**

El documento que se presenta a continuación, es el resultado del trabajo realizado durante un tiempo determinado. Un trabajo de revisión, síntesis y aportaciones personales.

En su desarrollo encontramos tres apartados diferenciados: en la primera parte una fundamentación teórica acerca del tema, en la segunda, una serie de actividades en las que se trabajan los conceptos de la base teórica expuesta y para finalizar, una reflexión y valoración personal.

Cuando se realiza un trabajo académico o una investigación de un tema concreto y hay opciones a elegir, lo primero que se trata de hacer es elegir aquello que hace sentir y tener motivación e interés. Así pues, en este caso, el principal motivo por el que se ha elegido este tema ha sido producido por el gran interés y poco conocimiento que se tiene sobre las emociones, ya que es una característica que poseemos todos los seres humanos, y que están con nosotros a lo largo de toda nuestra existencia, desde que nacemos, y que sabemos que nos pueden llevar a momentos llenos de alegría si logramos controlarlas. Para ello es muy importante su estudio desde temprana edad. Edad en la que tenemos el poder de actuar docentes y familia.

Muchas veces nos preguntamos ¿de qué estamos hechos interiormente?, pero parte de ello tiene que ver con las emociones, con nuestras experiencias emocionales que vamos adquiriendo a lo largo de la vida. Muchos de nuestros actos van acompañados por la emoción que sentimos en ese mismo momento. Las emociones a su vez nos llevan a elegir entre las diferentes opciones. Reflejan nuestro estado interior, dirigen algunas de nuestras conductas, nos ayudan a entender situaciones en las que vivimos. Nos ayudan a relacionarnos con nuestro alrededor. Pero, ¿realmente sabemos qué son y

por qué se producen?, ¿Sabemos por qué existen?, ¿Sabemos lo que implican? Uno de los propósitos en el planteamiento de este trabajo es responder a estas preguntas.

Aunque no es hasta aquí donde se pretende llegar. Dado que el objetivo es intentar hacer ver que emoción y aprendizaje van juntos, y el papel importante que tiene la relación actual entre cerebro y educación.

Uno de los autores de gran relevancia en la elaboración de este trabajo, ha sido el investigador en neurociencia Francisco Mora, que con sus argumentos enseña y acerca a comprender los componentes esenciales que posee una emoción. Y como él asegura, “el elemento esencial en el proceso de aprendizaje es la emoción porque sólo se puede aprender aquello que se ama, aquello que le dice algo nuevo a la persona, que significa algo, que sobresale del entorno” (Mora, 2013).

El principio del trabajo es una introducción a la Neuroeducación, tema actual considerado base para el entendimiento de otros temas relacionados que se tratan en el presente trabajo.

Después de ver el nuevo punto de vista que añade la Neuroeducación se hace especial hincapié en las emociones, qué son y cuáles aparecen en el periodo de Educación Infantil.

Una vez que ya sabemos cuáles son las emociones, tenemos que saber cómo educarlas y ahí entonces aparece el tema central del trabajo, la educación emocional. En él se explica el desarrollo de ésta en el progreso de los niños y su aplicación en el aula.

Para poner fin a la investigación realizada en este trabajo, se verá una propuesta de actividades que se podrán llevar a cabo en las aulas de infantil con el fin de potenciar el aprendizaje emocional de los alumnos.

## **1. NEUROEDUCACIÓN**

### **1.1. Definición de Neuroeducación**

En este apartado inicial se resaltan algunas definiciones del término Neuroeducación, necesarias para la comprensión de su significado, ya que constantemente hablaremos de tal término del cual viene el interés que causa la realización de este trabajo.

En primer lugar se expone un término general que nos ayudará a entender el significado, y que según el autor Francisco Mora dice lo siguiente:

“Neuroeducación es una nueva visión de la enseñanza basada en el cerebro. Aprovecha los conocimientos sobre cómo funciona el cerebro integrados con la psicología, la sociología y la medicina, y así mejorar y potenciar los procesos de aprendizaje y memoria” (Mora, 2013, p.25). Así pues, podemos entender que el protagonista de esta nueva forma de enseñar es el cerebro y que a su vez utiliza conocimientos de otras ramas para crear un vínculo con el aprendizaje.

“La neuroeducación profundiza en el conocimiento de aquellos cimientos básicos de cómo aprender, memorizar, y cómo enseñar”. (Mora, 2013, p.26).

El medio social, es entonces otro factor que influye en el desarrollo de esta nueva visión de aprender a través del cerebro, utilizando todos aquellos componentes que dan como resultado un nuevo aprendizaje.

Por otro lado, Battro (2012) define neuroeducación como la nueva interdisciplina y transdisciplina que promueve una mayor integración de las ciencias de la educación con aquellas que se ocupan del desarrollo neurocognitivo de la persona humana.

Neuroeducación es, pues, un campo de la neurociencia nuevo, lleno de enormes posibilidades que casualmente debe proporcionar herramientas útiles que ayuden a aprender y enseñar mejor, y alcanzar un conocimiento mejor dentro de la complejidad social.

Como señala Battro (1996), esta nueva disciplina implica la formación de “neuroeducadores” entre los docentes interesados por la investigación en neurociencias y entre los neurocientíficos que se interesan en la educación, se da lugar a una nueva profesión y a un tipo de expertos que no se había visto anteriormente.

El mismo autor dice que el cerebro representa un papel crucial en el aprendizaje y en la enseñanza, lo mantiene activo en toda labor humana y se le toma en cuenta en la educación. Es preciso explicitar las funciones neurocognitivas propias de la educación, tanto en el aprendizaje como en la enseñanza.

Como hemos podido ver, la Neuroeducación es un término que alude a otros términos importantes. Reinterpreta el aprendizaje, innova los sistemas educativos, nos lleva a la calidad de la educación y del educador y, principalmente, al desarrollo humano. Así pues, a continuación veremos por qué es importante el estudio de la Neuroeducación.

## **1.2 Importancia en su estudio**

Cuando hablamos de neuroeducación, hablamos de potenciar el aprendizaje mediante el conocimiento de cómo funcionan las habilidades cognitivas, emocionales y de comportamiento. Es el cómo enseñar de manera más productiva. Tenemos que crear caminos que nos lleven desde cómo funciona el cerebro hasta la psicología y la conducta. Por ello, hacer hincapié en la importancia que tiene su estudio, tiene tanta relevancia.

Las disciplinas neurociencia, psicología y educación, están en proporción respecto al peso e importancia de las contribuciones que hacen a la neuroeducación. Así pues, la neuroeducación recoge los fundamentos básicos más importantes de estas disciplinas; y la neuroeducación es vulnerable si, por ejemplo, existen expertos y profesores que no están preparados ni formados para pensar críticamente.

Según Codina (2014), ha de mejorarse la infraestructura para establecer la comunicación necesaria entre científicos y educadores, creando escuelas de investigación, compartiendo bases de datos sobre el aprendizaje y el desarrollo, y estableciendo un nuevo perfil profesional, el de los ingenieros educativos.

En palabras del mismo autor señala que este nuevo perfil profesional “ayudaría a aplicar los avances de la ciencia cognitiva y la neurociencia al aprendizaje dentro de las aulas, y podría elaborar material educativo y actividades que estén basadas en la investigación y que, de ese modo, se mejore el aprendizaje” (Codina, 2014, p.47).

El autor Francisco Mora explica que, “cada vez hay más necesidad de juntar neurociencia y educación, ya que nos lanza a conocer nuevos conocimientos para una buena enseñanza” (Mora, 2013, p.185).

Como se observa la mezcla de estos dos conceptos multiplica los conocimientos que un alumno adquirirá a lo largo del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Saber más sobre el cerebro humano especialmente el de los niños nos permitirá entenderlos de mejor manera y optimizar nuestras metodologías en la educación y por ende de la sociedad.

Según Mora, los profesores han de ser conscientes de la importancia de la emoción como vehículo de sus palabras si esperan que estas alcancen de lleno a sus alumnos.

Según explica en su libro “Neuroeducación” Francisco Mora (2013) la neurociencia cognitiva ha comprobado, gracias al estudio de la actividad de las diferentes áreas del cerebro, que solo se puede aprender aquello que llama la atención y que genera emoción. Basándose en los datos de la investigación científica, la neuroeducación estudia cómo interactúa el cerebro con el medio que le rodea en relación con el aprendizaje.

La neuroeducación cambia el pensamiento que hasta ahora se ha tenido del aprendizaje: de entender el aprendizaje como unidireccional, hemos pasado a entenderlo como aprendizaje activo; del aprendizaje en forma de escalera al aprendizaje en forma de red; del crecimiento lineal a los sistemas dinámicos.

Con los cambios en la concepción de cómo entendemos el aprendizaje y lo que ahora sabemos sobre el funcionamiento del cerebro, se hacen necesarios nuevos profesionales formados en neuroeducación, que se formen de una manera más global que hasta ahora



lo han hecho los profesionales de la psicología, la neurociencia y la educación. Estos profesionales de la neuroeducación han de trabajar para vincular las investigaciones neurocientíficas con los temas que realmente interesan a los docentes.

Las áreas que juegan un papel fundamental para entender cómo aprende el cerebro y cuál es la mejor manera de enseñar para optimizar la educación son: la memoria, la emoción, la empatía, la motivación, las funciones ejecutivas, la atención, la cognición social. Los avances en investigación han arrojado luz respecto al conocimiento sobre estos factores, como por ejemplo, demostrar la vinculación entre las emociones y el mejoramiento de la memoria, o la importancia de la motivación para aumentar la atención.

El papel de las emociones en el proceso de enseñanza-aprendizaje se ha mostrado fundamental (se hablará de este punto en más profundidad). Y debido al importante papel que juegan las emociones en el aprendizaje, a continuación profundizaremos en este tema, conociendo cuál es su significado y cuáles son sus mayores aportaciones en el terreno educativo infantil.

## **2. EMOCIONES**

Las emociones, algo tan presente en nuestra vida, pero... ¿Sabemos realmente su significado? A continuación, se citarán algunas aproximaciones conceptuales de emoción de diferentes autores que han investigado sobre el término. Es un tema que tiene mucha importancia, que continua en desarrollo.

Goleman (1996) entiende la emoción como un sentimiento y sus pensamientos, estados o condiciones biológicas y psicológicas y las propensiones a la acción que pueden explicarla.

Por su parte, Mora (2004) define la emoción como la reacción conductual y a la par subjetiva, que va acompañada de fenómenos neurovegetativos, y es provocada por información proveniente del exterior o del interior del sujeto.

Como dice Bisquerra (2003) las emociones son una parte integral de nuestro ser, condicionan nuestra salud y también desempeñan un papel esencial en nuestro comportamiento, aprendizaje, creatividad e interacción social, etc.

Se consideran estos tres autores relevantes en la información que proporcionan, pues es gracias a sus estudios, donde llegamos a la fácil comprensión del significado de emoción.

Según Bisquerra (2003) actualmente los aportes científicos resaltan cómo afectan las emociones en la vida cotidiana, cómo nos encontramos en cada momento, en cada actitud y decisión, y en cada acción. Aumentan los estudios sobre la relación entre emoción y salud como base de la actividad humana y aquellos que explican cómo interfieren las emociones en los controles del pensamiento y en los procesos implicados.

Fomentar las emociones para el desarrollo integral demuestra la necesidad de fomentar las competencias emocionales y sociales de las personas.

En conclusión, las emociones matizan el funcionamiento del cerebro: los estímulos emocionales interactúan con las habilidades cognitivas. Los estados de ánimo, los sentimientos y las emociones pueden afectar la capacidad de razonamiento, la toma de decisiones, la memoria, la actitud y la disposición para el aprendizaje.

Como vemos, por lo tanto, existe una influencia fundamental de las emociones en nuestras vidas, ya que ciertos estudios han comprobado que son realmente positivas en nuestro desarrollo humano. Dado que se aprende mucho a través de ellas, es un tema verdaderamente interesante para hablar y conocer más sobre él y sobre todo centrarnos en la parte del nacimiento de las emociones. Es pues, en la etapa infantil, donde empiezan a descubrirse y conocerse.

De todos los tipos de emociones que podemos encontrar, a continuación se habla de las más relevantes en Educación Infantil, ya que es en ese periodo cuando comienzan a desarrollarse y conocerse, y porque es la etapa en la que nosotros trabajamos como docentes.

## **2.1 Desarrollo de ciertas emociones en el periodo de Educación Infantil**

Todas las emociones, en los primeros años de vida del niño son muy importantes, representan el repertorio emocional. Su identidad se va construyendo, se desarrolla su autoestima, su confianza en sí mismo y seguridad, estos procesos son producidos a través de las interacciones que establece el niño con su entorno. A través de este proceso el niño puede diferenciar las emociones, reconocerlas, expresarlas y controlarlas.

El niño en sus primeros meses de vida necesita de los adultos para sobrevivir y cubrir sus necesidades más básicas. De tal manera se constituye un vínculo de apego entre el niño y su familia, una primera relación emocional que se irá desarrollando y consolidando a lo largo del tiempo.

Podemos analizar ciertas emociones que a lo largo del periodo infantil aparecen en el niño. Aunque no existe un listado específico de emociones. Se puede hacer una clasificación de emociones básicas o primarias y secundarias.

Paul Ekman (1994), determina en seis las emociones primarias o básicas: la alegría, la tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco.

Las emociones primarias son aquellas que tienen que ver con las expresiones faciales que el niño emite. Y por otro lado clasifica como emociones secundarias aquellas que en cierto modo establecen una valoración propia de sí mismos.

Aparte de estas emociones, están otras en las que éste autor dice que son formadas por diferentes reacciones, dependiendo si el cambio es beneficioso o perjudicial, y son pensadas positivas o negativas. Pero no siempre pueden ser clasificadas en uno de los dos grupos; así lo detalla Bisquerra, (2000). Resumidamente realiza la siguiente clasificación:

Emociones positivas. Entran a formar parte aquellas experimentadas a través del logro o éxito y son agradables. Generan placer. (Alegría, amor, humor, felicidad...)

Emociones negativas. Como situaciones desagradables, que parten de momentos de bloqueo, amenaza, situación inalcanzable o de pérdida (ira, miedo, tristeza, vergüenza, aversión...).

Emociones ambiguas. Tienen aspectos comunes con las positivas (la duración escasa), y con las

negativas (recursos para afrontar el acontecimiento). Emociones estéticas. Aquellas que se producen en la reacción ante una manifestación de carácter artístico.

Los niños van reproduciendo expresiones involuntarias e innatas que poco a poco se convertirán en elementos claves de comunicación, desencadenándose así el contagio emocional y la regulación emocional. A medida que van creciendo aprenderán modelos de la familia y del maestro, puesto que son un referente para el niño.

Es importante que el niño poco a poco descubra el mundo que le rodea. Para ello podemos interactuar con él a través de caricias, sonrisas, abrazos, contacto visual, contando con el apoyo afectivo y emocional de su entorno social. Elementos indispensables para su supervivencia.

Meses antes del primer año de vida los niños ya sienten, expresan y, además, empatizan con las emociones de los demás, utilizan la información que poseen sobre las expresiones emocionales de otras personas para autorregular su conducta, lo que llamamos referencia social.

En el segundo año las capacidades cognitivas y emocionales logran mejorar, sus relaciones sociales se vuelven a ver en aumento y como resultado aprenden a controlar sus propios sentimientos, dándose la posibilidad de que exprese lo que no siente.

Durante los 3 y 6 años se inicia un nuevo desarrollo, surgen nuevos intereses, necesidades y desafíos, con lo cual se desarrollan nuevas formas de expresión y relación con los demás, y se desarrollará su conciencia emocional, así como también aprenderá a regular las emociones.

La edad comprendida entre los 3 y 4 años es una etapa en la que el niño asociará determinados hechos con determinadas emociones. Por ejemplo, una fiesta de cumpleaños con la emoción de alegría.

Entre los 4 y 5 años, el niño ya es capaz de atribuir correctamente estados mentales a otros tales como creencias, deseos o intenciones. El niño descubre lo que le sucede a los otros y, por lo tanto, lo que desencadena sus emociones.

A los 6 años los niños percibirán que una situación puntual no genera determinadas emociones, sino que se debe a la evaluación de la situación realizada.

El principal instrumento para comunicar sus experiencias, comprender la realidad, y expresar sus sentimientos e inquietudes, será el lenguaje. Así como facilitar la aparición de la imaginación, fantasía y resolución de conflictos. En definitiva es un medio muy importante que hay que estimular, ya que está muy relacionado con la expresión emocional del niño.

Para concluir, tenemos que saber que dentro del mundo de las emociones, existen las emociones negativas, que no podemos evitar que se produzcan. Por esto, es importante aprender a regularlas de forma apropiada. En cambio las emociones positivas debemos buscarlas o lo que es mejor aprender a construirlas.

En la infancia, experimentar emociones positivas con frecuencia, favorecerá el posible desarrollo de una personalidad optimista, confiada y extrovertida, sucediendo lo contrario con la vivencia de emociones negativas.

### **3. EDUCACIÓN EMOCIONAL**

Una vez analizados los apartados anteriores, hemos llegado a la parte central de este trabajo. En el que se profundizará sobre la educación emocional, un tema actual, de verdadera importancia en el desarrollo del niño, y que está presente en todos nosotros.

#### **3.1. Concepto de educación emocional**

Bisquerra define la educación emocional como:

Proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que planten en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2003, p.27).

Por tanto, se concibe que la educación emocional sea un proceso continuo, totalmente necesario a lo largo de la vida, que debe estar presente desde la educación infantil, ya que es donde se empiezan a construir las bases del aprendizaje y es un proceso durante el cual se desarrollarán determinadas competencias socio-emocionales.

Como señala López Cassá (2005) para educar emocionalmente debemos aprobar las emociones, empatizar con los demás, identificar las emociones que sentimos, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas.

Como afirma Álvarez (2001) las competencias emocionales deben enunciarse a través de la educación emocional, la cual según sostiene el autor:

Ha de aspirar a colaborar en el proceso de desarrollo integral de la personalidad del individuo, dotándole de herramientas y estrategias emocionales que le permitan

afrontar de forma coherente, digna y consciente los retos y demandas que le plantea la vida cotidiana. (Álvarez, 2001, p.11).

De este modo, el desarrollo de competencias emocionales, como la inteligencia emocional y su aplicación a la vida, y el desarrollo de habilidades sociales para la mejora de la convivencia son elementos esenciales para contribuir al bienestar personal y social.

La definición de educación emocional conduce a conocer la definición de competencia emocional.

Así pues, según Bisquerra (2003), la competencia emocional se refiere al conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.

La competencia emocional puntualiza la capacidad que tienen las personas para expresar sus propias emociones con absoluta libertad. Esta se deriva de la inteligencia emocional, que es la capacidad para identificar las emociones, la competencia determina la habilidad que tiene una persona para interactuar de forma positiva con otras personas.

Como se aprecia, las competencias emocionales son una combinación de conocimientos, actitudes y capacidades. Podrían resumirse en:

- Atención, percepción y expresión de las emociones.
- Comprensión de las emociones.
- Regulación reflexiva, adaptación y utilización de las emociones.

Aunque también se deben desarrollar habilidades como la empatía, asertividad, autoestima, optimismo, sociabilidad, autoconfianza, automotivación, autocontrol, responsabilidad, solución ante los conflictos y escucha activa entre otros.

### **3.2 Justificación. Necesidad de la educación emocional**

Como dice Vilorio, “El mundo emocional de los niños es complejo, debemos ofrecerle herramientas que le ayuden a identificar lo que siente y cómo les afecta. No es lo mismo estar triste que enfadado, sentir vergüenza, antipatía, rechazo, ira, miedo o alegría” (Vilorio, 2005, p. 109).

La principal protagonista para ofrecer estas herramientas es la escuela. Es el lugar donde el niño aprende y se ve influenciado por otros factores que conformarán su personalidad.

Por otro lado, el informe Delors realizado para la UNESCO (1998) señala que la educación emocional es un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de prevención, ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional. Este informe fundamenta la educación en cuatro ejes básicos:

Aprender a conocer y aprender a aprender para aprovechar las posibilidades que ofrece la educación a lo largo de toda la vida. Aprender a hacer para capacitar a la persona para afrontar muchas y diversas situaciones. Aprender a ser, para obrar con autonomía, juicio y responsabilidad personal. Aprender a convivir, a trabajar en proyectos comunes y a gestionar los conflictos.

Todo ello parece confirmar la necesidad de incluir la educación emocional como parte de la educación formal, no sólo como factor preventivo de comportamientos problemáticos, sino también para lograr un desarrollo integral y un bienestar psicológico y social. Si la educación tiene el objetivo de preparar al niño para la vida, es impensable no contemplar este aspecto tan relevante en nuestros días.

Entre los diversos argumentos que puedan servir para justificar la educación emocional, Álvarez (2001) señala los siguientes:

#### 1. Situaciones vitales:

- En las vivencias personales de nuestra vida experimentamos emociones continuamente. La satisfacción nos anima a actuar con ilusión; en el caso contrario, nos podemos sentir irascibles y molestos por pequeñas cosas.



- Continuamente estamos recibiendo estímulos que nos producen tensión emocional: estresores del trabajo, interrupciones, imprevistos, conflictos, malas noticias, pérdidas, enfermedades, reveses económicos...

- Vivimos continuas contradicciones y conflictos y tenemos conflictos entre lo que deseamos y lo que pensamos que deberíamos hacer.

## 2. Situaciones educativas:

- La finalidad de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad integral del alumnado. En este desarrollo pueden distinguirse, como mínimo, dos grandes aspectos: el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional.

- El informe Delors como hemos mencionado anteriormente señala cuatro pilares de la educación: a) aprender a conocer; b) aprender a hacer; e) aprender a convivir; d) aprender a ser.

- El rol tradicional del profesor, centrado en la transmisión de conocimientos, está cambiando. La obsolescencia del conocimiento y las nuevas tecnologías conllevan que la persona adquiera conocimientos en el momento que lo necesite. En este marco, la dimensión de apoyo emocional del profesorado pasa a ser esencial.

- "Conócete a ti mismo" ha sido uno de los objetivos del ser humano y debe estar presente en la educación. Dentro de este autoconocimiento, uno de los aspectos más importantes es la dimensión emocional.

- La educación es un proceso caracterizado por la relación interpersonal. Toda relación interpersonal está impregnada por fenómenos emocionales.

## 3. Situaciones sociales:

- Es sabido que las relaciones sociales pueden ser una fuente de conflictos tanto en la profesión, familia, comunidad o tiempo libre como en cualquier contexto en el que se desarrolle la vida de una persona. Estos conflictos afectan a los sentimientos.

## 4. Argumentos psicopedagógicos:

Según la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner (1993), cabe distinguir entre otros tipos de inteligencia, una inteligencia interpersonal y otra intrapersonal. Ambas

son la base de la inteligencia emocional. Como señala el mismo autor concentrarse exclusivamente en las capacidades lingüísticas y lógicas durante la escolaridad formal puede suponer una estafa para los individuos que tienen capacidad en otras inteligencias. Se observan unos índices elevados de fracaso escolar, dificultades de aprendizaje... estos hechos provocan estados emocionales negativos.

Bisquerra (2003) afirma que la justificación acerca de la necesidad de una educación emocional se teoriza a partir del análisis del contexto; muchos problemas tienen que ver con el analfabetismo emocional

La importancia de la Educación Emocional, además de numerosos trabajos de investigación, ha provocado un creciente interés por la elaboración de materiales y programas que, de manera sistemática, ayuden al profesor en su tarea de favorecer las relaciones socioafectivas entre sus alumnos.

### **3.3. Objetivos generales de la Educación emocional**

La Educación emocional plantea unos objetivos que varían en función de varios aspectos a tener en cuenta, como el programa y la etapa educativa del momento en el que se van a llevar a cabo, así como la edad de los alumnos a quienes van dirigidos.

Según Bisquerra los objetivos generales de la educación emocional pueden resumirse en los siguientes términos:

Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida; aprender a fluir, etc. (Bisquerra, 2003, p. 29).

Resumiendo, la observación efectuada nos lleva a defender que los objetivos básicos de la Educación emocional son:

- Conocimiento emocional: Conocer y comprender el mundo emocional.

- Regulación emocional: Utilizar las competencias emocionales personales.
- Expresión emocional: Aprender a relacionarse adecuadamente con el entorno.

### **3.4. Contenidos de la educación emocional**

En la educación emocional se pueden trabajar los siguientes contenidos para la educación infantil. No obstante, se presentan por separado, pero deben contemplarse conjuntamente y estar interrelacionados.

Según López Cassá podemos distinguir entre los siguientes contenidos:

Conciencia emocional. Implica el tomar conciencia del propio estado emocional y manifestarlo mediante el lenguaje verbal y/o no verbal, así como reconocer los sentimientos y emociones de los demás; Regulación emocional. La capacidad de regular los impulsos y las emociones desagradables, de tolerar la frustración y de saber esperar las gratificaciones; Autoestima. La autoestima es la forma de evaluarnos a nosotros mismos. La imagen que uno tiene de sí mismo (autoconcepto) es un paso necesario para el desarrollo de empatía. En estas edades el niño o niña empieza a conocerse a sí mismo con la ayuda de los demás y su aceptación contribuye en su propia autoestima; Habilidades socio-emocionales. El reconocer los sentimientos y las emociones de los demás, ayudar a otras personas a sentirse bien, desarrollar la empatía, mantener unas buenas relaciones interpersonales (comunicación, cooperación, colaboración, trabajo en equipo, resolución de conflictos de una forma positiva, etc.); Habilidades de vida. Experimentar bienestar en las cosas que se realizan diariamente en la escuela, en el tiempo libre, con los amigos, en la familia y en las actividades sociales. (López Cassá, 2005, p.157-158).

Por otro lado Bisquerra explica cuáles son los temas a los que hacen referencia los contenidos:

Marco conceptual de las emociones, que incluiría el concepto de emoción, los fenómenos afectivos (emoción, sentimiento, afecto, estado de ánimo, perturbaciones emocionales, etc.), tipos de emociones (emociones positivas y negativas, emociones básicas y derivadas, emociones ambiguas, emociones estéticas, etc.). Conocer las características (causas, predisposición a la acción, estrategias de regulación, competencias de afrontamiento, etc.) de las emociones

principales: miedo, ira, ansiedad, tristeza, vergüenza, aversión, alegría, amor, humor, felicidad, etc. (Bisquerra, 2003, p.30).

El mismo autor dice que el manejo de los contenidos de los programas solicita la actividad realizada por el maestro, el trabajo individual y continuado de los alumnos: lectura de documentos, libros, artículos, etc. La educación emocional debe ser una metodología particularmente práctica: son las clases participativas el referente básico de la actividad docente (Bisquerra, 2003).

### **3.5. Metodología de la educación emocional**

López Cassá (2003) explica que la metodología educativa más práctica es aquella que se basa en los conocimientos previos de los alumnos, en las necesidades e intereses personales y sociales y en sus experiencias directas. Así como adaptar las actividades al contexto y al grupo-clase.

La educación emocional se debe poner en práctica mediante un enfoque global y activo para conseguir unos aprendizajes emocionales funcionales y significativos útiles en el ámbito del alumno. Las experiencias que el alumno adquiere deben poder generalizarse a otros contenidos.

Por otro lado la educación emocional debe ofrecer atención a la diversidad, llegando a cada característica individual del alumnado. Como característica individual entendemos la relación personal y ajustada a cada alumno. En este caso, la acción tutorial es una intervención estratégica a considerar.

Como docentes, tiene que existir el carácter mediador, el cual suministra modelos imitadores al alumno que después interioriza en las conductas habituales. Los docentes deben promover la reflexión y adquisición de estrategias emocionales, la mayoría de ellas deberían ser vividas por los alumnos mediante canciones, películas, cuentos. Así como la utilización de recursos didácticos como las fotografías, el periódico, las revistas. Todos estos recursos pueden suscitar la conciencia emocional y ofrecen la posibilidad de experimentar emociones.

Entre otras funciones del docente está la de promover actividades en las que se promueva la participación con el fin de desarrollar la inteligencia intrapersonal e interpersonal. Todo ello acompañado de una organización en la realización de cada actividad.

La práctica de la educación emocional en los más pequeños debe llevarse a cabo mediante metodologías activas, vivenciales y participativas, que contemplen la historia personal de cada niño, su entorno y necesidades.

López Cassá (2011), recomienda tener en cuenta diversos enfoques y modelos educativos:

- *La teoría del aprendizaje social de Bandura:* Es muy importante el rol de los modelos en el proceso de aprendizaje, ya que pueden influir en actitudes, creencias, valores y comportamientos de los niños.

- *El enfoque constructivista:* Es necesaria la participación activa del niño y su implicación personal para el proceso de construcción personal de significados. La puesta en práctica debe partir de conocimientos previos, intereses y necesidades de los alumnos para construir significativamente los aprendizajes.

- *El modelo sistémico:* Es trascendental el poder de la comunicación entre el niño y los adultos. Las intervenciones deben tener en cuenta la escuela, la familia y el entorno para lograr un aprendizaje funcional.

- *El enfoque humanista:* Las propuestas educativas deben centrarse en la creación de contextos y actividades que ayuden a los alumnos a pensar y descubrir sus propios valores. La autora sugiere proporcionar un clima de afecto y seguridad, en donde las situaciones habituales, que se generan de forma habitual y espontánea, favorezcan la comprensión emocional y el aprendizaje funcional. Se puede lograr mediante los siguientes recursos:

- *La música:* Ya que fomenta el despertar de emociones y el fluir de las mismas.

- *Los títeres:* Permiten crear buenas dinámicas y establecen vínculos emocionales. Al finalizar la representación se pide a los alumnos que nos cuenten qué emociones creen que sentía el protagonista.

- *Los cuentos*: Son un buen recurso para canalizar las emociones. Se pueden contar historias con protagonistas parecidos a ellos o con problemas similares.

- *El juego*: Facilita la interacción y la expresión libre de sentimientos.

- *El trabajo en grupo*: Proporcionan vivencias donde aprender a relacionarse con los otros.

- *La disposición de los alumnos en forma de círculo*: Facilita el contacto visual, favoreciendo el diálogo y la comunicación.

Para lograr una educación emocional de los niños, es necesario que todos los agentes involucrados (maestros, familiares, monitores etc.) estén implicados y cuenten con competencias sociales y emocionales.

La educación emocional parte de la necesidad de que el adulto, como modelo y referente del niño, haya desarrollado competencias emocionales para que el niño pueda imitarlas e integrarlas en sus esquemas de desarrollo. El adulto, maestro o educador, debe sensibilizarse y formarse en competencias emocionales como paso previo para la educación de los más jóvenes (López Cassá, 2011, p.72).

El maestro, en nuestro caso de educación infantil, como mediador en el proceso de desarrollo, necesita de la formación continua. De esta manera se acercará a nivel personal al perfil o modelo humano-pedagógico. Coincidiendo así con las competencias emocionales que quiera desarrollar en el aula para incorporar a nivel profesional nuevas estrategias y actividades educativas que ayuden a desarrollar las competencias emocionales en los alumnos.

El profesorado con una formación mínima puede introducir elementos de educación emocional en su práctica docente requiere tiempo, cambio de actitudes y entrenamiento para el desarrollo de competencias. Se pueden introducir elementos de educación emocional en todas las áreas académicas. La cuestión no es qué enseñamos, sino cómo lo enseñamos. Lo importante, probablemente, no es tanto llenar cabezas de contenidos como encender la llama de la ilusión para continuar aprendiendo durante toda la vida. (Bisquerra, 2012, p.6).

Así pues, el rol del profesor es considerado muy importante, ya que como adulto y figura a imitar por parte de los niños, transmiten de manera inconsciente su estado emocional, a través de sus actitudes y comportamientos pueden ofrecer un clima de seguridad y confianza para sus alumnos.

Sin embargo, los profesores no son los únicos agentes que repercuten en las competencias sociales y emocionales de los más pequeños; no se puede olvidar el papel fundamental de las familias y personas cercanas a los alumnos.

Los niños aprenden a identificar y etiquetar las emociones en el día a día con la ayuda de sus padres, que les suelen reflejar sus propias emociones con respuestas verbales. Al igual, aprenden en el entorno familiar las reglas de expresión emocional, que les ayudan a regular sus emociones.

Dada esta influencia que la familia ejerce sobre el niño, Bisquerra expone la necesidad de formar a las familias: Hay que contar con la familia y ayudarle a formarse en competencias emocionales de cara a mantener mejores relaciones con sus hijos e hijas.

Esto se puede hacer con charlas, talleres, cursos, etc. La formación de las familias debería empezar desde el nacimiento. Por lo tanto, el primer contacto con las familias con este propósito debería ser a través de los pediatras, ginecólogos y profesionales de la salud. Cuando llegan a la escuela ya se ha perdido un tiempo importante (Bisquerra, 2012, p.7).

Concluyendo como refleja Pena y Lozano (2006), tanto padres como profesores y, en general, agentes educativos, debemos conocer nuestros propios sentimientos, intentando conocer también cuál es la perspectiva de los-as alumnos-as/ hijos-as llevando a la práctica la empatía, controlando los impulsos que tenemos y siendo conscientes de cuál es nuestra actitud en la labor como agentes educativos dedicando todo nuestro esfuerzo. Si se consiguen estos objetivos, tanto en la institución educativa como en el resto de ámbitos educativos, se conseguirá formar a personas emocionalmente inteligentes que tendrán en su poder la capacidad de resaltar los aspectos positivos de las situaciones por encima de los negativos, valorar los triunfos

más que las derrotas, los aciertos más que los errores e intentando aprender de todo lo que viva.

#### **4. LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA ETAPA DE INFANTIL**

##### **4.1. Importancia de la educación emocional en edades tempranas**

En los lugares de crecimiento infantil conocidos como escuela, se han ajustado sus inquietudes en el desarrollo intelectual de los alumnos, actualmente sabemos que la mayoría de las habilidades que conducen a una vida plena son emocionales y no intelectuales. Lo que sienten los niños sobre sus experiencias de aprendizaje, debe ser tan importante, como lo que aprenden. Por lo tanto las emociones deben ser parte del currículum en la edad temprana.

El proceso inicial de aprendizaje debería ofrecer un amplio abanico en materia de emociones y sobre todo en competencias emocionales. La finalidad de la Educación Infantil es la de contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y las niñas, por lo que las emociones son un contenido más que debe ser contemplado para favorecer el desarrollo integral.

Como proyecta Planells (2012), el apresuramiento con que las personas deberían empezar a adquirir estas competencias es algo que está poniendo de manifiesto un número creciente de estudios científicos. Ayudar a los niños en el desarrollo de sus competencias emocionales en una fase temprana de la infancia da lugar a grandes diferencias en su salud y bienestar a largo plazo.

La competencia emocional puede ser elaborada y desarrollada desde edades tempranas. Se ha encontrado una correlación directa y significativa entre las competencias emocionales con el aprendizaje y rendimiento académico, con la competencia o adaptación social, salud mental y física, autoeficacia, constancia, aprovechamiento del tiempo, concentración, competencia metacognitiva.

Olmedo Montes (2009, pp. 451-452) añade: “Son cada vez más los docentes que consideran el entrenamiento en Inteligencia Emocional de lo más acertado y su puesta en práctica recomendable desde los primeros cursos escolares”.



Esta autora señala que cuanto más dominio del conocimiento, facilitación y comprensión de las emociones tenga una persona, mayor será su base para su manejo y autorregulación.

Por lo tanto, es en la primera infancia cuando se modela la base para asimilar los hábitos emocionales y sociales fundamentales que se pueden manifestar a lo largo de la vida de los niños y niñas.

Concretamente en el periodo de 0 a 3 años es cuando las emociones son más naturales, sinceras y espontáneas, no están falseadas por la experiencia ni la vergüenza, y el vínculo afectivo que nos une con los niños y las niñas es más fuerte. Esta es la razón por la cual consideramos tan importante empezar la educación emocional en estas edades, además de reivindicar el carácter educativo del primer ciclo de la educación infantil.

López Cassá (2003), defiende que las emociones nos acompañan diariamente, forman parte de nosotros y deben educarse para poder crecer, desarrollarse y convivir mejor con uno mismo y con los demás. Por ello es tan importante que la educación emocional comience desde las primeras etapas de la vida, que es cuando hay mayores probabilidades de ser efectiva.

Cuando los niños son pequeños y están aprendiendo a hablar necesitan poner nombre a lo que les pasa, a los sentimientos y emociones. Este es el mejor momento para que el adulto ayude al niño a expresar sus emociones y a comprender sus sentimientos.

Además volviendo a López, argumenta que dichas intervenciones deberían iniciarse en edades tempranas mediante programas con perspectiva de continuidad: “La educación emocional adopta un enfoque del ciclo vital que se lleva a la práctica a través de programas secuenciados y que pueden iniciarse en la Educación Infantil”. (López, 2005, p. 158).

#### **4.2. Educación Emocional de 0-6 años**

Es importante explicar el desarrollo emocional en la edad de 0 a 6 años y así ver cuáles son las características emocionales de los niños.

Por ello, López (2005) en primer lugar define el desarrollo emocional como aquel conjunto de cambios que suceden en desiguales dimensiones de la vida emocional: expresiones emocionales, comprensión emocional, empatía, regulación emocional y objetivos y comportamientos

Es importante nombrar que este desarrollo está en relación con los procesos cognitivos y sociales. Enseñar a los niños a identificar cómo se sienten es una de las tareas de la educación emocional en la etapa Infantil de 0 a 6 años. Enseñar ciertos aspectos emocionales en esta etapa implantará la base y condición necesaria para el progreso del niño.

La educación emocional tiene aplicaciones en variados contextos. Entre ellos están la familia, la escuela, el profesor y el entorno social.

En los primeros años de vida, es la familia el primer referente social del niño. Se producen las primeras interacciones entre padres e hijos. El hogar y la familia propician las relaciones interpersonales y se crean fuertes lazos emocionales. Los niños observan, imitan, y clasifican lo que han observado.

Este modelo de aprendizaje por observación e imitación juega un papel importante en la manifestación de las emociones. La expresión de las emociones está condicionada por la manifestación de sus semejantes.

Diversos estudios indican que la forma en que los niños expresan sus emociones viene determinada por lo que ven en los adultos que les rodean y particularmente con los que mantienen una relación más afectiva (madre, padre, cuidadores, familiares, amigos, etc.). Bisquerra (2000).

Los padres han de enseñar a identificar las emociones. Nombrarlas y expresarlas, y después conducir las apropiadamente para aprender a tratar los conflictos que provocan los sentimientos y emociones que desbordan.

Goleman (1996) mantiene que la familia es la primera escuela de aprendizaje emocional y argumenta que el impacto que tiene este temprano aprendizaje es profundo, puesto que el cerebro del niño tiene su máxima plasticidad en esos primeros años de vida.

El entorno familiar donde el niño descubre por primera vez sus sentimientos, las reacciones de los demás ante sus sentimientos y sus posibilidades de respuesta ante ambas cosas”.

Los padres tienen que estar en correspondencia con las emociones de sus hijos ya que la manera en que los padres manejen las emociones de sus hijos determinará las competencias emocionales futuras de ellos.

La escuela es el factor que influye en la aplicación de la educación emocional de manera más directa, pues es un espacio para aprender y practicar valores. La escuela es donde se estructura la educación y donde se permite dejar atrás la ignorancia. Una de las tareas de la escuela es la responsabilidad de poner en práctica sus destrezas y conocimientos y moldear su carácter.

En la actualidad se pide educar en competencias, y ello implica que todo el contenido tenga un fin de utilidad práctico, un vínculo con la realidad; pues la inteligencia emocional lo prepara para desenvolverse de la mejor manera posible en la vida real, permitiendo que realmente potencie y utilice de manera adecuada toda acción y conocimiento, ayudándole a vivir con una mejor calidad de vida en lo personal y en lo social.

De todos los contextos que hemos visto, familia, escuela y entorno social, es la escuela donde nos vamos a centrar, su aplicación en el aula. Puesto que es el lugar donde podemos enseñar a los niños a educar las emociones.

Una adecuada educación emocional permitirá adquirir destrezas para el manejo de los estados emocionales.

Cada vez que experimentamos una emoción, podemos crear pensamientos acordes a esta, interviniendo además nuestro sistema nervioso como el preparador del organismo para la mejor respuesta.

En definitiva, la educación emocional deberá ayudar y facilitar a las personas un mejor conocimiento y control de sus emociones tales como la autoestima, la confianza, la comunicación y la inteligencia emocional, entre otras. Además, las emociones guardan una estrecha relación con los procesos cognitivos (memoria, atención, concentración, toma de decisiones, etc.) que tienen lugar en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

### **4.3. Aplicación en el aula**

Una correcta educación de las emociones es esencial. Ya que las emociones están presentes en nuestras vidas desde que nacemos. Una vez interiorizadas son una herramienta de trabajo que se puede aplicar en distintas facetas de nuestra vida y que aplicada en el aula puede permitirnos obtener resultados importantes en la formación académica de los niños.

En la sociedad actual los niños acuden a los centros docentes usualmente desde que tienen pocos meses de vida. Por ello, es imprescindible y necesario que todos los profesores aprendan habilidades de educación emocional para optimizar los resultados.

Dentro del aula, nos podemos encontrar a niños con personalidades, pensamientos, deseos, necesidades y formas de mostrar emociones diferentes, por ello controlar las emociones será de gran ayuda para el docente controlar las emociones.

Por otro lado, los beneficios de aplicar un control de las emociones son múltiples. Los niños pueden ser más productivos y exitosos, además de poder llegar a ayudar a otros.

Es importante estar preparado para afrontar las distintas situaciones que se den en el aula, para transmitir mejor el conocimiento.

Un alumno que controla su inteligencia emocional está capacitado para reconocer sus emociones y su efectos, sus fortalezas y limitaciones, sus capacidades, potenciara su autoestima, controlara sus emociones perturbadoras y los impulsos y sabrá asumir su responsabilidad dentro el aula.

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

### **5.1. Contexto**

Esta propuesta de intervención no se plantea para un centro determinado, sino más bien para cualquier centro en el que se imparta Educación Infantil, aunque más bien centrado en el segundo ciclo. Por lo tanto, no es posible hacer un análisis exhaustivo del centro en el que se desarrollará, pues podrá ser cualquiera, con la intención de conseguir que los niños desde edad temprana aprendan sobre las emociones, sepan identificarlas en ellos mismos y en los demás pues les otorgará grandes capacidades fundamentales para su futuro.

Los centros educativos donde se lleve a la práctica la propuesta tan solo han de disponer de una serie de instalaciones básicas como pueden ser patios de recreo amplios y al aire libre, aulas de psicomotricidad, materiales diversos que se deban utilizar en el desarrollo de las actividades etc. así como tener una clara organización en la que la participación familiar esté presente, interviniendo de manera activa en la educación de sus hijos y contribuyendo a ella en la medida de lo posible.

### **5.2 Destinatarios**

La propuesta que se platea continuación está destinada a niños del segundo ciclo de Educación Infantil, niños con edades comprendidas entre los 4 y 6 años.

Los niños de estas edades, se encuentran en la fase de preparación para las operaciones concretas: no son capaces de realizar operaciones mentales. Estas operaciones son consideradas como acciones interiorizadas y organizadas en sistemas dependientes unas de otras. En esta etapa, las operaciones, que aún no han llegado a conseguir plenamente, se van haciendo cada vez más organizadas y dependientes, es decir, creando mentalmente estos sistemas de acciones relacionadas.

En esta etapa es cuando se forman los conceptos estables, aparece el pensamiento racional y surgen el egocentrismo y las creencias mágicas y sincréticas. También nos dicen que su pensamiento usa los símbolos pero que está limitado por su dificultad de usar la lógica. Sin embargo, estos símbolos van evolucionando: de ser primitivos se convierten en más sofisticados. En este periodo preoperacional predomina una forma de pensamiento intuitivo teniendo dificultades para representar el mundo de manera mental.

Podemos encontrar varias limitaciones cognitivas en este periodo:

- Egocentrismo: dificultad del niño para distinguir entre su punto de vista y el de los demás, mostrando por qué los niños no saben distinguir la realidad de lo que hay en su propia mente.

- El animismo: es la creencia de que los objetos inanimados están vivos pudiendo realizar acciones como las humanas. Muy habitual en la edad infantil.

- El artificialismo: en relación a la anterior limitación, el niño piensa que todas las cosas que existen han sido creadas por el hombre con algún propósito.

- El realismo: todos los procesos psicológicos que nos ocurren, como pueden ser los sueños, tienen una existencia real y material.

- La centración aparece como que la atención se centra en una sola característica de lo atendido siendo excluidas el resto de ellas.

### **5.3. Justificación de la unidad didáctica**

Tras la fundamentación teórica realizada anteriormente, a continuación se propone una propuesta didáctica que podría enmarcarse dentro de un programa de educación

emocional para el entrenamiento del reconocimiento y comprensión de emociones en niños de infantil. Su título es “Un castillo para mis emociones”.

El proceso de enseñanza-aprendizaje está ampliamente condicionado por las relaciones interpersonales que se establecen diariamente entre los muros del centro educativo. En estas relaciones las emociones juegan un papel fundamental pues regulan en cierta manera los comportamientos, actitudes y reacciones de las personas. De esta forma queda clara la relación directa de las emociones con el proceso de enseñanza aprendizaje así como la necesidad de trabajarlas en el aula desde edades tempranas.

Así pues, esta propuesta didáctica parte de la importancia que tienen las emociones en la educación infantil. El principal objetivo es que los niños desarrollen la seguridad en sí mismos, aprendan una serie de valores positivos y mejoren sus relaciones.

Es verdaderamente significativo que los niños desde muy temprana edad aprendan a reconocer las emociones que sienten, saber cómo reaccionar ante ellas y expresarlas. Además de saber enfatizar las emociones positivas y aceptar las negativas. Aquel niño que sepa reconocer lo que siente, explicarlo y compartirlo cuando sea necesario, acabará obteniendo autonomía, y buena interacción con el medio social, ayudando así al desarrollo integral del alumno.

La propuesta didáctica está destinada al segundo ciclo de Educación Infantil, niños de 4 a 6 años. Es una edad en la que los niños muestran emociones más fuertes y son conscientes de algunas de ellas. También empiezan a concebirse lazos de amistad más intensos y empiezan a manifestarse algunos sentimientos como los celos.

Por otro lado, con esta propuesta se quiere desarrollar los objetivos de la siguiente área de la educación infantil: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.

Esta área de conocimiento y experiencia hace referencia, de forma conjunta, a la construcción gradual de la propia identidad y de su madurez emocional, al establecimiento de relaciones afectivas con los demás y a la autonomía personal como procesos inseparables y necesariamente complementarios.

Los contenidos que en esta área se agrupan, adquieren sentido desde la complementariedad con el resto de las áreas, y habrán de interpretarse en las propuestas didácticas desde la globalidad de la acción y de los aprendizajes. Comprende los siguientes bloques:

- El cuerpo y la propia imagen.
- Juego y movimiento.
- La actividad y la vida cotidiana.
- El cuidado personal y la salud.

#### **5.4. Objetivos**

En esta propuesta se plantean los siguientes objetivos generales dirigidos al alumnado:

- Identificar las propias emociones: que los niños sean capaces de saber qué es lo que sienten en cada situación que les surja.

- Conceptualizar las emociones: que los niños tengan la capacidad de dar un nombre a esas emociones una vez las hayan identificado.

- Controlar y expresar las emociones: una vez los niños sean conscientes de esas emociones, sean capaces de controlarlas y dirigir las hacia un camino útil además de que sean capaces de expresarlas correctamente y de acuerdo a lo establecido socialmente.

- Identificar las emociones en los demás: cuando los niños sean capaces de conocer y controlar sus propias emociones, deberán ser capaces de identificarlas en los demás.

Reunidos los 4 objetivos generales que se aspiran obtener, señalamos objetivos más específicos:

- Desarrollar habilidades para prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas así como para potenciar las emociones positivas.



- Adoptar una actitud positiva ante la vida, desarrollando una buena autoestima e imagen ajustada de sí mismos.
- Dotar a los niños de recursos suficientes para superar situaciones difíciles en sus vidas a través de un autocontrol.
- Adquirir progresiva autonomía en la realización de actividades cotidianas que pueden influir en las emociones de los niños.
- Desarrollar habilidades favorables para que interactúen social y afectivamente con las personas adultas y sus iguales.

### **5.5. Competencias**

Se considera que este programa contribuye al futuro desarrollo de las siguientes competencias básicas:

- Competencia en comunicación lingüística, en cuanto al desarrollo del lenguaje como instrumento para la comunicación y expresión de pensamientos, emociones, vivencias etc.
- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, en cuanto a que entra en contacto directo con su entorno más cercano empezando a tomar conciencia de la influencia que tiene el ser humano sobre él.
- Tratamiento de la información y competencia digital, puesto que irá haciendo uso de los recursos tecnológicos de los que disponga y así ir desarrollando su autonomía y capacidad crítica para el tratamiento de la información.
- Competencia social y ciudadana, en cuanto que adquirirá habilidades para la participación activa en la sociedad así como para convivir y afrontar los conflictos.
- Competencia cultural y artística para aprender a disfrutar del arte y otras manifestaciones culturales de manera paralela a la propia expresión de sus creaciones.

- Competencia para aprender a aprender, dotando al niño de estrategias para que avance por sí mismo siendo consciente de sus capacidades y sabiendo contar con la ayuda de los demás.
- Autonomía e iniciativa personal siendo capaz de imaginar, aprender, desarrollar y evaluar las acciones y proyectos teniendo confianza en sí mismo.

## **5.6. Contenidos**

Para poder realizar esta propuesta, y una vez establecido los objetivos que se pretenden conseguir, proponemos una serie de contenidos que ayudarán a conseguirlos:

- Dotar a los niños de las capacidades que les permitan realizar la identificación de cada emoción y sentimiento que experimentan en las diferentes situaciones que vivan en el entorno.
- Se trabajará la conceptualización de dichas emociones: trabajaremos con los nombres de las emociones en diferentes situaciones para que sean capaces de establecer relaciones entre lo que sienten y la manera de expresarlo.
- Se desarrollará una serie de habilidades para que los niños puedan autocontrolar sus propias emociones.
- Se trabajará la identificación de las emociones negativas, para ir desarrollando una serie de recursos para que puedan hacer enfrentarse a ellas y reconducirlas hacia un camino positivo.
- Se trabajará la escucha activa y la comunicación para potenciar la identificación de las emociones anteriormente trabajadas en los demás.

## **5.7. Metodología**

El enfoque metodológico de la unidad didáctica trata las dimensiones sociales y afectivas en relación al desarrollo emocional de los niños de Infantil. La metodología utilizada responde a los principios de educación constructivista, de base cognitiva y a los fundamentos de la educación personalizada, formar a la persona en toda su integridad.

La metodología planteada en educación infantil debe basarse en la observación y experimentación, pues serán la principal fuente de aprendizaje y desarrollo psicoevolutivo del alumno. Para esto se utilizará una metodología activa para que el niño participe en su propio proceso de aprendizaje, siendo esa experimentación junto con las actividades y el juego los medios idóneos, siempre desarrollados en un ambiente de afecto y confianza.

De especial importancia en esta unidad, está el dialogo. Los niños expresan sus sensaciones, de igual modo que el tutor proyecta enseñanzas y justifica ideas a través de la comunicación con los alumnos.

Las actividades expuestas buscan la motivación e implicación activa de los alumnos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, para lograr el aprendizaje significativo de los contenidos tratados.

La comunicación en este caso es la protagonista de todo el proceso, en ella podemos valorar el debate, las opiniones, actitudes, conductas y sobre todo los sentimientos.

Se busca que la metodología tenga su carácter significativo, que los alumnos encuentren el sentido de las acciones educativas emprendidas. Se parte de la concepción constructivista del aprendizaje, y se intenta que el alumnado aprenda también por descubrimiento.

Aunque se trabajen los valores a nivel grupal, se ajustan las actividades a las necesidades individuales. El alumnado desarrollará individualmente sus capacidades y reconocerá y comprenderá las emociones a la vez que comunicara sus sentimientos al resto de alumnos.

Por otro lado, se ha seguido un orden para la ejecución de las actividades propuestas:

-Dinámicas de grupo:

En grupo se realizarán actividades para conocerse a uno mismo, pero de esta manera también puedan conocer a los demás niños. Conocerse a uno mismo es una habilidad que consiste en que el niño sea capaz de verbalizar los pensamientos, las emociones y los sentimientos que se refieren a uno mismo.

Así pues, se desarrolla la capacidad de observarse, la cual permite conocer: quién soy, cuáles son mis capacidades, cualidades y limitaciones, qué siento en cada momento y cómo expreso mis emociones, cuáles son mis necesidades, deseos y preferencias. Esta habilidad forma parte de la Inteligencia Intrapersonal, ya que contribuye a la representación cognitiva de sí mismo y resulta fundamental para acceder al conocimiento de los demás, esto es, la Inteligencia Interpersonal.

El autoconocimiento permite el desarrollo de la identidad personal como fundamento del autoconcepto (personal, social, escolar, familiar...), constituido por la suma integrada de las propias habilidades, atributos, actitudes y valores. La valoración de uno mismo constituye la autoestima.

-Tareas de autorreflexión:

Se realizarán actividades para identificar las situaciones que provocan emociones positivas y negativas. Habilidad que consiste en reconocer las emociones y sentimientos que posee cada uno y relacionarlos con las situaciones en las que tienen lugar y a las causas que los producen. Para ello podemos promover la autorreflexión mediante preguntas sencillas sobre las situaciones que los niños viven a diario y de los estados de ánimo que provocan en ellos. Situaciones como el diálogo entre compañeros, el juego, las actividades de aprendizaje, las entradas y salidas al aula, etc. ocurren de determinado modo y son interpretadas emocionalmente por los alumnos. Se pretende que asocien sus estados de ánimo (positivos o negativos) a dichas situaciones. Una situación en particular puede ser interpretada de forma distinta en cada uno de los protagonistas. De este modo, se comprenderá mejor por qué se siente una emoción positiva o negativa. Comprender la relación entre situación y emoción que se provoca es fundamental para el mejor manejo de las mismas, así como para disponer de un autocontrol emocional más adecuado en las respuestas ofrecidas.

-Role-playing:

Role-playing, o representación de papeles, es una manera efectiva para conseguir que los niños practiquen los conocimientos que van aprendiendo. Pueden actuar desde una perspectiva que no es la suya, experimentar diferentes emociones. Al mismo tiempo, los niños espectadores que están prestando atención están realizando las mismas prácticas,

identificándose con los que hacen la representación, empatizando en situaciones emocionales. Con estas actividades estamos proporcionando espacios para la propia construcción social y emocional.

Y por último se realizarán algunas actividades referidas a grupos de discusión o debates.

### **5.8. Temporalización**

Se pretende lograr estos objetivos a lo largo de una semana, que es el tiempo que proponemos para el desarrollo de esta propuesta didáctica; aunque tampoco podemos establecer unas fechas específicas, pues a la hora de ponerla en práctica, puede ocurrir que nos demoremos más de lo previsto o que acabemos antes de lo que teníamos planificado. Consideramos que esta propuesta didáctica permite implementarse durante cualquier fecha del curso escolar.

### **5.9. Atención a la diversidad**

Actualmente lo habitual es la existencia de una gran diversidad de alumnos en un aula de infantil. La idea que fundamenta una atención a la diversidad según el DECRETO 135/2014, de 29 de julio, por el que se regulan las condiciones para el éxito escolar y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón es el enfoque de un aula inclusiva, en la que sea el maestro el que se adapte a las necesidades que los alumnos demanden, sin distorsionar el ritmo de la clase, por lo que en primera instancia tanto con ACNEAE (Alumnos con Necesidades de Apoyo Educativo) como con ACNEE (Alumnos con Necesidades Educativas Especiales) se intentará proponer medidas ordinarias, que nos ayuden tanto al maestro como al alumno en la realización de la tarea y en la posterior consecución de los objetivos, pero desafortunadamente existen casos muy puntuales en los que estas medidas pueden ser insuficientes, será entonces cuando de acuerdo a su ACI (Adaptación Curricular Individual) se desarrollarán medidas extraordinarias, proponiendo así unos objetivos específicos para dicho alumno.

Ciertamente, dentro del aula siempre existe diversidad dado que cada alumno posee unas características propias, por tanto siempre se llevará a cabo una atención individualizada, prestando atención a sus propios ritmos de aprendizaje respetándolos y

adecuando el proyecto a éstos, así como contribuir al logro de los principios metodológicos para facilitar los aprendizajes significativos e incrementar la motivación.

### **5.10. Evaluación**

La evaluación de la siguiente propuesta didáctica ha de ser global, continua y formativa. Se procederá a hacer una pequeña evaluación inicial a través de la cual, el profesor obtendrá una idea de los niveles de conocimiento de los alumnos respecto al tema a tratar, para hacer las adaptaciones pertinentes en caso de que sea necesario, así como partir de estos conocimientos e intereses, contribuyendo a cumplir la metodología especificada previamente.

Para que sea continua, es necesario que se lleve a cabo un seguimiento periódico de la evolución de los alumnos a lo largo del proceso. Esta evaluación se hará a través de la observación sistemática: el profesor contará con una tabla donde recogerá criterios como los que se expone en la tabla 1 (anexo 1). Esta tabla será individual para cada alumno.

Con la información recogida en estas tablas, el profesor podrá realizar una evaluación final tras haber acabado con la realización del programa, donde se centrará en determinar el nivel de consecución de objetivos y contenidos por parte de los alumnos. Durante todo el proceso, se facilitará la información que el profesor crea conveniente a las familias de los alumnos, informándoles de la evolución de sus propios hijos.

A través de la evaluación que se hace de los propios alumnos se puede evaluar paralelamente el programa, la eficacia de las actividades para contribuir a la consecución de los objetivos, viendo si las actividades son las más adecuadas para tal cometido.

### **5.11. Actividades**

*Sesión 1: Actividad de asamblea. ¿Cómo me siento?*

Recursos y materiales de la actividad:

- Fotos de los alumnos de la clase que se encontrará en el espacio de la asamblea y cada una de ellas irá con un velcro para colocar en la cartulina donde

corresponda; cartulina; parches caracterizados en emoticonos de caras que expresan diferentes emociones.

- Flecha realizada con cartulina, fotografías de niños expresando diferentes emociones; cuento que narre una historia sobre las emociones. En este caso elegiremos “El Monstruo de Colores”.
- Cartulina con dibujo de un semáforo en rojo y un semáforo en verde.

Desarrollo de la actividad:

Esta sesión tendrá lugar en la asamblea. El niño que le toque esa semana pasar la lista al resto de sus compañeros, cogerá las fotos de cada uno y las entregará. Cada niño tendrá que poner su foto en una cartulina que colocaremos en el aula en la que estará formulada la pregunta ¿Cómo me siento? En la cartulina también habrá 4 caras que expresen diferentes sentimientos como: felicidad, tristeza, enfado y asombro. Cada niño colocará su foto donde se sienta identificado. Y así sabremos cómo se siente el niño ese día.

En segundo lugar para continuar con la sesión, en la asamblea realizaremos otra actividad llamada “la flecha de las emociones”. En otra cartulina habrá fotografías en forma circular de niños que muestran diferentes emociones y en el centro una flecha giratoria. Se narrará el cuento “El monstruo de los colores” es un monstruo que no sabe qué le pasa. Se ha hecho un lío con las emociones y ahora le toca deshacer el embrollo. Una historia sencilla y divertida, que introducirá a los pequeños en el fascinante lenguaje de las emociones. Por turnos, los niños colocarán la flecha en una emoción dependiendo de las situaciones y sentimientos que se van narrando por las que va atravesando el personaje.

Y en tercer lugar para terminar en el espacio de la asamblea, realizaremos otra actividad llamada “el semáforo rojo”. Situaremos una cartulina con un semáforo en verde y otra con un semáforo en rojo. Consiste en comentar entre todos momentos especiales, se pueden aprovechar los acontecimientos del fin de semana. Si un niño por ejemplo ha tenido un cumpleaños, lo comentará y tendrá que ponerse después de explicarlo en el semáforo verde, ya que es un momento en el que ellos sienten diversión.

Y si por el contrario un niño ha discutido con su hermano, deberá colocarse en el semáforo en rojo.

### ***Sesión 2: Mis cualidades***

Recursos y materiales de la actividad:

- Plastilina en forma de bolas de color amarillo y de color verde.
- Dos cajas de cartón, una de color amarillo y otro de color verde.

Desarrollo de la actividad:

Esta sesión para reflexionar sobre los propios comportamientos consistirá en preparar con plastilina tres bolas de color verde y una bola de color amarillo. Se dispondrá también de dos cajas, una de color verde y otra de color amarillo. Los niños sentados en corro, irán saliendo por turnos para meter las bolas en las cajas correspondientes. Cuando introduzcan cada bola verde dirán en voz alta una acción referida a ellos mismos que consideren que hacen bien, como puede ser pedir las cosas amablemente, y al introducir la bola amarilla dirán acciones que no realizan del todo bien. Al finalizar la actividad, a modo de reflexión se comentará la cantidad de cosas que hacemos bien frente a las que se pueden mejorar.

Otra actividad que realizaremos para reflexionar será expresar qué emoción se siente cuando: un compañero me molesta, cuando veo a un compañero triste, cuando alguien me dice cosas desagradables, cuando nadie quiere jugar conmigo, cuando un amigo está enfermo, cuando los demás no me dejan jugar con ellos, cuando alguien me asusta o cuando un compañero no me hace caso. Cada niño tendrá que expresar hablando cuál es la emoción que siente en cada situación. De esta manera al finalizar reflexionaremos entre todos cuáles son las emociones positivas y cuáles son las negativas.

### ***Sesión 3: “Soy una emoción”***

Recursos y materiales de la actividad:

- Papel con emociones escritas

Desarrollo de la actividad:



En esta actividad se entregará a los niños un papel en el que irán escritas algunas emociones básicas. Se puede hacer de dos maneras, o bien se le entrega un papel a cada niño con la emoción escrita, repitiendo alguna de ellas entre todos, o se forman grupos formados por cuatro niños cada uno con una emoción.

Una vez repartidas las emociones, los niños formarán un círculo y tendrán que ir saliendo al centro para dramatizar esa emoción y los demás niños tendrán que adivinarla.

Para facilitar en primer lugar que el niño conozca cuál es la emoción que tiene que representar, en el papel se mostrarán imágenes referidas a la misma y aparecerá escrita en mayúscula.

#### **Sesión 4:** *“Mural de emociones”*

Recursos y materiales de la actividad:

- Revistas
- Cartulina
- Pegamento

Desarrollo de la actividad:

En esta actividad se les pide a los niños que recorten fotos de revistas que les ofreceremos. Después se creará un mural con cartulina en el que estarán escritas algunas emociones. Los niños/as las pegarán según las clasifiquen debajo de cada emoción.

Para terminar la sesión, entre todos se hará una lista de frases que podríamos decir con cada emoción representada en el mural. Y entre todos debatiremos que podríamos hacer para evitar aquellas situaciones en las que hemos observado una emoción negativa.

#### **Sesión 5:** *“Yo soy...”*

Recursos y materiales de la actividad:

- Lápiz y papel.

Desarrollo de la actividad:

En la siguiente actividad primero se trabaja el significado de algunas cualidades de la manera de ser como son por ejemplo: alegre, trabajador/a, generoso/a, ordenado/a entre otras. Se dibujan ellos mismos y debajo del dibujo escriben: “Yo soy...” y apuntan una de las cualidades. Se les facilitará por escrito la grafía de las palabras para que puedan copiarlas. La maestra/el maestro enseña cada dibujo y también lo lee en voz alta. Los compañeros deben adivinar de quién se trata. Este trabajo se deja en un lugar visible de la clase para que todos puedan verlo. Con esta actividad se pretende potenciar la autoestima y la motivación.

## **6. CONCLUSIÓN Y VALORACIÓN PERSONAL**

Una vez analizados todos los puntos del presente trabajo en los que se considera tratar la importancia que tiene nuestro cerebro en el aprendizaje, y la importancia de la emoción como vehículo a otros aprendizajes, a continuación se refleja una continua reflexión que ha estado presente a lo largo de todo este proceso de análisis de información.

Como señala Campos (2010) “El panorama aparente en las aulas, actualmente, acaba siendo el de una práctica pedagógica híbrida, resultante de tantas corrientes y líneas, muchas de ellas ya sobrepasadas y que no corresponden al perfil de alumno que frecuenta la escuela del Siglo XXI” (Campos, 2010, p.4).

Por ello, es necesario conocer y dar respuesta a los alumnos con una atención educativa adecuada si pretendemos proporcionar a todos ellos una educación de calidad.

A lo largo de todo el trabajo hemos destacado una nueva línea llamada Neuroeducación, que como futuros docentes debemos conocer, para llevar a cabo en las aulas infantiles. La Neuroeducación reúne principalmente a profesionales de la neurociencia, la psicología cognitiva y la educación, con el objetivo de vincular la neurociencia con la educación. Se ha demostrado que las habilidades sociales y

emocionales juegan un papel muy importante, con respecto a la obtención de este objetivo.

La mayor parte de las habilidades que nos conducen a una vida repleta son emocionales y no intelectuales. Aprender a regular las emociones y las de nuestro alrededor es una meta educativa. Lo que sienten los niños sobre sus experiencias de aprendizaje, debe ser tan importante, como lo que aprenden. Por ende las emociones deben ser parte del currículum en la edad temprana. Desde los principios de la escolarización, el desarrollo emocional juega un papel esencial para la vida y constituyen la base para el progreso del niño en las diferentes dimensiones de su desarrollo.

Hoy en día, educadores, familia y todos grupos educativos, tienen a su alcance la posibilidad de emprender un importante proceso de innovación en la educación que sea fundamentado científicamente y razonable en el tiempo.

Se ha intentado, por tanto, ampliar la visión de los conceptos tradicionales de emoción, inteligencia y educación, para lograr hacer frente a las demandas actuales y alcanzar en los niños un desarrollo completo. Es necesario que los docentes comprendan la importancia de dotar a los alumnos de un bagaje sólido a nivel emocional, es imprescindible para prevenir comportamientos de riesgo futuros y para hacer frente a las dificultades a las que se enfrentarán a lo largo de su vida.

Con la intención de dar respuesta a estas necesidades que se observan a lo largo de la realización del ya finalizado trabajo, se propone una propuesta didáctica fundamentada, compuesta por diversas actividades contextualizadas que podrían ser llevadas a cabo en cualquier aula, cuyo interés de la maestra/o sea que los niños puedan compartir entre ellos, sus experiencias y emociones, para hacer del proceso enseñanza aprendizaje, un camino óptimo.

A pesar de que la propuesta está pensada para desarrollarse en un aula de educación infantil, también sería posible que pueda ser tomada como referencia por personas

independientes al centro educativo infantil, ya sean los padres de un niño que deseen realizar actividades con su hijo/a, o bien sea una institución no formal externa a los centros educativos, como pueden ser campamentos, grupos de actividades extraescolares...

## **VALORACIÓN PERSONAL**

Emoción y aprendizaje. Desde la neuroeducación hasta la educación emocional. Así es como tras varias opciones se resolvió elegir como título esta investigación, que se sumerge en el mundo de las emociones tratando temas tales como la neuroeducación, la importancia de facilitar a los niños una educación emocional de calidad y el papel fundamental de los docentes como responsables de transmitir a sus alumnos unas bases socioemocionales sólidas.

En primer lugar se destaca la importancia que ha supuesto la realización de este trabajo. Ya que es un tema que siempre ha interesado y nunca se ha encontrado ocasión de desarrollarlo de manera amplia. Durante la formación académica tampoco ha existido una asignatura o proyecto que tratara estos temas.

Como reflexión, se observa que conforme lo visto en la investigación y mirando atrás los años de formación, se puede observar que hay temas a los que no se les da la importancia que poseen. Por ello, el tema de la formación en educación emocional parece estar todavía lejos de recibir la consideración que merece. Sin embargo, son cada vez más los estudios que apoyan la necesidad de destinar un periodo dentro de la formación docente para descubrir nuestro mundo interno emocional.

Como hemos nombrado en esta investigación si un maestro no es consciente de lo que siente y de las formas en que puede regular y expresar sus emociones, difícilmente será capaz de transmitir eso a sus alumnos. Este es el verdadero aspecto importante que también se ha querido hacer ver a los lectores. La importancia que nosotros mismos debemos darle a las emociones, para ser ejemplo a los alumnos y puedan obtener modelos de regulación y expresión de emociones.

Además la elaboración de un trabajo académico de estas características supone la apropiación de toda una serie de contenidos que no se tenían antes y que servirán en el futuro.

Para ir un poco más allá. Se trata de un trabajo teórico en el que figuran ciertos contenidos sobre emociones, pero a nivel personal ha supuesto una reflexión profunda. Y que también ha llevado a numerosos recuerdos de la infancia personal.

También se espera volver a tener ocasión de seguir investigando y ampliar conocimientos de este tema. Y ser la protagonista que los lleve a cabo en las aulas infantiles futuras.

Todavía estamos a tiempo de alcanzar aquello que nos ilusiona, apasiona y fortalece, que no es otra cosa como futuros docentes que enseñar a nuestros futuros alumnos como quisiéramos que nos enseñaran a nosotros, o quizá a nuestros futuros hijos.

Ayudar a nuestros hijos a que la escuela penetre su corazón de manera tal que sea parte intrínseca de su ser y se refleje en su actitud y comportamiento a lo largo de la vida.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez González, M (2001a). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: CISSPRAXIS.

Álvarez González, M. (coord.) (2001b). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Madrid: Escuela Española.

Andrés Vilorio, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela: programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias pedagógicas*, (10), 107-124.

Antonio M. Battro, Daniel P. Cardinali. (1996). Más cerebro en la educación. *La Nación*, Argentina.

Battro, A. (2012). Neuroeducación: el cerebro en la escuela. En Lipina y Sigman (ed.), *La pizarra de Babel. Puentes entre neurociencia, psicología y educación*. Buenos Aires: El Zorzal.

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, p. 7-43.

Bisquerra, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Madrid: Síntesis.

Campos, A. (2010). Neuroeducación: uniendo las neurociencias y la educación en la búsqueda del desarrollo humano. *La Educación. Revista Digital*, 143.

Codina Felip, M. J. (2014). *Neuroeducación en virtudes cordiales. Una propuesta a partir de la neuroeducación y la ética discursiva cordial*. (Tesis doctoral). Valencia: Facultad de Filosofía y CC. de la Educación.

Decreto 135/2014, de 29 de julio, por el que se regulan las condiciones para el éxito escolar y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo.

Delors, J. (1998). *La educación encierra un tesoro*. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional para la educación del siglo XXI.

Ekman, P. (1994). *The nature of emotion: Fundamental Questions*. New York. Oxford University Press.

Ekman, P. (2003). *El rostro de las emociones*. Barcelona: RBA.

Gardner, H. (1993). *Inteligencias múltiples*. Barcelona. Paidós

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

López Cassá, E. (2003). *Educación emocional: programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis.

López Cassà, É. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 19, 3, 153-167. Universidad de Zaragoza.

Mora, F. (2004). *Diccionario de neurociencia*. Madrid. Alianza editorial.

Mora, F. (2013). *Neuroeducación*. Madrid: Alianza

Olmedo Montes, M. (2009). Pautas para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los primeros años de escolarización. En Fernández Berrocal, P. (coord.): *Avances en el estudio de la Inteligencia Emocional* (pp. 449-454). Santander: Fundación Marcelino Botín

Ortega Navas, M.C (2010). *La educación emocional y sus implicaciones en la salud*. *RECP*, 21 (2), 462-470.

Pena, M. y Lozanos, S. (2006). El desarrollo de la inteligencia emocional en educación infantil. V *Congreso Internacional Educación y Sociedad. La educación: Retos de S.XXI*, Granada. ISBN: 84-690-2369-1

Planells, N. (2012). Las claves de la Inteligencia Emocional. En Bisquerra, R. (coord.): *¿Cómo educar las emociones? La Inteligencia Emocional en la infancia y la*

*adolescencia* (pp. 116-118) Espluges de Llobregat (Barcelona): Hospital de Sant Joan de Déu.

## 8. ANEXOS

Anexo 1: tabla con criterios de evaluación para la propuesta.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SÍ	NO	REGULAR	OBSERVACIONES
¿Se ha interesado el alumno-grupo por el tema propuesto?				
¿Ha tenido una participación activa en el desarrollo de las actividades?				
¿Ha cooperado y/o colaborado en su grupo de actividad?				
¿Ha reflexionado sobre los aspectos trabajados en las actividades desarrolladas?				
¿Ha conseguido alcanzar los objetivos que nos hemos propuesto?				