

# Trabajo Fin de Grado

Revisión sistemática de programas sobre  
educación emocional en Educación Infantil

Autor

Lucía López Novellón

Director

Eva M. Lira

Co-director

Lucía González-Mendiondo

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

2018

## Índice

1. Estado de la cuestión.....	6
2. Objetivos.....	7
2.1. Objetivo general.....	7
2.2. Objetivos específicos .....	7
3. Marco Teórico.....	7
3.1. Emociones.....	8
3.2. Inteligencia Emocional.....	13
3.3. Competencia emocional .....	16
3.4. Educación emocional .....	17
3.5. Marco legislativo en educación sobre las emociones .....	19
4. Metodología.....	22
4.1. Búsqueda de información en bases de datos .....	22
5. Resultados.....	23
5.1. Revisión de Programas.....	23
5.1.1. Educación Emocional, Educación Infantil 2º Ciclo (3, 4, 5 años) (Agirrezabala Gorostidi y Etxebarria Lizarralde, 2008).....	23
Objetivos.....	24
Contenidos .....	25
Metodología.....	25
Actividades .....	26
5.1.2. Educación Emocional, Programa para 3-6 años (Coord. López Cassà, 2010) .....	28
Objetivos.....	28
Contenidos .....	29
Metodología.....	30
Actividades .....	31
5.1.3. Pensando las emociones. Programa de intervención para Educación Infantil (Giménez-Dasí, Fernández Sánchez y Daniel, 2016).....	34
Objetivos.....	34
Contenidos .....	35
Metodología.....	36

Actividades .....	37
5.2. Estudios de investigación .....	39
6. Conclusión .....	49
7. Referencias bibliográficas.....	52
8. ANEXOS .....	58
8.1. Actividades de los programas revisados, una explicación amplia .....	59
Educación Emocional, Educación Infantil 2º Ciclo (3, 4, 5 años) (Agirrezabala Gorostidi y Etxebarria Lizarralde, 2008).....	59
Actividades .....	59
Educación Emocional, Programa para 3-6 años (Coord. López Cassà, 2010) .....	64
Actividades .....	64
Pensando las emociones. Programa de intervención para Educación Infantil (Giménez-Dasí, Fernández Sánchez y Daniel, 2016).....	70
Actividades .....	70
8.2. Búsqueda de información.....	79
8.3. Resultados de la búsqueda de información .....	80

## **Revisión sistemática de programas sobre educación emocional en Educación Infantil**

### **Systematic review of emotional education programs in Early Childhood Education**

- Elaborado por Lucía López Novellón.
- Dirigido por Eva M. Lira, codirigido por Lucía González-Mendiondo.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de junio de 2018.
- Número de palabras (sin incluir anexos): 16055

#### **Resumen**

La educación y la inteligencia emocional son elementos esenciales que deberían estar presentes en las escuelas de la sociedad actual. Sin embargo, aunque la legislación educativa vigente en la Comunidad Autónoma de Aragón, refleja la relevancia de la educación emocional, no alcanza el estatus de otros aspectos cognitivos más ampliamente abordados y considerados en la educación infantil. La investigación se ha centrado fundamentalmente en la delimitación conceptual de los constructos y la elaboración de teorías y modelos explicativos. No obstante, son necesarios más estudios centrados en el diseño y desarrollo de programas concretos de educación emocional, así como en la evaluación de su eficacia. El objetivo de este trabajo es realizar una revisión sistemática de los programas de educación emocional disponibles en el ámbito de la educación infantil. Para ello se han revisado artículos desde el año 2003 al 2018 en las bases de datos Web of Science, Dialnet y Google Académico. Se analizaron un total de 32 artículos, los resultados mostraron que este tipo de intervención tiene beneficios en la salud emocional de los niños y en su rendimiento y éxito futuro. Concretamente, se realizó una revisión de tres programas de intervención sobre educación emocional en el segundo ciclo de Educación Infantil, analizando los objetivos y contenidos, la metodología y enfoques que adoptan, así como una visión general de las actividades a llevar a cabo para lograr el desarrollo emocional de los niños y niñas.

### **Palabras clave**

Emoción, inteligencia emocional, educación emocional, competencia emocional, programas, educación infantil.

### **Abstract**

Education and emotional intelligence are essential elements that should be present in the schools of today's society. However, although the current educational legislation in the Autonomous Community of Aragon, reflects the relevance of emotional education, does not achieve the status of other cognitive aspects more broadly addressed and considered in early childhood education. Research has focused mainly on the conceptual delimitation of constructs and the elaboration of theories and explanatory models. However, more studies are needed focusing on the design and development of specific emotional education programs, as well as on the evaluation of their effectiveness. The aim of this work is to carry out a systematic review of the emotional education programs available in the field of early childhood education. To this end, articles from 2003 to 2012 have been reviewed in the Web of Science, Dialnet and Google Academic databases. A total of 32 articles were analysed, the results showed that this type of intervention has benefits in children's emotional health and in their performance and future success. Specifically, a review of three intervention programs on emotional education in the second cycle of Early Childhood Education was carried out, analysing the objectives and contents, the methodology and approaches adopted, as well as an overview of the activities to be carried out to achieve the emotional development of children.

### **Key Words**

Emotion, emotional intelligence, emotional education, emotional competence, programs, early childhood education.

## 1. ESTADO DE LA CUESTIÓN

La educación emocional es un tema de debate importante en el ámbito educativo. Desde la publicación de Daniel Goleman en 1995 de su libro *Inteligencia emocional*, se popularizó este término y se empezó a considerar los posibles beneficios de la inteligencia emocional para el éxito en el desarrollo de la vida. Mayer y Salovey (1997), introdujeron el constructo de inteligencia emocional considerándolo como “la capacidad para percibir, usar, comprender y gestionar las emociones” (citado en Romero, 2007, p. 112). Sin embargo, a pesar de la relevancia de este tipo de inteligencia, se puede observar que la educación tradicional se ha centrado en la adquisición de conocimientos, un marco puramente cognitivo, sin tener en cuenta que la dimensión emocional juega un papel muy importante en la adquisición de conocimientos (Goleman, 1995). Las emociones influyen en la motivación del alumnado, en este sentido el clima afectivo en el entorno educativo debe ser propicio para el aprendizaje, sin olvidar las relaciones entre iguales o entre el educador y los alumnos. Poco a poco, cada vez se tiene más en cuenta este tema en los programas educativos, derivadas, al menos en parte, de las reflexiones al respecto por parte de profesionales de educación, y algunos centros han puesto en marcha propuestas donde se trabajan las emociones. Tal y como indica López (2005 p.154-155) “la escuela es un ámbito más de conocimiento y de experiencias en el que se desarrollan las emociones. ... y su importancia debe ser contemplada como un contenido más a educar para favorecer el desarrollo integral de las personas”. Aun así, es complicado encontrar programas específicos para llevar a cabo en el aula. Por tanto, sería necesaria una reforma del currículum, de la formación de los profesores y de la metodología llevada a cabo en el aula para lograr este desarrollo integral. Los referentes en educación emocional en España son como Bisquerra (2003) y Fernández-Berrocal (2003), cuyos trabajos han sido revisados en el presente estudio, que se basa fundamentalmente en el análisis de sus aportaciones en este ámbito de estudio concreto. Así, la educación emocional en los centros es un campo muy amplio que puede y debe ser abordado por todos los agentes implicados en la educación además de los niños, niñas, padres, tutores, madres, tutoras, profesoras y profesores. En los últimos años, el trabajo en las aulas de la educación emocional va tomando mayor importancia y podemos encontrar programas y proyectos de innovación orientados a la formación de profesorado y a la intervención en los distintos niveles

educativos. En esta línea podemos destacar los programas realizados por López (2010), Agirrezabala Gorostidi y Etxeberria Lizarralde (2008), Giménez, Fernández y Daniel (2016), cuyos contenidos, objetivos y metodología se revisarán a lo largo del presente trabajo.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1. Objetivo general**

Revisar sistemáticamente programas de educación emocional en Educación Infantil.

### **2.2. Objetivos específicos**

2.2.1. Conocer qué son las emociones, la inteligencia emocional y la educación emocional.

2.2.2. Conocer el tratamiento didáctico que está previsto en la legislación española y/o aragonesa para las emociones.

2.2.3. Conocer el desarrollo de las emociones en los alumnos de Educación Infantil.

2.2.4. Revisar algunos de los programas orientados a Educación Infantil que actualmente se están desarrollando.

2.2.5. Valorar en qué medida pueden ser herramientas útiles para el trabajo de las emociones en esta etapa.

## **3. MARCO TEÓRICO**

Antes de comenzar con la revisión de programas, cabe analizar los conceptos de emoción, educación emocional e inteligencia emocional. Las emociones son algo inseparable en nuestras vidas, vivimos con ellas y nos condicionan a lo largo de nuestro desarrollo (López, 2010). Existen múltiples clasificaciones de las emociones, algunas de ellas se revisarán en el presente trabajo, estas clasificaciones dan un punto de vista general del amplio terreno que las forman. Asimismo, conviene destacar el nivel de desarrollo que tienen los niños y niñas en la etapa de infantil, para poder alcanzar los objetivos que se planteen. Por otro lado, es necesario diferenciar los conceptos de

inteligencia y educación emocional. Además, para que exista una inteligencia emocional se debe trabajar mediante una educación, al igual que adquirimos conceptos y conocimientos en el aula, es necesario conocer y trabajar las emociones. Por último, se describen las alusiones referentes a la educación de emociones en el marco legal de la educación. Algunas son explícitas, aunque no aparece como algo que se deba tratar con profundidad, sino como algo que se trata de manera transversal o no intencionada. Algo positivo en la educación infantil es que no se trabaja mediante asignaturas separadas, sino por áreas, lo que facilitaría el trabajo de emociones en el aula con los pequeños. Sería necesario que se pudiera aplicar al resto de los niveles educativos.

### **3.1. Emociones**

El concepto *emoción* está sujeto a múltiples definiciones, según la Real Academia Española la emoción es “la alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”; para Goleman el concepto de emoción es un sentimiento acompañado de pensamientos, respuestas biológicas y psicológicas y las acciones que lo caracterizan (1997, p.441). Bisquerra considera que “la emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (2003, p.6). La emoción es en todo caso una parte de nuestro organismo, que responde a alguna situación interna o externa (Bisquerra, 2000). Las emociones son algo intrínseco en nuestra vida, todas las decisiones que tomamos a lo largo de ésta vienen determinadas por ellas de una u otra manera. Las decisiones importantes las tomamos de tal forma que no estén relacionadas con experiencias o sentimientos negativos anteriores, sino las que están relacionadas con lo positivo.

#### *Componentes de la emoción*

Siguiendo a Goleman (1997), podemos afirmar que las emociones son algo biológico e innato, el sistema límbico, concretamente el hipocampo y la amígdala, son los sistemas neurológicos principales encargados de ello. Las neuronas se activan cuando ocurre algo importante, liberando sustancias químicas (dopamina, serotonina, etc.). Las emociones tienen la finalidad de preservar la vida del ser humano, ya que ante un



estímulo el cerebro reacciona liberando estas sustancias y preparando el cuerpo para afrontarlo. Por ejemplo, cuando alguna situación externa nos produce miedo, nuestro cuerpo automáticamente reacciona con tensión muscular, alteración cardíaca, sudoración, esto ayuda a la confrontación o huida del estímulo negativo. Ante un regalo de cumpleaños, o una situación agradable, el cuerpo libera hormonas que nos hacen sentirnos felices o contentos. Para Bisquerra (2003, p.13) las emociones tienen tres componentes: neurofisiológico, conductual y cognitivo. El componente neurofisiológico serían las respuestas involuntarias, los individuos no las controlan, como las mencionadas anteriormente. Este tipo de respuestas se podría regular mediante la relajación. El componente conductual, es decir, el comportamiento de las personas, permite saber las emociones que está experimentando. Y el componente cognitivo o vivencia subjetiva es lo denominado sentimiento. Este componente permite calificar un estado emocional, darle un nombre. Un ejemplo, tomando la situación anterior del miedo, sería: del componente neurofisiológico las respuestas automáticas de preparación a la huida; del componente conductual el lenguaje no verbal de la persona, o que saliera corriendo ante el miedo que le provoca el estímulo, y por último del componente cognitivo, sería decir y comprender que ha sentido miedo ante el susto que se ha dado.

*Funciones de las emociones*

Prat y del Rio (2009, p.13) explican que las emociones tienen dos funciones: adaptativa y social. La función adaptativa consiste en preparar al individuo para actuar y afrontar una determinada situación. Algunos ejemplos que nos ofrecen son:

<b>ALEGRÍA</b>	<b>Repetición del suceso que la ha producido.</b>
<b>TRISTEZA</b>	Abandono de un objetivo y reflexión sobre la situación que la ha causado.
<b>MIEDO</b>	Tendencia a la protección.
<b>SORPRESA</b>	Ayuda a hacer frente de forma efectiva una situación nueva.

**Tabla 1: Ejemplos de funciones de las emociones (Prat y del Río, 2009, p.13.)**

Siguiendo a estas autoras, las emociones tienen una segunda función, la social, que incluye la expresión y contención de las mismas, así como la comprensión emocional de las otras personas. Para ello, los alumnos deben “aprender a conocer, regular y expresar sus emociones de manera adecuada, así como identificar las emociones ajenas” (2009, p.13). Chóliz a su vez aporta otra explicación sobre la función social, “las emociones facilitan la aparición de conductas apropiadas, ayudan a predecir el comportamiento asociado a ellas, lo cual tiene mucho valor en las relaciones interpersonales” (2005, p.5). Además, plantea una tercera función, la motivacional. “La emoción energiza la conducta motivada. Una conducta *cargada* emocionalmente se realiza de forma más vigorosa” (Chóliz, 2005, p.6). En los programas educativos es necesario trabajar con esta función social, ya que somos seres que necesitamos estar rodeados de gente, por tanto, debemos aprender a regular y comprender nuestras emociones para tener mejores relaciones interpersonales con el resto de las personas. La tercera función que se plantea, es importante tenerla en cuenta en la escuela, en muchas ocasiones tomamos decisiones, ya sean en la vida como en el aula, con motivo puramente emocional, a veces con consecuencias positivas, lo que tendemos a repetir, a veces negativas, lo que intentamos no volver a hacer. Aunque en algunos casos las emociones negativas que no se regulan o corrigen, acaban siendo conductas desagradables o violentas. Por tanto, trabajar mediante la educación emocional es importante.

#### *Clasificación de las emociones*

Algunos autores como Chóliz consideran que tenemos unas emociones básicas, asumen que se trata de “procesos relacionados con la adaptación y la evolución, que tienen un sustrato neural innato, universal y un estado afectivo asociado único” (2005, p.7). Tomando esto como referencia propongo una clasificación entre emociones primarias o básicas, que son las emociones universales que todos poseemos y podemos reconocer a simple vista, como enfado/ira, alegría, tristeza, miedo, disgusto/odio y sorpresa. Y las secundarias, que son aquellas mezclas de emociones, y que muchas veces están condicionadas por la sociedad y la cultura, como por ejemplo la pena, ternura, ironía, vergüenza, orgullo o celos. Sin embargo, muchas emociones son variaciones o mezclas de las descritas anteriormente. Y existen muchos matices de cada

una de ellas, hay veces que no se pueden describir. También depende mucho de la intensidad en la que éstas son sentidas. Teniendo en cuenta a Bilbao (2015) como referencia, se expone a continuación una clasificación de las emociones dependiendo de su intensidad:

Emociones agradables:

Intensidad	Placidez	Alegría	Amor	Motivación	Satisfacción
-	A gusto	Contento	Simpatía	Animado	Orgullosa
	Cómodo	Alegre	Amistad	Motivado	Reconocido
	Tranquilo	Ilusionado	Cariño	Emocionado	Satisfecho
	Relajado	Feliz	Querer	Ilusionado	Contento
		Eufórico	Amor	Entregado	
+			Enamoramiento	Entusiasmado	

**Tabla 2: Clasificación de emociones agradables según Álvaro Bilbao (2015)**

Emociones desagradables:

Intensidad	Enfado	Nervios	Miedo	Frustración	Tristeza	Cansancio
+	Enrabietado	Nervioso	Miedo	Rabioso	Desconsolado	Agotado
	Enfadado	Excitado	Asustado	Frustrado	Dolido	Harto
	Irritado	Inquieto	Agobiado	Fastidiado	Triste	Aburrido
	Molesto		Avergonzado		Desilusionado	Cansado
	Disgustado		Preocupado		Apenado	
-			Nervioso		Siente lástima	

**Tabla 3: Clasificación de emociones desagradables según Álvaro Bilbao (2015)**

### *Desarrollo evolutivo*

Giménez-Dasí (2009) aborda el desarrollo de las emociones a lo largo de la vida. Si sintetizamos mucho lo expuesto por esta autora podemos indicar que, sobre los tres años los niños ya comprenden más o menos las emociones que se han denominado “primarias”, saben que si su profesora les da un regalo estarán contentos, y que si el

pececito de clase se muere se sentirán tristes. También comprenden que la ficción provoca emociones, cuando el padre de Simba muere en la película sentirán tristeza aunque sean dibujos. A los cuatro años, son capaces de entender que los recuerdos pueden intervenir en los sentimientos, si recuerdan el cumpleaños del año pasado, donde se lo pasaron genial, se sentirán felices en el siguiente. Entre los cuatro y los cinco años diferencian entre las emociones reales y fingidas, en ciertas ocasiones sabrán fingir su enfado, mostrando indiferencia. Cuando tienen cinco años saben que dos personas pueden reaccionar de distinta manera ante una misma situación; un mismo regalo a un niño puede hacerle sentir alegría porque no tenía un juguete, mientras que a otro le provoca enfado porque no le gusta. Sobre los cinco o seis años, avanzan en el control y regulación de las emociones a la hora de relacionarse con los demás. López (2010, pp. 27, 28, 29) explica el desarrollo emocional de los tres a los seis años, diferenciando tres dimensiones: (1) Conciencia emocional: entre los tres y los cuatro años los niños asocian determinados acontecimientos con determinadas emociones. Cuanta mayor memoria tienen, son capaces de recordar experiencias vividas y el recuerdo es una fuente de emoción. El juego simbólico contribuye a elaborar nuevas formas de expresión y, a su vez, al desarrollo de la conciencia emocional. Este tipo de juego les permite expresarse jugando, también es una fuente de información para el maestro observar las actitudes que los niños desarrollan en situaciones reales; (2) Regulación emocional: la familia es la fuente reguladora de las emociones a estas edades. Aprender a regular las emociones favorece las relaciones sociales; (3) Relaciones sociales: a medida que se amplía el mundo social, se amplían las situaciones emocionales. Se pasa del egocentrismo a los juegos con los demás, a compartir, a dejar juguetes, por tanto, se debe desarrollar la empatía. Hay que trabajar la conciencia emocional para detectar las emociones en los demás del mismo modo que las propias.

El desarrollo de las habilidades lingüísticas-comunicativas y la conciencia de los propios estados emocionales contribuyen al reconocimiento de las emociones de los demás, al desarrollo de la empatía y al desarrollo de la competencia social en las relaciones con sus iguales. (López, 2010, p.29)

### 3.2. Inteligencia Emocional

Gardner (1983) propuso la teoría de las Inteligencias Múltiples, puso en cuestión el concepto del CI (cociente intelectual) y definió la inteligencia como una capacidad múltiple. Hizo una distinción de siete tipos de inteligencias: musical, lógico-matemática, cinético-corporal, espacial, lingüística, interpersonal e intrapersonal. La Inteligencia Emocional está formada por estas dos últimas inteligencias, que, a su vez, están compuestas por una serie de competencias:

- Inteligencia personal:
  - o Conciencia de uno mismo: capacidad de reconocer y entender en uno mismo sus virtudes y limitaciones, estados de ánimo, impulsos, y el efecto que tienen.
  - o Autorregulación o control de sí mismo: habilidad de controlar nuestras emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo, la responsabilidad de nuestros actos, evitar prejuicios y pensar antes de actuar.
  - o Automotivación: habilidad de búsqueda y consecución de objetivos, enfrentándose a los problemas buscando soluciones.
  
- Inteligencia interpersonal:
  - o Empatía: habilidad de comprender a los demás y responder correctamente a sus reacciones emocionales.
  - o Destreza social: buen manejo de las relaciones con los demás. (citado en Ibarrola, 2003, p.3).

Fernández y Extremera (2005) clasifican los modelos de inteligencia emocional en modelos mixtos y los modelos de habilidad basados en el procesamiento de la información. El modelo mixto concibe la inteligencia emocional como un conjunto de rasgos de personalidad estables, competencias socio-emocionales, aspectos motivacionales y habilidades cognitivas. Dentro de este modelo encontramos autores como Bar-On (2000) con un enfoque al estudio clínico de la inteligencia, o Goleman

(1995) que señala la inteligencia emocional como algo necesario para las competencias laborales. El modelo de habilidad concibe que la inteligencia emocional “es una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones y su aplicación a nuestro pensamiento” (Fernández y Extremera, 2005, p.67). Este modelo es el que se enfoca en educación, a nivel internacional se conoce el trabajo de Mayer y Salovey (1997), mientras que a nivel nacional encontramos autores como Bisquerra (2003) o Fernández-Berrocal (2003). Salovey y Mayer proponen la Teoría de la Inteligencia Emocional (1997), tomando como referencia a Gardner y su teoría de las Inteligencias Múltiples de 1983, para ellos la inteligencia emocional es “la capacidad para percibir, usar, comprender y gestionar las emociones”. Este modelo integra cuatro niveles, percibir las emociones propias y en los demás, utilizar las emociones, comprender las emociones y gestión de las emociones (citado en Romero, 2007, p.112). Para cada nivel, estos autores enumeran una serie de habilidades emocionales que integran el concepto, desde los procesos psicológicos básicos, hasta los más complejos. Este modelo se resume en la tabla 4.

Percepción, evaluación y expresión de emociones:

- Habilidad para:
  - Identificar emociones en nuestros estados físicos y psicológicos.
  - Identificar emociones en otras personas u objetos.
  - Expresar emociones con seguridad y expresar las necesidades relacionadas a esos sentimientos.
  - Discriminar la expresión de emociones honestas y deshonestas, exactas o inexactas.

Facilitación emocional del pensamiento:

- Habilidad para:
  - Redirigir y priorizar nuestro pensamiento basado en los sentimientos asociados a objetos, eventos u otras personas.
  - Generar y revivir emociones con el fin de facilitar juicios o recuerdos.

- Usar los estados emocionales para facilitar la solución de problemas y la creatividad.

Comprensión y análisis de la información emocional; utilización del conocimiento emocional:

- Habilidad para:

- Comprender cómo se relacionan las diferentes emociones.
- Percibir las causas y las consecuencias de los sentimientos.
- Interpretar los sentimientos complejos tales como las emociones contradictorias y las combinaciones de sentimientos múltiples.
- Comprender y predecir las transiciones y evoluciones entre emociones.

Regulación de emociones:

- Habilidad para:

- Estar abierto a los sentimientos, tanto aquellos que son placenteros como a los desagradables.
- Escuchar y reflexionar sobre nuestras emociones.
- Captar, prolongar o distanciarse de un estado emocional determinado.
- Manejar las emociones propias y de los demás.

**Tabla 4: Modelo de habilidad de inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997) (Citado en Extremera y Fernández-Berrocal, 2003, p.101)**

Para lograr una inteligencia emocional, según estos autores, es necesario adquirir las habilidades de identificar y expresar las emociones y sentimientos, así como pedir lo que necesitamos cuando nos ocurren. La habilidad para usar nuestras emociones cuando sea conveniente. Comprenderlas, qué las genera, qué consecuencias tenemos, comprender nuestros sentimientos o cómo sobrellevarlos. O la habilidad de conocer nuestras emociones y regularlas de manera adecuada ante estados o situaciones determinadas. La Inteligencia emocional es, por lo tanto, importante a lo largo de nuestras vidas, debemos educar las emociones en todas las etapas de desarrollo, para

lograr la motivación, lo que mejoraría nuestra autoestima, o desarrollar una mejor empatía, que a su vez mejora las relaciones personales.

Inteligencia emocional, características como la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y, por último, la capacidad de empatizar y confiar en los demás. (Goleman, 1997, p. 65)

### **3.3. Competencia emocional**

Bisquerra define competencia como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (2003, p.22). En la educación primaria actual se persigue desarrollar una serie de competencias, esto incluye que el alumno necesita saber, saber hacer y saber ser. De acuerdo con esta definición, no sólo se deben trabajar los conocimientos mediante la memorización, también hay que trabajar con la persona, que desarrolle su personalidad en armonía, por lo tanto, debemos educar en unas competencias emocionales, además de las académicas. Teniendo en cuenta a otros autores, Bisquerra (2003) realiza la siguiente estructuración de las competencias emocionales (p.23, 24, 25):

- Conciencia emocional: capacidad de ser consciente de las propias emociones, identificarlas y ponerles nombre. Habilidad de utilizar vocabulario emocional. Capacidad para percibir las emociones y los sentimientos de los demás. Capacidad de empatía con las emociones de los demás.
- Regulación emocional: capacidad para manejar las emociones de forma correcta. Tomar conciencia de la interacción entre los estados emocionales, el comportamiento y el razonamiento ante ellos. Capacidad de expresar las emociones de forma correcta. Autocontrol en la impulsividad y tolerancia a la frustración para prevenir emociones o sentimientos negativos. Habilidad de afrontar emociones negativas. Capacidad para experimentar emociones positivas de manera voluntaria.



- Autonomía personal (autogestión) que incluye un conjunto de características: autoestima, automotivación, actitud positiva, responsabilidad, análisis crítico de normas sociales, buscar ayuda y recursos, auto-eficacia emocional.
- Inteligencia interpersonal: la capacidad de mantener buena relación con los demás, esto implica dominar las habilidades sociales básicas, el respeto por los demás, comunicación receptiva y expresiva, compartir emociones, comportamiento pro-social y cooperación, y asertividad.
- Habilidades de vida y bienestar: capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, profesionales, sociales y familiares.

### **3.4. Educación emocional**

La educación emocional según Bisquerra (2000) es “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos, cognitivo y emocional, los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral” (Sánchez, 2010, p. 83). Por tanto, teniendo en cuenta esta definición, podemos educar las emociones, y si lo hacemos desde los primeros años de vida, ayudará tanto en el desarrollo personal del alumno, como en los aprendizajes posteriores. Las emociones están presentes siempre, desde que nacemos, en nuestras vidas, cada vivencia podemos asociarla a una emoción. Una canción puede adentrarnos en la más profunda melancolía o por el contrario provocarnos una gran alegría. Es una tarea conjunta de padres y profesores, ayudar a los pequeños a adquirir una personalidad propia, facilitando estrategias que ayuden a conocer y regular sus emociones, desarrollando así una inteligencia emocional en los alumnos. Debemos tener en cuenta que las emociones también influyen en el proceso de enseñanza y aprendizaje, cuando un alumno está triste no rendirá lo mismo que cuando está contento.

La educación de los sentimientos es garantía de una vida feliz; el dominio de la afectividad procura una serenidad admirable en nuestro vivir, en nuestras relaciones, en los acontecimientos de la vida. La educación de los sentimientos comprende varios aspectos:

autocontrol, optimismo, empatía, conocimiento propio, equilibrio emocional, motivación. (Valero, 2009, p. 58).

Anaya (2009) plantea, que el miedo y el estrés provocan bloqueo mental. Las teorías conductistas explican que la emoción asociada a un estímulo, permite que una acción sea aprendida o no (condicionamiento clásico y operante). Un principio educativo importante sería la motivación, ya que todas las cosas son evaluadas emocionalmente por el cerebro. Por un lado, las valoradas positivamente, tendrás tendencia a conseguir las, por otro lado, las valoradas negativamente, tendrás tendencia a evitarlas. Siguiendo la línea de este autor, debemos dar a los alumnos una buena motivación para el aprendizaje, no sólo con recompensas materiales, sino con recompensas personales y emocionales. Es corriente que los padres o tutores incentiven a sus hijos/as o alumnos/as con una recompensa material, como caramelos o un juguete prometido (motivación extrínseca), sin embargo, deberíamos centrarnos en conseguir que tuvieran una motivación intrínseca o automotivación, es decir, que consigan una recompensa personal, que genere una autovaloración positiva de sí mismo, que le anime a conseguir sus objetivos para una satisfacción personal, y que le anime a conseguir logros y méritos propios. “Las cosas emocionalmente aprendidas duran, mientras que aquellas cosas en las que las emociones no juegan papel alguno se pierden rápidamente en nuestro recuerdo.” (Hué, 2008, p. 84). Prat y del Río (2009) hablan sobre la teoría de Piaget (teoría cognitivista), que dice que el desarrollo cognitivo va más allá de la adquisición de conocimiento y pretende ser una teoría general sobre el desarrollo humano. Considera que conocimiento y afectividad están ligados, la afectividad no puede modificar las estructuras de conocimiento, pero sí que puede predisponer la adquisición del mismo. Estas autoras, hablan por otro lado sobre Wallon (teoría del interaccionismo social), el cual considera que la emoción tiene un papel fundamental en el desarrollo de la persona. La emoción y la afectividad constituyen un sistema de expresión que es anterior al lenguaje. Desde pequeños los niños usan el llanto y la sonrisa para relacionarse con los que les rodean. Romero habla del Enfoque Positivo: “la educación emocional como vía para el cultivo del desarrollo y autorrealización humana y como vía para promover el bienestar psíquico” (2007, p.108). En nuestra vida las emociones están presentes, son importantes a la hora de relacionarnos con los demás, con lo cual es importante trabajarlas en el aula. Como dicen Gallego y Gallego se debe considerar que “las emociones permiten la adaptación del individuo a su entorno social, facilitando la

comunicación de los estados emocionales, regulan la forma en que los otros nos responden, facilita la interacción social y promueven una conducta prosocial” (2004, p.45).

### **3.5. Marco legislativo en educación sobre las emociones**

**Según la LOMCE (Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa)**, los objetivos que podemos encontrar en el artículo 13 para la educación infantil, de los cuales podemos ver que tratan sobre educación emocional, son:

- a) Conocer su propio cuerpo y el de los otros, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.
- b) Observar y explorar su entorno familiar, natural y social.
- c) Desarrollar sus capacidades afectivas.
- d) Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.

En el artículo 14, apartado 3, se nombra que debe facilitarse que los alumnos elaboren una imagen positiva y equilibrada de sí mismos, y que adquieran autonomía personal.

En el **Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil**, encontramos los objetivos nombrados en la LOMCE, así mismo dispone que la enseñanza en dicha etapa educativa debe organizarse mediante áreas. De esta manera, en cada área de conocimiento encontramos diversas menciones con respecto a las emociones, y por tanto a la educación emocional.

En el Área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal, encontramos “Se atenderá, al desarrollo de la afectividad como dimensión esencial de la personalidad infantil, potenciando el reconocimiento, la expresión y el control progresivo de emociones y sentimientos.” En cuanto a los objetivos del área, directamente relacionado con la educación emocional, encontramos el objetivo 3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los

otros. Como contenido específico con respecto a emociones, encontramos en el Bloque 1. El cuerpo y la propia imagen, “Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás. Control progresivo de los propios sentimientos y emociones.” Son importantes también para la educación emocional, las relaciones con los demás, y en el Bloque 3. La actividad y la vida cotidiana, encontramos que deben desarrollar habilidades para la interacción para establecer relaciones de afecto, tanto con adultos como con sus iguales.

(BOE núm.4, jueves 4 de enero de 2007, p. 477)

El Área de Conocimiento del entorno, hace referencia al conocimiento de las personas y las relaciones que forman parte del entorno del niño, generando vínculos y desarrollando actitudes como confianza, empatía y apego. De los objetivos de esta área interesan dos:

2. Relacionarse con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.

3. Conocer distintos grupos sociales cercanos a su experiencia, algunas de sus características, producciones culturales, valores y formas de vida, generando actitudes de confianza, respeto y aprecio.

(BOE núm.4, jueves 4 de enero de 2007, p. 478-479)

Por último, en el Área de Lenguajes: Comunicación y representación, el lenguaje es un instrumento de relación con los demás, y hace posible la representación de la realidad, así pues, se pueden expresar pensamientos, sentimientos, y por tanto hace posible la relación con los demás. “El lenguaje oral es especialmente relevante, es el instrumento por excelencia de aprendizaje, de regulación de la conducta y de manifestación de vivencias, sentimientos, ideas, emociones, etc. La verbalización de lo que están aprendiendo, de lo que piensan y lo que sienten, es un instrumento imprescindible para configurar la identidad personal.” Los objetivos que tenemos en cuenta de esta área, con relación a las emociones son:

1. Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, de representación, aprendizaje y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos, y valorar la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.
2. Expresar emociones, sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.

(BOE núm.4, jueves 4 de enero de 2007, p. 480-481)

**Orden de 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.**

Áreas/Objetivos	Bloques/ Contenidos	Evaluación
<p>1ª. Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.</p> <p>- Objetivo 3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros, para posibilitar unas relaciones fluidas y gratificantes.</p>	<p>Bloque 1. El cuerpo y la propia imagen.</p> <p>- Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás. Control progresivo de los propios sentimientos y emociones.</p> <p>- Valoración y actitud positiva ante las manifestaciones de afecto de los otros, respondiendo de forma ajustada.</p> <p>Bloque 3. La actividad y la vida cotidiana.</p> <p>- Habilidades para la interacción y colaboración y actitud positiva para establecer relaciones de afecto con las personas adultas y sus iguales.</p>	<p>2. Participar en juegos, mostrando destrezas motoras y habilidades manipulativas y regulando la expresión de sentimientos y emociones.</p>
<p>2ª. Conocimiento del entorno.</p> <p>- Objetivo 4. Conocer distintos grupos sociales cercanos, generando actitudes de confianza y aprecio.</p>	<p>Bloque 3. La cultura y la vida en sociedad.</p> <p>- Valoración de las relaciones afectivas que se establecen en los grupos sociales.</p> <p>- Interés y disposición favorable para entablar relaciones respetuosas, afectivas y recíprocas con niños y niñas de otras culturas.</p>	
<p>3ª. Los lenguajes: comunicación y representación.</p> <p>- Objetivo 1. Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, de expresión de ideas y sentimientos.</p> <p>- Objetivo 2. Expresar emociones, sentimientos, deseos, vivencias e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación</p>	<p>Bloque 1. Lenguaje verbal.</p> <p>a) Escuchar, hablar, conversar.</p> <p>- Utilización progresiva de la lengua oral para expresar y comunicar ideas y sentimientos y para regular la propia conducta y la de los demás.</p> <p>- Interés por compartir interpretaciones, sensaciones y emociones.</p> <p>c) Acercamiento a la literatura.</p> <p>- Interés por compartir interpretaciones, sensaciones y emociones provocadas por las producciones literarias.</p> <p>Bloque 3. Lenguaje artístico.</p> <p>- Expresión y comunicación de hechos, sentimientos y emociones, vivencias o fantasías, a través del dibujo.</p> <p>Bloque 4. Lenguaje corporal.</p> <p>- Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos como recursos corporales para la expresión y la comunicación de sentimientos, emociones, historias...</p>	

**Tabla 5. Resumen de objetivos, contenidos y evaluación del currículum aragonés de educación de segundo ciclo de infantil (BOA núm.43, 14 de abril de 2008, p. 4959-4971)**

## **4. METODOLOGÍA**

### **4.1. Búsqueda de información en bases de datos**

Se revisaron los artículos originales en inglés y español publicados en las bases de datos electrónicas Web of Science, Dialnet y Google Académico sobre programas de inteligencia y educación emocional (véase tabla 7 en Anexos).

La búsqueda en cada base de datos fue doble, por un lado, la relacionada con los constructos de educación e inteligencia emocional y, por otro, la referida a los programas de educación emocional. Las palabras clave comunes en todas ellas (en español y en inglés) fueron: “educación emocional – emotional education”, “inteligencia emocional – emotional intelligence” y “programas de educación emocional – emotional education programs”. Añadimos la utilización del conector booleano AND para concretar cada una de las dos búsquedas específicas realizadas mediante aquellos términos similares en cada caso. Se adoptaron los siguientes criterios de inclusión:

1. Intervenciones en educación emocional infantil realizadas en España.
2. Promovidas desde el ámbito educativo.
3. Publicadas en inglés o español en los últimos 15 años. Concretamente entre enero de 2003 y diciembre de 2018.

Se realizaron búsquedas de los artículos en las bases de datos, se analizaron los títulos y los resúmenes. Los estudios potencialmente relevantes fueron seleccionados para su recuperación con el fin de evaluar su idoneidad atendiendo a los criterios citados anteriormente. Se identificaron un total de 419 artículos entre todas las bases de datos, una vez descartados los duplicados y los artículos procedentes de otras áreas, 375 fueron excluidos tras la lectura del título y resumen, también por la imposibilidad de encontrar el texto completo de algunos de ellos. De los 44 artículos resultantes se realizó la lectura del texto completo, para acabar filtrando finalmente los artículos que formarían parte de este trabajo, a raíz de los criterios de inclusión establecidos. Al final del proceso, 32 artículos fueron incluidos en la revisión sistemática.

## **5. RESULTADOS**

### **5.1. Revisión de Programas**

Un programa es el plan de acción o actuación, sistemática y organizada, al servicio de metas educativas que se consideran valiosas. ... Las características esenciales de la intervención por programas de educación emocional deberían incluir, como mínimo, objetivos, contenidos, actividades y evaluación. (López, 2010, p. 13)

A continuación, se presenta la revisión de tres programas educativos sobre la educación emocional. Uno desarrollado en el País Vasco, buscando una mejora en el desarrollo de las personas desde la infancia. Otro está elaborado por el GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica, coordinado por Rafael Bisquerra). Y el tercero es un programa de intervención elaborado por Giménez, Fernández y Daniel (2016). De estos tres programas, centrados en la Educación infantil, se van a tratar tanto los objetivos y contenidos que se plantean, como la metodología utilizada para conseguirlos, y por último una visión general y resumida sobre las actividades que plantean todos estos autores, para trabajar con educación emocional en la escuela. La explicación más exhaustiva de las actividades de cada programa puede verse en la tabla 6 en Anexos.

#### **5.1.1. Educación Emocional, Educación Infantil 2º Ciclo (3, 4, 5 años) (Agirrezabala Gorostidi y Etxebarria Lizarralde, 2008)**

Este programa surge de un proyecto de educar desde los tres a los veinte años para el desarrollo de la Inteligencia Emocional, para que los jóvenes al acabar la formación académica, hayan adquirido competencias emocionales que les permitan:

- Aumentar su nivel de bienestar personal.
- Convertirse en personas responsables, comprometidas y cooperadoras.
- Mejorar su calidad de vida.
- Aumentar sus logros profesionales.

Quieren apoyar la función educativa que desempeña el sistema educativo formal como pilar del aprendizaje a lo largo de toda la vida. Promoviendo la formación de la dirección y el profesorado, a través de acciones de sensibilización, acciones piloto, dando como resultado un Plan de Centro que facilite la integración de la educación emocional en el aula.

### ***Objetivos***

Este programa presenta unos objetivos de educación emocional planteados por Bisquerra (2000), que son los siguientes:

- Promover el desarrollo integral del alumno y alumna.
- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones del resto.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar las emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de auto-motivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Desarrollar las habilidades de vida para el bienestar personal y social.

Estos objetivos se centran en la adquisición del conocimiento y las habilidades necesarias para desarrollar una buena inteligencia emocional. Después plantea los objetivos que se quieren conseguir con el programa planteado.

- Desarrollar la capacidad para prevenir y controlar el estrés, la ansiedad y los estados depresivos.
- Tomar conciencia de los factores que inducen al bienestar subjetivo.



- Desarrollar el sentido del humor.
- Desarrollar la capacidad para diferir recompensas inmediatas en favor de otras recompensas mayores pero que se obtienen más a largo plazo.
- Desarrollar la resistencia a la frustración.

### ***Contenidos***

En base a esos objetivos, los contenidos a trabajar en este programa son:

- Inteligencia emocional.
- Conocimiento de las propias emociones y las del resto.
- Autoestima.
- Automotivación.
- Empatía.
- Resolución de conflictos.
- Habilidades de vida.
- Habilidades sociales.
- Comprensión y regulación de las emociones.

Como podemos comprobar son objetivos y contenidos, que, con actividades y metodología adaptada a la edad, suponen un gran avance en el control de las emociones propias, y a la vez se consigue el desarrollo de la capacidad de entender las de los demás, teniendo así unas buenas relaciones interpersonales.

### ***Metodología***

La metodología en este programa está basada en un enfoque constructivista, globalizado y activo, para lograr un aprendizaje emocional significativo y funcional. Las actividades están pensadas para realizarlas en grupo, aunque también tienen

actividades individuales. Son distribuidas según las competencias emocionales. La figura del educador es clave, es un adulto constante que favorece la ejecución del programa. Los materiales utilizados son cuentos, imágenes, que los alumnos puedan encontrar en su entorno más próximo, para que se dé el aprendizaje significativo con sus conocimientos previos.

### ***Actividades***

Este programa está dividido en cinco bloques, con cinco sesiones cada uno, algunas de las cuales tiene una o varias actividades.

El primer bloque trabaja la conciencia emocional, las actividades de este bloque están centradas en que los alumnos conozcan y reconozcan las emociones, poniéndoles nombre y después viéndolas en sí mismos y en los demás. Dos de las actividades tratan la autovaloración, importante para la conciencia emocional y el concepto de uno mismo. Algunos objetivos de este bloque son:

- Poner nombre a las emociones.
- Identificar las emociones del resto.
- Autoconocerse y aceptarse.
- Conocer a las demás personas y aceptarlas.
- Expresar las emociones de forma adecuada.

El segundo bloque las actividades son sobre la regulación emocional. Las actividades se centran en que los alumnos empiecen a regular sus emociones en situaciones cotidianas. Algunos de los objetivos que se pretenden conseguir en estas actividades son:

- Analizar la diferencia entre querer y necesitar.
- Guiar las emociones de una manera constructiva.
- Diferenciar emociones positivas y negativas.

- Entrenar la capacidad de espera para conseguir algo.
- Dominar las técnicas de relajación.

El tercer bloque las actividades ayudan en la autonomía emocional de los niños. Algunos objetivos que podemos encontrar son:

- Darse cuenta de las cosas positivas que nos pasan en el día a día.
- Tener confianza para superar las dificultades.
- Aceptarse y amarse.
- Conocer sus propias capacidades y limitaciones.
- Aprender a decir “No” y darse cuenta del aspecto positivo de decirlo.
- Saber superar las frustraciones del día a día.

El cuarto bloque sirve para trabajar las habilidades socio-emocionales. Algunos de los objetivos de estas actividades son:

- Conocer y respetar los puntos de vista del resto.
- Desarrollar la capacidad de interpretar las señales de las emociones de los demás.
- Desarrollar la capacidad de trabajar en equipo y de ayudarse.
- Aprender a hablar y escuchar.
- Expresar lo que sentimos sin miedo.
- Aprender a respetar las normas para vivir mejor en sociedad.

Por último el quinto bloque contiene actividades para las habilidades de vida y bienestar. Algunos de los objetivos de este bloque son:

- Crear confianza en uno/a mismo/a y en nuestras capacidades.

- Crear objetivos personales.
- Crear objetivos grupales.
- Enriquecer las relaciones sociales.

### **5.1.2. Educación Emocional, Programa para 3-6 años (Coord. López Cassà, 2010)**

Para las personas que han colaborado para la creación de este programa, es importante que se eduque a los niños y niñas en todos los aspectos, entre ellos los emocionales. Este programa tiene como objetivo el desarrollo integral de los pequeños. Plantean varios motivos para llevar a cabo un programa de educación emocional:

- Las competencias socio-emocionales son un aspecto básico del desarrollo humano y de la preparación para la vida, e incumben a la práctica educativa.
- Hay un creciente interés por parte de los educadores sobre temas de educación emocional.
- Los medios de comunicación transmiten contenidos con elevada carga emocional, que el receptor debe aprender a procesar.
- La necesidad de aprender a regular las emociones negativas para prevenir comportamientos de riesgo.
- La necesidad de preparar a los niños en estrategias de afrontamiento.

Presenta cinco bloques con seis actividades cada uno, se pueden trabajar en los tres cursos del segundo ciclo de infantil, ofrece orientaciones metodológicas y aconsejan qué actividades se pueden realizar a cada edad.

#### ***Objetivos***

- Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas.
- Favorecer la capacidad de comprender y regular las propias emociones.

- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias básicas para el equilibrio personal y la potenciación de la autoestima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Favorecer la cantidad y calidad de las interacciones del grupo para la mejora del clima relacional de clase y la cohesión grupal.
- Desarrollar una mayor competencia emocional en las relaciones sociales.
- Desarrollar la habilidad de la comprensión empática en las relaciones interpersonales.
- Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Desarrollar el control de la impulsividad.

### ***Contenidos***

Los contenidos de este programa están divididos en cinco bloques:

Conciencia emocional:

- Vocabulario emocional.
- Identificación de las propias emociones y sentimientos.
- El lenguaje verbal y no verbal como medio de expresión emocional.
- Reconocimiento de sentimientos y emociones de los demás.
- Toma de conciencia del propio estado emocional.

Regulación emocional:

- Estrategias de autorregulación emocional
- Regulación de sentimientos e impulsos.

- Tolerancia a la frustración.

Autoestima:

- Conocimiento de uno mismo.
- Manifestación de sentimientos positivos hacia sí mismo y confianza en las propias posibilidades.
- Valoración positiva de las propias capacidades y limitaciones.

Habilidades socio-emocionales:

- Expresividad, comunicación, cooperación y colaboración social.
- Empatía.
- Relaciones positivas con los demás.
- Estrategias para la resolución de conflictos.

Habilidades de vida:

- Habilidades de organización.
- Desarrollo personal y social.
- Habilidades en la vida familiar, escolar y social.
- Actitud positiva ante la vida.
- Percepción positiva y disfrute del bienestar.

### ***Metodología***

La metodología utilizada en este programa se basa en el constructivismo, y por tanto aconsejan la utilización de un enfoque globalizado y activo, con la participación activa del alumno se desea que los niños construyan aprendizajes emocionales significativos y funcionales. Se tiene en cuenta la atención a la diversidad, planteando que se adapten las actividades a las necesidades y características de cada alumno. Otro principio es la

individualización, la relación debe ser personal con cada alumno, imprescindible para el proceso de enseñanza-aprendizaje a estas edades. Así pues, es necesario crear experiencias emocionales a partir de los conocimientos previos, necesidades e intereses de los niños, y que éstas a su vez puedan ser generalizables a otros contextos. El papel del educador debe ser el de mediador del aprendizaje, proporcionando modelos de actuación que los niños puedan imitar e interiorizar. El educador debe crear un ambiente de seguridad y afecto, para que exista una buena comunicación y se sientan valorados. “La seguridad emocional es un elemento básico para que el niño se atreva a descubrir su entorno” (López, 2010, p.17). Con esta actuación pedagógica se pretende potenciar la adquisición de una serie de competencias: expresar emociones y sentimientos; establecer relaciones entre emociones, actos y sus consecuencias; buscar alternativas ante los problemas; escuchar y respetar las opiniones de los demás, entre otras. Propone utilizar estrategias emocionales y vivenciales, tales como cuentos, títeres e incluso algunas dramatizaciones. Se pueden utilizar recursos de la vida cotidiana que ofrecen la posibilidad de experimentar emociones. Recomiendan tener una mascota en el aula como vínculo afectivo y emocional de los niños, de esta manera puede ser partícipe de las experiencias emocionales experimentadas con las actividades. Se debe contar con un gran soporte verbal y visual en todas las actividades.

### ***Actividades***

El programa está formado por cinco bloques temáticos con seis actividades cada uno, con material complementario. En algunas de las actividades aparecen dos personajes (Clara y Pablo) cuya función es la de transmitir valores y emociones que puedan compartir con los niños, éstos se ven identificados con sus iguales y serán un referente social. Son actividades colectivas, algunas veces el protagonismo puede recaer en algún niño. También hay actividades individuales, tales como alguna ficha para plasmar lo visto en grupo.

El primer bloque trata de conseguir que los alumnos identifiquen, reconozcan y expresen las emociones que sienten, y a su vez que comprendan que los demás también las sienten y expresan. Pretende trabajar vocabulario emocional, así como las diferentes formas de expresión: lenguaje verbal y no verbal. Algunos de los objetivos de las actividades son:

- Nombrar y reconocer algunas emociones en diferentes dibujos o fotografías.
- Imitar y reproducir diferentes emociones a través de la expresión corporal y facial.
- Identificar diferentes estados emocionales.
- Expresar gráficamente los distintos estados de ánimo.
- Asociar las diferentes emociones a situaciones vividas.
- Reconocer los sentimientos propios y de los demás.
- Identificar el propio estado emocional en diferentes momentos del día.

En el segundo bloque, después de haber trabajado la identificación y expresión de las emociones, se pretende conseguir la regulación de las mismas. Debido a que tenemos tanto buenas como malas emociones, debemos adquirir estrategias, sobre todo ante las malas, ya que si no se regulan bien, pueden desencadenar en problemas mayores, como violencia o depresión. El primer paso es expresar cómo nos sentimos a los demás y tratar de buscar formas que nos ayuden a sentirnos mejor, reír, cantar, relajarse, etc. Para adquirir estas estrategias hay que practicarlas a menudo, y el papel del educador como modelo es muy importante. Algunos de los objetivos que se plantean en estas actividades son:

- Experimentar la relajación para tranquilizar nuestro cuerpo y mente.
- Expresar las propias emociones vividas.
- Imitar y reproducir una canción que nos ofrece posibles soluciones para sentirnos mejor.
- Identificar situaciones que nos puedan entristecer.
- Descubrir formas de canalizar las emociones desagradables.

El tercer bloque pretende trabajar el conocimiento de uno mismo, tanto las capacidades como las limitaciones. La autoestima es la aceptación y estima de uno



mismo, y esto se construye gracias a nuestro autoconcepto y nuestro entorno. Para ello contamos con la ayuda de la familia, el educador y los iguales. Las actividades tienen unos objetivos, algunos de los cuales son:

- Expresar cualidades básicas de uno mismo.
- Valorar nuestras propias cualidades personales.
- Valorar las cualidades de los demás.
- Valorar las propias virtudes y considerar aspectos a modificar.
- Identificar cómo se sienten los protagonistas de la historia.

El cuarto bloque trata las habilidades socio-emocionales, que son un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales, se consiguen con el desarrollo de habilidades tales como la comunicación, el respeto, la cooperación y la colaboración. Para favorecer el buen clima social es necesario también el desarrollo de la empatía, la asertividad, la resolución de conflictos y el bienestar social. Todo ello es necesario ya que en nuestra vida estamos rodeados de gente, la familia, la escuela, los amigos y más tarde en el trabajo, y estas relaciones provocan emociones agradables y desagradables. Las actividades de este bloque pretenden trabajar algunos aspectos necesarios a estas edades, saber esperar, compartir o cumplir normas. Se utilizará soporte visual y dramatización de situaciones próximas a ellos. Algunos objetivos de estas actividades son:

- Reconocer cómo se sienten los personajes ante el conflicto generado.
- Manifestar una actitud positiva para la resolución de problemas cotidianos.
- Desarrollar habilidades de relación, expresividad, sensibilidad y convivencia con los demás.
- Expresar posibles soluciones que favorezcan un buen clima de relación, cooperación y ayuda a los demás.

En el quinto bloque se va a trabajar con habilidades de vida. Los niños se mueven por diferentes espacios, y en cada uno de ellos se experimentan emociones. Este bloque pretende trabajar el conocimiento de nuestro entorno y el grado de satisfacción que nos ofrece. Algunos de sus objetivos son:

- Identificar diferentes situaciones agradables y desagradables de la vida cotidiana.
- Identificar y expresar diferentes soluciones para situaciones adversas.
- Manifestar una actitud positiva hacia los cambios que buscan mejoras.
- Valorar las relaciones entre los compañeros.

### **5.1.3. Pensando las emociones. Programa de intervención para Educación Infantil (Giménez-Dasí, Fernández Sánchez y Daniel, 2016)**

Este programa surge de una reflexión sobre la importancia de conocer las emociones y el desarrollo de buenos hábitos de relación desde edades tempranas. Estos aspectos están descuidados en la escuela, y tienen repercusiones importantes en el desarrollo, ajuste y bienestar psicológico a lo largo de la vida. La idea de diseñar este programa surge a raíz de un vacío que existe en nuestro país, dado que la mayoría del material es para trabajar con adolescentes o adultos. Este programa responde a la necesidad de fomentar las habilidades emocionales en las primeras etapas de la vida, y la ausencia de instrucción formal en estos ámbitos en cualquier etapa del desarrollo. Este programa desglosa la intervención por edades, la primera parte de dos y tres años, y la segunda de cuatro y cinco años. Plantean la posibilidad de que el maestro ordene como vea conveniente las actividades y su utilización, aun así ofrecen una temporalización de las mismas.

#### ***Objetivos***

Para la primera parte del programa, dos y tres años, los objetivos que se plantean son:

- Tomar conciencia de la existencia de las emociones básicas.
- Aprender a identificarlas a través del gesto.

- Expresar las emociones de forma adecuada.
- Entender que están causadas por las situaciones que vivimos.
- Tomar conciencia que es necesario aprender a regular los estados de ánimo para mantener relaciones interpersonales positivas.
- Intentar controlar sus reacciones emocionales.

En la segunda parte del programa, cuatro y cinco años, se plantean los siguientes objetivos:

- Fomentar el conocimiento sobre las emociones básicas: alegría, tristeza, enfado y miedo.
- Fomentar el conocimiento sobre dos emociones complejas: orgullo y envidia.
- Fomentar el conocimiento sobre dos cuestiones emocionales importantes: la ambivalencia emocional y la capacidad de fingir emociones.
- Promover la empatía.
- Promover las competencias sociales.
- Reflexionar sobre la amistad.

### ***Contenidos***

Los contenidos que se proponen a raíz de los objetivos son los siguientes:

- Conciencia y regulación de las emociones.
- Emociones básicas: alegría, tristeza, enfado y miedo.
- Emociones complejas: orgullo y envidia.
- Adopción de puntos de vista diferentes.
- La escucha y el diálogo.

- Estrategias de interacción social adaptadas.
- Empatía.

### ***Metodología***

En la primera parte del programa, la metodología se basa prácticamente en actividades lúdicas, como juegos, la experimentación, marionetas y los cuentos. Este material se encuentra en los anexos del programa.

El papel del educador será el de guía de las actividades, y el de proporcionar las claves para mejorar el conocimiento de los alumnos.

En la segunda parte del programa se utilizará mucho la reflexión, el diálogo y la escucha. Se combina el uso de la Filosofía para Niños (FpN) y otras actividades más concretas. La FpN pretende promover la reflexión y que desarrollen un pensamiento crítico, teniendo como base el diálogo entre los compañeros. Se utilizan cuentos o historias que plantean cuestiones filosóficas adaptadas a los niños. Se leen estos cuentos y deciden sobre lo que van a hablar, entonces se implican en un diálogo. Los objetivos de esta metodología son:

- Mejorar las habilidades de pensamiento.
- Desarrollar el pensamiento creativo.
- Promover el crecimiento personal e interpersonal.
- Desarrollar la comprensión de la dimensión ética.
- Ayudar a comprender el mundo a través de la experiencia.

Los ejes del programa están compuestos por dos elementos:

- Los componentes de la educación emocional, son aspectos básicos sobre las emociones, identificar algún estado emocional, saber expresarlo adecuadamente, entender que las situaciones que vivimos son la causa de las

emociones o saber nombrar las emociones, ponerles nombre. Este eje se trabajará en la primera parte del programa.

- Las emociones básicas, la alegría, la tristeza, el enfado y el miedo. Que se trabajarán de forma específica en la segunda parte del programa.

### ***Actividades***

Al comienzo del programa se plantean una serie de actividades transversales, se deben mantener durante todo el curso. Sirven para crear un entorno emocional, donde las emociones de todos son tenidas en cuenta, se habla de ellas y son importantes. Además son de utilidad para que los niños vayan adquiriendo una conciencia emocional que luego dará lugar a un mayor desarrollo, gracias a las actividades propias del programa.

Una de ellas es un mural o termómetro de las emociones, estará siempre en el aula, y a lo largo del día los niños pueden ir a poner su foto en el estado de ánimo en el que se encuentran. El profesor puede animar a contar, de vez en cuando, el porqué. También puede dar ejemplo haciéndolo de vez en cuando con sus propios estados emocionales.

Nos hablan también de los cuentos, son una estrategia educativa muy utilizada en infantil. Los niños pueden reconocer y comprender los estados emocionales de los personajes. Nos sugieren una lista de cuentos en el mercado.

“Me gusta y no me gusta” es una actividad que fomenta la toma de conciencia de la causalidad de las emociones. Se realiza una pequeña reflexión antes de comenzar alguna de las actividades que toquen ese día, preguntando a los niños lo que les gusta o no de ella. De esa manera les hace reflexionar sobre lo que les hace sentir bien y lo que no, atribuyendo causas a sus emociones positivas o negativas.

Las actividades del programa están divididas en dos partes, una de dos y tres años, y otra de cuatro y cinco años. Voy a hablar de las de tres, cuatro y cinco años. Cada edad tiene una serie de bloques de actividades, y cada bloque termina con una actividad para hacer en casa con los padres, de esta manera se implican todos los agentes del entorno

del niño, en la construcción de la educación emocional y social. Estas actividades serán una forma de afianzar los contenidos ya trabajados en clase.

Pensando las emociones con tres años: los inicios de la reflexión emocional. Se trabajarán los cuatro componentes de la comprensión emocional, primero la identificación y la expresión de cada una de las emociones, y a continuación, la causalidad y la regulación. Este programa se divide en seis bloques de actividades.

El primero busca que los niños sean capaces de identificar las emociones en sí mismos y en los demás, así como ponerles nombre. En el segundo, cuando los niños son capaces de identificar las emociones se pasa a la correcta expresión de las mismas. El tercero trabaja la causalidad, que es la capacidad de los niños para comprender que una situación determinada nos hace sentir una emoción concreta. Esta comprensión hace que le atribuyan una causa a la emoción. Así van conociendo cuando se sienten bien y cuándo se sienten mal, entonces se empezará con las estrategias de regulación de las emociones básicas. En el cuarto bloque se pretende revisar lo que se ha trabajado anteriormente, a través de historias, los niños identificarán estados emocionales, la causa de los mismos y pensarán estrategias de regulación. Se persigue que los niños se vayan introduciendo en una metodología más reflexiva que se utilizará en los cursos posteriores. En el quinto bloque se comienza con la empatía, se plantean dos actividades para que ayude a los niños a la consideración de otros puntos de vista. El sexto bloque supone una introducción a lo que se trabajará en cursos posteriores. Las dos actividades pretenden practicar habilidades de comunicación, como hablar preguntar, ofrecer o compartir, para que puedan entrar en grupos nuevos. Mediante la simulación y las marionetas se plantearán situaciones que pongan en marcha estas habilidades de comunicación.

Pensando las emociones con cuatro años: los inicios del diálogo entre iguales. El objetivo principal es que comiencen a dar un sentido propio al conocimiento emocional básico que ya tienen. A través de los diálogos y la reflexión con los compañeros se pretende que empiecen a preguntarse qué son las emociones, para qué sirven o cómo se deben expresar. Las actividades ya no se basan en los componentes sino en las emociones mismas. Este programa se divide en nueve bloques de actividades, que se van trabajar mediante cuentos, investigaciones y puestas en común.

El primer bloque tratará las emociones buenas y malas, “sentirse bien” y “sentirse mal”. En el segundo bloque se trabajará la tristeza. El tercero se centra en la emoción de enfado o ira. El cuarto bloque puede ser útil para que los niños conozcan sus miedos y puedan comenzar a reflexionar sobre estrategias que le permitan afrontarlos. El quinto bloque se centra en el orgullo. El sexto bloque pretende que los niños trabajen con las emociones reales y fingidas para ser capaz de diferenciarlas. El séptimo bloque de actividades trabaja la empatía. El octavo cuenta con actividades para trabajar en la competencia social de los alumnos. Y el noveno y último se centra en la amistad.

Pensando las emociones con cinco años: los primeros intercambios filosóficos. Este programa pretende fomentar la responsabilidad que cada niño tiene en el estado emocional de los demás. También pretende fomentar la capacidad de los niños para manejar estrategias de regulación emocional y de competencia social. Está formado por nueve bloques de actividades, que se van trabajar mediante cuentos, investigaciones y puestas en común.

El primer bloque tratará sobre la alegría. En el segundo bloque se trabajará la tristeza. El tercero se centra en la emoción de enfado o ira. El cuarto bloque puede ser útil para que los niños conozcan sus miedos y puedan reflexionar sobre estrategias que le permitan afrontarlos. El quinto bloque se centra en la envidia. El sexto bloque pretende que los niños conozcan las emociones mixtas para ser capaces de entender que podemos sentir dos emociones distintas a la vez. El séptimo bloque de actividades trabaja la empatía. El octavo cuenta con actividades para trabajar en la competencia social de los alumnos. Y el noveno y último se centra en la amistad.

## **5.2. Estudios de investigación**

Blair, McKinnon y Daneri (2018) realizaron un programa en competencias socioemocionales en 712 niños. Los resultados mostraron que habían reducido los problemas de conducta y agresión informados por el docente y una mejor autorregulación, competencia socioemocional y relaciones positivas entre maestro y niño en relación con los niños en las aulas en escuelas asignadas al azar a la condición de control. No se detectaron diferencias en la competencia académica informada por el docente.

Taylor, Oberle, Durlak y Weissberg (2017) llevaron a cabo un meta análisis revisando 82 intervenciones de aprendizaje socioemocional, Socio Emotional Learning (SEL) universales en escuelas con 97.406 estudiantes, desde jardín de infantes hasta escuela secundaria (edad  $M = 11.09$  años, porcentaje medio de bajo nivel socioeconómico = 41.1, porcentaje de estudiantes de color = 45.9). Treinta y ocho intervenciones tuvieron lugar fuera de los Estados Unidos. Los resultados recogidos de 6 meses a 18 años después de la intervención, mostraron la mejora de SEL en el desarrollo positivo de los jóvenes. A los participantes les fue mucho mejor en los controles de habilidades socioemocionales, actitudes e indicadores de bienestar. Los beneficios fueron similares independientemente de la raza de los estudiantes, su origen socioeconómico o la ubicación de la escuela. El desarrollo de habilidades socioemocionales posteriores a la intervención fue el mejor predictor de bienestar en el seguimiento. Los resultados poco evaluados pero notables (por ejemplo, graduación y comportamientos sexuales seguros) ilustran la mejora de los aspectos críticos de las trayectorias de desarrollo de los alumnos.

Fernandez-Berrocal, Cabello y Gutierrez-Cobo (2017) realizaron un estudio centrado principalmente en la relevancia de las habilidades emocionales en la infancia y la adolescencia, en el efecto que tienen las emociones en la evaluación docente de los alumnos, en los instrumentos destinados a evaluar la Inteligencia Emocional (IE) en estas etapas y, finalmente, en los programas de formación validados para mejorar las habilidades emocionales. Estos hallazgos respaldan la importancia de la capacitación en competencias emocionales y sociales de estudiantes y docentes para obtener beneficios en contextos personales y grupales.

Escolar Llamazares, de la Torre Cruz, Huelmo García y Cámara (2017) realizaron un estudio cuyo objetivo fue analizar la formación ofrecida por los CFIE de Burgos y Miranda de Ebro a los docentes de Infancia Temprana sobre educación emocional mediante un estudio descriptivo de corte transversal. Los resultados indicaron que el 69.9% de los cursos tomados incluyen en el título un término relacionado con educación emocional o inteligencia emocional. Los cursos se han triplicado en los últimos años, y las escuelas públicas son principalmente lo que los llevó a cabo. Los principales beneficiarios son los docentes de la Primera Infancia y la educación primaria. En



conclusión, la educación emocional en el desempeño de los docentes de Primera Infancia es un aspecto clave para que puedan implementar metodologías activas que faciliten el desarrollo integral de los estudiantes, por lo que a pesar del continuo programa educativo relacionado con estos aspectos está aumentando en los últimos años, requeriría que los responsables de los CFIE establezcan un plan de acción para desarrollar en todas las áreas de la provincia de Burgos.

Cejudo (2017) realizó un estudio que tuvo como objetivo diseñar, desarrollar y evaluar el impacto de un programa para mejorar la inteligencia emocional (PIEI) del ajuste psicosocial y el rendimiento académico de los estudiantes de sexto año de educación primaria. Se utiliza un diseño cuasi-experimental, pretest-postest de medidas repetidas con un grupo de control. El estudio incluye 123 estudiantes participantes, de los cuales 55 estudiantes (44.72%) fueron asignados al grupo de control y 68 (55.28%) al grupo experimental. El PIEI se basa en el modelo de inteligencia emocional, que consta de ocho sesiones de 50 minutos. Los resultados confirman que el PIEI estimula una mejora significativa en el ajuste psicosocial y el rendimiento académico general en los grupos experimentales. Estos resultados sugieren que los programas de EI pueden ser efectivos para promover el ajuste psicosocial y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de primaria. Se discuten las implicaciones de estos hallazgos y se hacen recomendaciones para futuras investigaciones.

Cassidy, King, Wang, Lower y Kintner-Duffy (2017) apoya empíricamente las relaciones entre el bienestar profesional de los docentes, el apoyo emocional en el aula y las expresiones emocionales y los comportamientos de los niños pequeños. Se discuten las implicaciones de las políticas de la niñez temprana con respecto al bienestar profesional de los maestros y los ambientes emocionales de las aulas de niños pequeños.

Jeon, Hur y Buettner (2016) este estudio pone de manifiesto que los maestros en entornos de cuidado infantil temprano son contribuidores clave para el desarrollo de los niños. Sin embargo, el papel de las habilidades emocionales de los docentes (es decir, la regulación de las emociones y las habilidades de afrontamiento) y el papel del caos ambiental percibido por los docentes en relación con su capacidad de respuesta a los niños no se han estudiado. El presente estudio exploró las asociaciones directas e indirectas entre las percepciones de los docentes sobre el caos de cuidado infantil y sus

reacciones contingentes autoinformadas hacia las emociones negativas de los niños y las interacciones sociales desafiantes a través de la regulación emocional y las estrategias de afrontamiento de los docentes. Así, este estudio analizó en 1129 maestros de aula en edad preescolar en guarderías y programas públicos de prekínder en los EE. UU. En primer lugar, mostraron que el caos en el cuidado de los niños estaba directamente relacionado con las reacciones de no apoyo de los docentes después de controlar el programa múltiple, y las características del docente. Además, los maestros en entornos de cuidado de niños más caóticos tenían menos revalorización y habilidades de afrontamiento, lo que a su vez se asociaba con niveles más bajos de receptividad positiva hacia los niños. Los maestros que informaron de un mayor grado de caos utilizaron más estrategias de supresión, que a su vez, se asociaron con las reacciones de no apoyo de los docentes y con menos reacciones de estímulo expresivo a las emociones de los niños. Los resultados de este estudio exploratorio sugieren que es importante preparar a los maestros para manejar entornos caóticos con pautas y reglas claras. Con el fin de alentar las respuestas de apoyo de los maestros a los niños, se necesitan programas de intervención para abordar las estrategias de afrontamiento y regulación de las emociones de los maestros en la educación de la primera infancia.

Kluczniok, Anders, Sechtig, et. al. (2016) realizaron un estudio sobre el programa preescolar alemán 'KiDZ', analizando el desarrollo socioemocional (bienestar, alegría de aprender y preocupación) de los niños que asisten a un preescolar con un plan de estudios más académico. Este estudio también investiga los efectos de la calidad preescolar específica del dominio y si los efectos de la participación en KiDZ pueden explicarse por la calidad de los centros preescolares.

Pegalajar y López (2015) realizaron una investigación que evalúa el nivel de autorrealización y realización personal de los estudiantes de Educación Infantil de la Universidad Católica de Murcia (n = 183). Los participantes muestran niveles favorables en la autorrealización y la realización personal; se muestran resultados optimistas a los estudiantes y aquellos que han aceptado la vocación de grado, la influencia de una familia involucrada en la enseñanza o para obtener estabilidad laboral. Es compatible con la importancia de desarrollar un programa de "atención plena" en los

maestros de capacitación inicial; la práctica persigue la felicidad, las emociones positivas, la resistencia física y mental y las relaciones más satisfactorias.

Moore, Cooper, Domitrovich, et. al. (2015) Este estudio usó la coincidencia de puntaje de propensión para crear dos grupos de participantes de preescolar para comparar cómo la duración preescolar se asocia con el conocimiento de la emoción de los niños, la competencia social y el ajuste del comportamiento en el jardín de infantes. Los sujetos fueron extraídos de un estudio de evaluación de un programa preescolar público integral, que incluía un plan de estudios socioemocional basado en la evidencia. En comparación con los niños que participaron en un año del programa preescolar, los niños que asistieron durante dos años obtuvieron mayores niveles de competencia social a lo largo del tiempo.

Iizuka, Barret, Guillies, et. al. (2014) realizaron un estudio sobre los beneficios de las intervenciones preventivas en el aula para la salud mental y el vínculo entre el aprendizaje social y emocional y el rendimiento académico. El programa FRIENDS ha sido ampliamente probado y ha mostrado resultados prometedores no solo para prevenir la ansiedad infantil, sino también para mejorar el auto-concepto, las habilidades sociales y las habilidades de afrontamiento de los estudiantes. Sin embargo, cuando se trata de comunidades en desventaja, los resultados son mixtos, y algunos estudios informan la necesidad de incluir mejoras en el contexto en el que se implementa el programa para brindar un mejor apoyo a las comunidades en riesgo. Una intervención combinada con el objetivo de promover las habilidades socioemocionales de los estudiantes se puso a prueba en una escuela ubicada en un área de bajo nivel socioeconómico. Los maestros recibieron capacitación para enseñar habilidades sociales y emocionales para los estudiantes y un programa de resiliencia para ellos mismos. Los resultados socioemocionales de los estudiantes se evaluaron antes y después de 3 y 6 meses tras de la intervención. Los resultados mostraron que la intervención ayudó a los estudiantes a disminuir su ansiedad, y la intervención fue bien aceptada por los participantes.

Riquelme y Montero (2013) sintetizan tres líneas teóricas relacionadas con la educación de la primera infancia: las ideas de Vygotsky sobre el desarrollo, la construcción de la competencia emocional y la tradición de la lectura mediada por adultos. Diseñan e implementan un programa de intervención temprana para fomentar la

competencia emocional de los niños a través de la lectura de la literatura infantil mediada por adultos. Noventa y dos niños (6-8 años) participaron y se dividieron en tres grupos. Implementamos un diseño pre-post cuasi-experimental con dos grupos cuasi-control. Midieron el reconocimiento de emociones faciales, la empatía y la labilidad emocional como variables dependientes. Los resultados indican que el grupo experimental obtuvo la mejor puntuación en todas las dimensiones. Concluyen alentando la competencia emocional de los niños a través de la educación formal.

Fleer y Hammer (2013) teorizan sobre cómo los cuentos de hadas ayudan a los niños a desarrollar colectivamente la regulación de las emociones, donde la unidad de las emociones y la cognición se destacan durante la narración. Sugieren que los cuentos de hadas tengan un lugar valioso dentro de los programas para la primera infancia porque introducen situaciones imaginativas emocionalmente cargadas que creemos que apoyan la regulación de las emociones de los niños en situaciones de cuidado grupal.

Gormley, Phillips, Newmark, et. al. (2011) evalúan los efectos de los programas de educación infantil de Tulsa (Oklahoma) sobre los resultados socioemocionales, examina las calificaciones de los maestros sobre el comportamiento de los niños de las Escalas de ajuste para la intervención preescolar y una medida de atención utilizando regresiones de efectos fijos con coincidencia de puntaje de propensión. La muestra incluye 2,832 estudiantes de jardín de infantes en 2006, de los cuales 1,318 participaron en el programa de prekínder de las Escuelas Públicas de Tulsa (TPS) y 363 participaron en el programa CAP Head Start del Condado de Tulsa el año anterior. La participación en el programa se asoció con una menor timidez y mayor atención para los alumnos de pre-K de TPS y una reducción marginalmente significativa en la timidez de los ex alumnos de Head Start. Concluyen que los programas preescolares de alta calidad pueden mejorar el desarrollo social y emocional.

Pahl y Barrett (2007) examinan la importancia de desarrollar la competencia socioemocional durante los primeros años de vida y discute los enfoques de intervención universal dentro del aula. Se describe en detalle un programa de intervención universal particular: el programa Fun FRIENDS (Barrett, 2007), cuyo objetivo es aumentar la competencia socioemocional. El programa Fun FRIENDS es una extensión del programa FRIENDS for Life basado en evidencia preexistente y

adaptada al desarrollo (Barrett 2004; 2005). Los niños que están socialmente y emocionalmente bien adaptados rinden mejor en la escuela, tienen una mayor confianza, tienen buenas relaciones, asumen y persisten en tareas difíciles y se comunican bien. El entorno escolar es el entorno óptimo para implementar intervenciones centradas en aumentar la competencia socioemocional.

Bisquerra y Hernández (2017) exponen que el desarrollo del bienestar debería ser una de las finalidades de la educación, lo cual repercutiría en el profesorado, alumnado, familias y por extensión a la sociedad en general. Y plantean un programa en lengua castellana de psicología positiva aplicada a la educación, para infantil, primaria y secundaria, el cual centra sus aplicaciones en las fortalezas personales y la atención plena. En el artículo se argumenta sobre la importancia de potenciar el bienestar en la educación, se presentan actividades prácticas y estrategias de intervención, con especial referencia a la formación del profesorado.

Cepa, Heras y Fernández (2017) realizaron una investigación sobre educación emocional en edades tempranas. Su objetivo es comprobar la eficacia del Programa Emo-Acción de educación emocional, valorando su impacto en niños de 4 a 5 años con necesidades específicas de apoyo educativo. Se ha seleccionado un grupo de 22 alumnos/as de Educación Infantil con estas necesidades, de una muestra de 123 alumnos/as matriculados en un colegio ordinario preferente en limitaciones físicas. Se administra antes y después de la intervención educativa la escala RRER para la medición de competencias emocionales. Los resultados muestran que los alumnos que participaron en el programa educativo incrementan de forma significativa sus competencias emocionales, encontrándose una clara mejora en las cinco dimensiones que se evalúan en la escala. El programa favorece el desarrollo de las competencias emocionales, tanto para alumnado que presenta o no dificultades educativas.

Mestre, Pérez, González de la Torre, Núñez y Guil (2017) realizan una propuesta teórica como base para el desarrollo de la IE en la educación obligatoria. Partiendo del modelo cognitivo de habilidades mentales de Cattell-Horn-Carroll, se observa que las capacidades que son fomentadas en la educación obligatoria son las mismas que se observan en el segundo estrato del modelo; además trabajos recientes (véase Mestre, MacCann, Guil y Roberts, 2016) han señalado que dichas capacidades del segundo

estrato están conectadas a las capacidades de la IE. Por consiguiente, toda actividad educativa que optimice la percepción, la comprensión, el control atencional o la planificación cognitiva está incidiendo en el desarrollo de la IE. Para ello, se insta a utilizar de forma transversal la introducción de información “hot” –aquella con significado existencial para un sujeto- en el contenido de las asignaturas (Mayer, Caruso y Salovey, 2016). Las asignaturas de ciencias sociales y naturales favorecen el desarrollo de la percepción consciente y precisa, incluida de las emociones. Por su parte, las ciencias sociales y las humanidades fomentan la comprensión. Finalmente, las diferentes contingencias que se producen en la vida escolar son escenarios idóneos para el entrenamiento de la regulación de las emociones.

Barrantes (2016) realiza un ensayo que pretende demostrar cómo la injusticia social es un efecto colateral de la carencia de un programa explícito de educación emocional en el sistema educativo. El objetivo de la discusión se enfoca en la necesidad de encausar las habilidades emocionales desde edades tempranas y en dar a conocer los cuatro dominios básicos de la capacidad emocional: la autoconciencia, la autogestión, la convivencia social y la gestión de las relaciones. La capacidad emocional es un elemento necesario para la educación actual y la del futuro. Esta habilidad es una pieza fundamental en el rompecabezas que constituye la compleja convivencia humana justa, en donde desde la infancia los individuos puedan ser capaces de gobernar sus emociones mediante estrategias. Por otro lado, se resalta la necesidad capital de adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas y desarrollar la habilidad de automotivarse, a fin de adoptar una actitud positiva ante la vida. Entre las principales conclusiones se pueden citar: Las competencias socio-emocionales son un aspecto básico del desarrollo humano; un programa educativo que busque abordar esta habilidad requiere de más que una lista de valores y actitudes; para que sea una respuesta sistemática se necesitan objetivos, contenidos, actividades de mediación y estrategias de evaluación claramente establecidas.

Palomera y Yépez De Domicis (2016) realizan la propuesta educativa “Educación responsable”, validada y consolidada para promover el desarrollo emocional, social y de

la creatividad en la etapa infanto-juvenil a través del trabajo conjunto de toda la comunidad educativa. Se apoya en recursos tecnológicos y artísticos para implementar las actividades a través del currículo y tutorías. Para ello, los centros participan en un proceso de formación a lo largo de tres años.

Cabello y Fernández-Berrocal (2016) realizan una reflexión sobre la idea de que para enseñar la inteligencia emocional en las escuelas de una forma eficaz es necesario contar con un programa riguroso y validado científicamente. Es necesario un plan de implementación realista, así como padres y maestros con una mentalidad de crecimiento que crean que el aprendizaje y el desarrollo de la inteligencia emocional dependen del esfuerzo y trabajo diario de cada uno de nosotros.

Rueda y Filella (2016) presentan la situación actual de la Educación Emocional en el Sistema Educativo, las cinco competencias emocionales, principios y consejos prácticos para ponerla en práctica en familia. Defienden que las emociones nos humanizan, que será maravilloso cuando podamos controlarlas en sus excesos y disfrutarlas plenamente cuando llegan sus momentos. Para estas autoras ésta es la clave de la Educación Emocional.

Extremera, Rey y Pena (2016) realizan una revisión de los beneficios que la inteligencia emocional puede alcanzar en el campo de la docencia. Subraya la idea de que para tener alumnos emocionalmente inteligentes es necesario dotar a los educadores con estrategias y formación específicas en habilidades emocionales. Se destacan las principales áreas en las que la inteligencia emocional del educador supondría un beneficio en el aula, las cuales redundarán, en último término, en los alumnos, como por ejemplo, la mejora de los resultados académicos y un mayor bienestar social y emocional.

Lamas (2013) da el reconocimiento a la escuela como un ámbito promotor de la salud mental infantil, pues puede enseñar las habilidades afectivas y sociales que los niños necesitan para afrontar las contingencias. Se describen investigaciones que demuestran cómo la estimulación de la regulación emocional, de las emociones positivas y de las habilidades en la resolución de problemas interpersonales, mejoran el comportamiento de los niños y su desempeño académico. Se analiza un programa

escolar que se lleva a cabo en Argentina en escuelas cuya población está bajo el límite de pobreza. Se concluye que la educación emocional necesita ser integrada al currículum formal desde la educación inicial.

Miñaca, Hervás y Laprida (2013) realizan un análisis sobre tres programas de educación emocional realizados y llevados a cabo en España desde el modelo de Inteligencia Emocional que proponen Salovey & Mayer (1997). Exponen algunas conclusiones como la necesidad de una correcta evaluación de cada una de las intervenciones que garanticen su eficacia y con ello la consecución de los objetivos que persigue cada una de ellas.

Guil, Mestre, González de la Torre y Foncubierta (2011) presentan una propuesta de integración de Educación Emocional en el currículum del segundo ciclo de Educación Infantil. Parten del modelo de Mayer & Salovey (1997), por considerar que es el único que contempla las habilidades emocionales como capacidades cognitivo-emocionales susceptibles de ser desarrolladas y, por otro lado, por ser el que mejor se ajusta a la finalidad general de esta etapa. La legislación actual en materia de educación ha comenzado a dar importancia a la necesidad de trabajar la educación emocional ya desde la etapa de Educación Infantil. En la actual Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), así como en los Decretos y Órdenes que regulan el currículo y las enseñanzas mínimas de esta etapa, se incluyen contenidos y objetivos relacionados con la Inteligencia Emocional. Consideran que la formación del futuro docente en relación al desarrollo de tales competencias en su alumnado debería formar parte de su programa de prácticas.

Fernández-Berrocal y Extremera (2005) describen los modelos actuales de inteligencia emocional (IE). En especial, explican el modelo de Mayer y Salovey y los instrumentos desarrollados para medir la IE. Es el modelo con mayor apoyo empírico pero, paradójicamente, el más desconocido en el campo educativo español, y puede constituir un marco útil para los programas de IE en la escuela.

López (2005) presenta en su artículo objetivos, contenidos, ejemplos de actividades y la evaluación de la educación emocional en la educación infantil. Su experiencia ha demostrado que la puesta en práctica de la educación emocional no tan sólo ha



enriquecido al alumnado sino también a los docentes en cuanto a su crecimiento personal y profesional. Ha unido al equipo de profesores, generando más comunicación y empatía entre ellos. Se han construido nuevos proyectos de centro, nuevas ilusiones compartidas y se ha favorecido el diálogo y el respeto.

Obiols (2005) describe el proceso de desarrollo de un programa de Educación Emocional en las etapas de infantil, primaria y secundaria del Colegio La Salle Bonanova, situado en Barcelona. Esta investigación resulta totalmente innovadora dentro del ámbito educativo y en estos momentos se está potenciando la formación del profesorado y la aplicación del programa con el alumnado de dichas etapas.

Viloria (2005) pretende en primer lugar clarificar el concepto de inteligencia emocional dentro de un marco histórico, comparando y contrastando las semejanzas y las diferencias presentadas por los distintos autores de la materia. En un segundo momento hay una revisión sobre los nuevos programas para el tratamiento educativo que conviene dar al desarrollo de este tipo de capacidades.

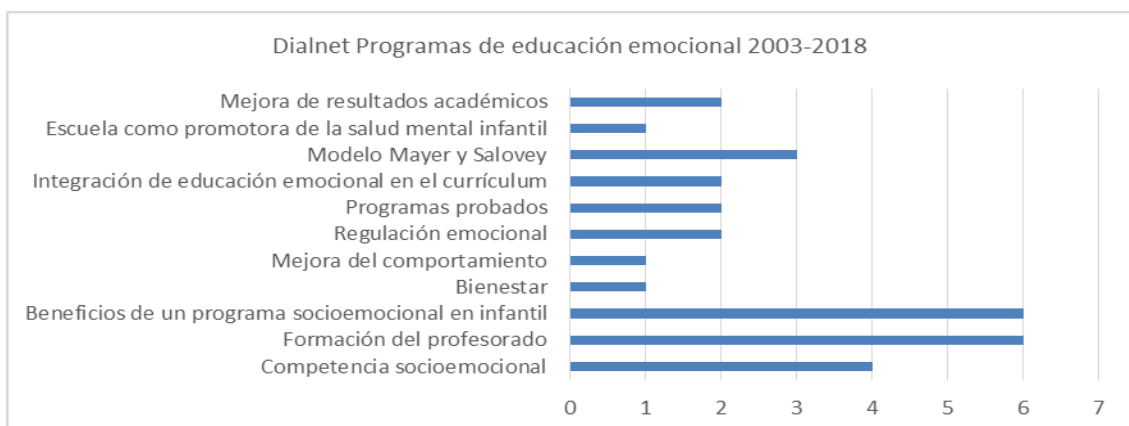
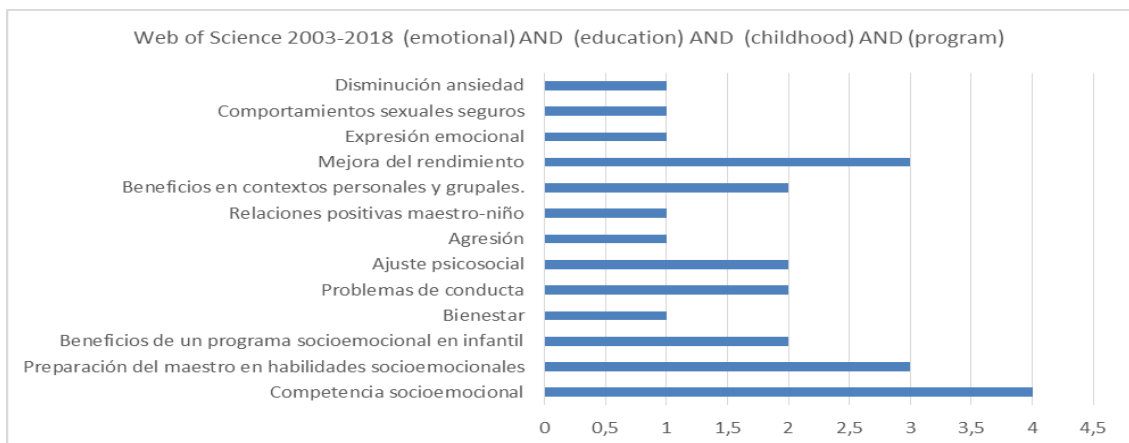
Bisquerra (2003) explica muchos aspectos referentes a la educación emocional, como que es una respuesta educativa a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en las áreas académicas ordinarias: ansiedad, estrés, depresión, violencia, consumo de drogas, comportamientos de riesgo, etc. La educación emocional se propone el desarrollo de competencias emocionales, que son un tipo de competencias básicas para la vida. Entre estas competencias están la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional y competencias de vida para el bienestar. Se presentan en el artículo ejemplos y sugerencias para la práctica.

Véase las tablas 8 y 9 de resultados de la búsqueda de información de las bases de datos de Web of Science y Dialnet en Anexos.

## **6. CONCLUSIÓN**

“La inteligencia emocional (IE) es una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones de manera que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio que le rodea.” (Fernández-Berrocal y Extremera, 2008, p. 428). La IE en el contexto educativo se basa en el modelo de habilidad (véase

tabla 4) realizado por Mayer y Salovey (1997), lo que implica percibir, conocer y expresar las emociones, cómo influyen en nuestro pensamiento, utilizarlas de manera beneficiosa para la persona y tener la capacidad de regularlas (Extremera y Fernández-Berrocal, 2003). El objetivo del presente estudio era revisar la bibliografía existente sobre programas de educación emocional en educación infantil. Los resultados ponen de manifiesto que la IE se debe trabajar en el ámbito educativo, dado que existen evidencias de la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar físico, emocional y académico de los estudiantes. Como se puede observar en la tabla 6, el resultado de los estudios de investigación demuestran que existe una mejora del rendimiento académico, que deberían preparar a los futuros maestros y educadores para llevar a cabo este tipo de programas; mejorar las competencias emocionales es beneficioso para el bienestar personal y social, y que se obtienen numerosos beneficios al incorporar un programa de educación emocional desde edades tempranas.



**Tabla 6. Conclusiones de los resultados de las investigaciones halladas en la base de datos Web of Science y Dialnet.**

Como ejemplo de ello, Extremera y Fernández-Berrocal (2004) exponen cuatro áreas en las que una falta de IE provoca o facilita la aparición de problemas entre los estudiantes: 1) déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado; 2) disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales; 3) descenso del rendimiento académico; 4) aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas. Se ha demostrado que los alumnos con mayores niveles de IE, poseen mayor ajuste psicológico y bienestar emocional, presentan una mayor cantidad y calidad en relaciones interpersonales, son menos propensos a comportamientos disruptivos o violentos y pueden obtener mayor rendimiento académico. Está demostrado entonces que la IE incide en el desarrollo a lo largo de la vida. Sin embargo, en la mayoría de estudios realizados sobre la inteligencia emocional, las muestras son adolescentes o universitarios, y por tanto queda lejos de la infancia. Lo que nos lleva a realizar una búsqueda y revisión de programas de educación emocional en infantil que faciliten el trabajo de las emociones y la IE. No obstante, los programas disponibles en la literatura son escasos, y en este estudio se han revisado tres de los seis encontrados.

Dos de los programas están basados en el trabajo realizado por Bisquerra (2000), referente nacional en actividades y educación emocional. Los tres programas revisados presentan unos objetivos comunes, conocer las propias emociones, conseguir la habilidad de regular las emociones, desarrollar habilidades y estrategias para mejorar las relaciones personales, desarrollar habilidades de vida para el bienestar personal y social o promover el desarrollo integral del alumno. Y concretamente en cada uno de ellos se proponen otra serie de objetivos como potenciar el respeto, la empatía, conocer las causas de las emociones o potenciar habilidades de generar emociones positivas. Todos ellos se centran en la educación emocional en la infancia, estos programas te permiten introducir muchas actividades a lo largo del curso compaginándolas con otras más académicas. La metodología de los tres programas abogan por un enfoque constructivista, globalizado y con una participación activa del alumno. El papel del educador es de mediador, guía del aprendizaje de los alumnos. En cuanto a los recursos utilizados son del entorno próximo al niño, además que adjuntan el material necesario para llevar a cabo las actividades. Las actividades o sesiones, son tanto individuales como en grupo, lo que da lugar a la reflexión y aprendizaje tanto individual como cooperativo o en equipo, lo que favorece las relaciones interpersonales y así manejar las

emociones e interpretar las de los demás. Son actividades lúdicas y atractivas adecuadas para los niños, debido a que como mejor aprenden es jugando. Se propicia la reflexión, el diálogo y la escucha, lo que propicia actitudes de respeto, empatía y mejora el conocimiento sobre los compañeros y por ende, mejora también las relaciones entre los compañeros. Son programas completos, bien explicados y buena manera de trabajar las emociones con los niños.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anaya, D. (2009). *Bases del aprendizaje y la educación*. Madrid: Editorial Sanz y Torres, S.L.

Barrantes-Elizondo, L. (2016). Educación emocional: El elemento perdido de la justicia social. *Revista Electrónica Educare*, 20(2).

Bilbao, A. (2015). *El cerebro del niño explicado a los padres*. Barcelona: Plataforma Editorial.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.

Bisquerra, R., y Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del Psicólogo/Psychologist Papers*, 38(1), 58-65.

Bisquerra, R. y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, 16.

Blair, C., McKinnon, R. D., y Daneri, M. P. (2018). Effect of the tools of the mind kindergarten program on children's social and emotional development. *Early Childhood Research Quarterly*, 43, 52-61.

Cabello, R., y Fernández-Berrocal, P. (2016). Programas para enseñar la inteligencia emocional en las escuelas. Ideas para una adecuada implementación. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (368), 11-17.

Cassidy, D. J., King, E. K., Wang, Y. C., Lower, J. K., y Kintner-Duffy, V. L. (2017). Teacher work environments are toddler learning environments: teacher

professional well-being, classroom emotional support, and toddlers' emotional expressions and behaviours. *Early child development and care*, 187(11), 1666-1678.

Cejudo, J. (2017). Effects of a programme to improve emotional intelligence on psychosocial adjustment and academic performance in primary education. *Infancia y Aprendizaje*, 40(3), 503-530.

Cepa, A., Heras, D., y Fernández, M. (2017). La educación emocional en la infancia: una estrategia inclusiva. *Aula abierta*, 46, 73-82.

Chóliz, M. Psicología de la emoción: El proceso emocional. Recuperado de <http://www.uv.es/=cholz/Proceso%20emocional.pdf>

Dris, M. (2010). Actividades para desarrollar la inteligencia emocional en educación infantil. *Revista digital innovación y experiencias educativas*, 33.

Escolar Llamazares, M. D. C., de la Torre Cruz, T., Huelmo Garcia, J., y Palmero Cámara, C. (2017). EMOTIONAL EDUCATION IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION TEACHERS: A KEY ASPECT IN TEACHING PERFORMANCE. *CONTEXTOS EDUCATIVOS-REVISTA DE EDUCACION*, (20), 113-125.

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

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6(2).

Extremera, N., Rey, L., y Pena, M. (2016). Educadores de corazón. Inteligencia emocional como elemento clave en la labor docente. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (368), 65-72.

Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., y José Gutiérrez-Cobo, M. (2017). Advances in research on emotional skills in education. *REVISTA INTERUNIVERSITARIA DE FORMACION DEL PROFESORADO-RIFOP*, (88), 15-25.

Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (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.

Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2006). La investigación de la inteligencia emocional en España. *Revista Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 139-153.

Fernández-Berrocal, P y Ruiz, D. (2008). La Inteligencia emocional en la Educación. *Revista electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 15, Vol 6(2), 421-436.

Fleer, M., y Hammer, M. (2013). Emotions in imaginative situations: The valued place of fairytales for supporting emotion regulation. *Mind, Culture, and Activity*, 20(3), 240-259.

Gallego, D.J. y Gallego, M.J. (2004). *Educación la inteligencia emocional en el aula*. Madrid: PPC.

Giménez-Dasí, M. (2009). El mundo social de 3 a 6 años. En S. Mariscal, M. Giménez-Dasí, N. Carriedo, A. Corral (Coords.), *El desarrollo psicológico a lo largo de la vida* (pp. 189-219). Madrid: Mc Graw Hill

Giménez, M., Fernández, M. y Daniel, M.F. (2016). *Pensando las emociones. Programa de intervención para Educación Infantil*. Madrid: Pirámide.

Goleman, D. (1997). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.

Gormley Jr, W. T., Phillips, D. A., Newmark, K., Welti, K., y Adelstein, S. (2011). Social-emotional effects of early childhood education programs in Tulsa. *Child Development*, 82(6), 2095-2109.

Guil, R., Mestre, J. M., González, G., y Foncubierta, S. (2011). Integración del desarrollo de competencias emocionales en el currículum de Educación Infantil. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 14(3), 131-144.

Hué, C. (2008). *Bienestar docente y pensamiento emocional*. Madrid: Wolters Kluwer España.

Ibarrola, B. (2003). Dirigir y educar con Inteligencia Emocional. *Ponencia del VII Congreso de Educación y Gestión*. Celebrado en Madrid, 13-14-15 de noviembre de 2003.

Iizuka, C. A., Barrett, P. M., Gillies, R., Cook, C. R., y Marinovic, W. (2014). A combined intervention targeting both teachers' and students' social-emotional skills: Preliminary evaluation of students' outcomes. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools, 24*(2), 152-166.

Jeon, L., Hur, E., y Buettner, C. K. (2016). Child-care chaos and teachers' responsiveness: The indirect associations through teachers' emotion regulation and coping. *Journal of school psychology, 59*, 83-96.

Kluczniok, K., Anders, Y., Sechtig, J., y Rossbach, H. G. (2016). Influences of an academically oriented preschool curriculum on the development of children—are there negative consequences for the children's socio-emotional competencies?. *Early Child Development and Care, 186*(1), 117-139.

Lamas, M. C. (2013). Educación emocional, contribución de la escuela a la salud mental infantil. *Revista Iberoamericana de Educación, 62*(3), 7.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, Madrid: Boletín Oficial del Estado (2013).

López, E. (Coord.). (2010). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Madrid: Wolters Kluwer.

López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19*(3), 153-167.

Mestre, J. M., Pérez, N., González, G., Núñez, J. M., y Guil, R. (2017). El desarrollo de la inteligencia emocional a través de la optimización de las capacidades cognitivas a través de la educación obligatoria. *Contextos educativos: Revista de educación, (20)*, 57-75.

Miñaca, M. Isabel, Hervás, M., y Laprida, I. (2013). Análisis de programas relacionados con la Educación Emocional desde el modelo propuesto por Salovey & Mayer. *Revista de Educación Social*, 17.

Molero, C., Saiz, E., Esteban, C. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 30, 1, 11-30.

Moore, J. E., Cooper, B. R., Domitrovich, C. E., Morgan, N. R., Cleveland, M. J., Shah, H., ... y Greenberg, M. T. (2015). The effects of exposure to an enhanced preschool program on the social-emotional functioning of at-risk children. *Early Childhood Research Quarterly*, 32, 127-138.

Obiols, M. (2005). Diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional en un centro educativo. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 137-152.

Orden de 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, Zaragoza: Boletín Oficial de Aragón (2008).

Pahl, K. M., y Barrett, P. M. (2007). The development of social-emotional competence in preschool-aged children: An introduction to the fun FRIENDS program. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 17(1), 81-90.

Palomera, R., y Yépez De Domicis, A. (2016). Educación responsable. Un programa para fomentar el desarrollo emocional, social y de la creatividad en toda la comunidad educativa. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (368), 24-29.

Pegalajar Palomino, M. D. C., y Lopez Hernaez, L. (2015). Emotional competences in the childhood education teacher training. *REICE-REVISTA IBEROAMERICANA SOBRE CALIDAD EFICACIA Y CAMBIO EN EDUCACIÓN*, 13(3), 95-106.

Prat, N. y del Río, M. (2009). *Desarrollo socioafectivo*. Barcelona: Altamar.



Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, Madrid: Boletín Oficial del Estado (2009).

Riquelme, E., y Montero, I. (2013). Improving emotional competence through mediated reading: Short term effects of a children's literature program. *Mind, culture, and activity*, 20(3), 226-239.

Romero, C. (2006/2007). ¿Educar las emociones?: Paradigmas científicos y propuestas pedagógicas. *Cuestiones Pedagógicas*, 18, 105-119.

Rueda, P., y Filella, G. (2016). Educación emocional para familias y docentes. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (368), 30-35.

Sánchez, J. (2010). La competencia emocional en la escuela: una propuesta de organización dimensional y criterial. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 25, 79-96.

Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., y Weissberg, R. P. (2017). Promoting Positive Youth Development Through School-Based Social and Emotional Learning Interventions: A Meta-Analysis of Follow-Up Effects. *Child development*, 88(4), 1156-1171.

Valero, J.M. (2009). *¿Analfabetos emocionales? Educar los sentimientos en el aula*. Madrid: ICCE (Instituto Calasanz de Ciencias de la Educación).

Viloria, 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.

## **8. ANEXOS**

### **8.1. Actividades de los programas revisados, una explicación amplia**

**Educación Emocional, Educación Infantil 2º Ciclo (3, 4, 5 años) (Agirrezabala Gorostidi y Etxebarria Lizarralde, 2008).**

#### *Actividades*

Este programa está dividido en cinco bloques, con cinco sesiones cada uno, algunas de las cuales tiene una o varias actividades.

1- ¿Quién soy? Trata la conciencia emocional, las actividades de este bloque están centradas en que los alumnos conozcan y reconozcan las emociones, poniéndoles nombre y después viéndolas en sí mismos y en los demás. Dos de las actividades tratan la autovaloración, importante para la conciencia emocional y el concepto de uno mismo. La primera sesión está dividida en dos actividades, la primera trata de poner nombre a las emociones y los sentimientos para que los niños puedan darse cuenta de las mismas. Para ello analizarán mediante fotografías los gestos y las caras de las personas. En este caso trabajarán con cuatro emociones, alegría, tristeza, enfado y miedo. Tras analizar las fotografías se pasará a dividir las en cartulinas según la emoción y se colgarán en el aula. La segunda actividad es un juego de cartas, donde por grupos deben encontrar parejas de caras de emociones. La segunda sesión trabaja con el autoconocimiento, los niños tienen que hacer un dibujo sobre ellos mismos y exponerlo al resto de la clase. Para conocer y querer a los demás hay que empezar por uno mismo. La tercera sesión es un diario de las emociones, en él reflejarán las emociones que sienten a diario, o en algún momento puntual, analizando qué las ha provocado y buscando soluciones adecuadas. La cuarta sesión pretende que los alumnos reflexionen sobre su autonomía y que se pregunten si pueden mejorar en algo. La quinta sesión busca que los alumnos vean y reconozcan cualidades o características del resto de compañeros, saber lo que otros piensan sobre ti ayuda en el autoconocimiento y autovaloración.

Algunos objetivos de este bloque son:

- Poner nombre a las emociones.
- Identificar las emociones del resto.

- Autoconocerse y aceptarse.
- Conocer a las demás personas y aceptarlas.
- Expresar las emociones de forma adecuada.

2- Manejo mis emociones. Sus actividades son sobre la regulación emocional. La primera sesión trata de enseñar a manejar las emociones. Para ello, los niños traerán cosas de casa, y se analizará lo que es necesario de lo que simplemente se quiere (necesidades y deseos). Y se analizará en grupo lo que les ocurre cuando quieren algo y no se les da. La segunda sesión sirve para controlar las emociones en algunas situaciones, ya que a veces no las expresamos tal y como se sienten. Para ello se pondrán ejemplos de situaciones y los alumnos tendrán que expresar las emociones y decidir cuál es la adecuada. La tercera sesión está planteada para que los alumnos aprendan a manejar la impulsividad, tan característica a estas edades. Consiste en que los alumnos deben esperar para comerse un bombón, si lo consiguen se comen dos, si no lo consiguen solamente se comerán uno. La cuarta sesión se divide en dos actividades, la primera, trata de buscar salidas adecuadas a las emociones de tristeza o enfado, para ello el educador contará alguna historia donde la mascota de clase esté en una situación que le provoque esos sentimientos, y les preguntará a los alumnos que debe hacer para no sentirse así. La segunda es la preparación de un rincón para que los niños puedan acudir a él cuando tienen la necesidad de pasar un rato solos y en paz. La quinta sesión se divide en tres actividades de relajación. La primera es para afrontar la tensión, miedo o nerviosismo. La segunda trata de un viaje mágico, con música de fondo el educador los llevará a un lugar mágico, para que se relajen. La tercera es una sesión de relajación que se puede hacer después de sesiones de movimiento, se centra en las respiraciones y su movimiento.

Algunos de los objetivos que se pretenden conseguir en estas actividades son:

- Analizar la diferencia entre querer y necesitar.
- Guiar las emociones de una manera constructiva.
- Diferenciar emociones positivas y negativas.

- Entrenar la capacidad de espera para conseguir algo.
- Dominar las técnicas de relajación.

3- Me gusta cómo soy. Sus actividades ayudan en la autonomía emocional de los niños. La primera sesión pretende que los niños sean optimistas, y que sean capaces de convertir los pensamientos negativos en positivos. Para ello tendrán una reunión en grupo y pensarán sobre los momentos agradables de la semana y harán un dibujo con lo que más les ha gustado. Este cuaderno se llevará a casa para que lo compartan con los padres. Otra actividad que se hace para que los niños tengan confianza es la elección de un responsable diario, que tendrá que realizar tareas a lo largo del día, así como recompensas por ello, como ponerse el primero en la fila. La segunda sesión se realizará el día del cumpleaños de cada alumno, ese día será el rey o la reina y será el protagonista. La tercera sesión se realizará a lo largo del curso, consiste en crear un tren con frases o dibujos sobre las capacidades que se pretenden lograr a lo largo del curso, cada mes se añadirá un vagón con una capacidad. La cuarta sesión está dirigida a conocer lo que les gusta a los niños y lo que no, será expresado mediante una cara alegre y una triste dibujada en cada mano. Entre todos comentan y dan su opinión sobre sus preferencias, levantando una u otra mano. Se pretende que sean libres de expresar al resto sus gustos, y lo que esto supone para sus emociones. La quinta sesión se desarrollará al finalizar la semana, se repartirá una piruleta al niño o niña que haya conseguido realizar alguna acción moralmente positiva, o haya superado algún miedo, haya ayudado a algún compañero, etc.

Algunos objetivos que podemos encontrar son:

- Darse cuenta de las cosas positivas que nos pasan en el día a día.
- Tener confianza para superar las dificultades.
- Aceptarse y amarse.
- Conocer sus propias capacidades y limitaciones.
- Aprender a decir “No” y darse cuenta del aspecto positivo de decirlo.

- Saber superar las frustraciones del día a día.

4- Soy buen/a amigo/a. Inspirado para trabajar las habilidades socio-emocionales. La primera sesión sirve para desarrollar la capacidad de escucha. Durante estas sesiones solamente pueden hablar cuando tengan el micrófono. Pueden contar algo, o crear conversaciones, o preguntas, pero solo se puede hablar al estar en posesión del micrófono. La segunda sesión trata de que los alumnos sean capaces de interpretar las señales de las emociones de los demás, para comprenderlos y llegar a ponerse en el lugar del otro. Para ello se analizarán, haciéndose preguntas sobre el motivo de esos sentimientos, se imitarán, y se buscarán soluciones más adecuadas para salir de esas situaciones. La tercera sesión trata de que los alumnos compartan los estados emocionales y que se ayuden mutuamente, se realizará durante el tercer trimestre. Cada semana se formarán parejas, éstas deben ayudarse, apoyarse, resolver dudas, e ir juntos en todo, salidas, recreos, comedor, etc. Al final de la semana se hará una reunión para expresar cómo se han sentido y tener en cuenta los aspectos a mejorar. La cuarta propuesta es un rincón o espacio tranquilo donde solucionar los problemas hablando. Estará decorado de manera que de la palabra a uno u otro y el profesor puede hacer de mediador para llegar a una solución. También proponen una actividad en la que se escenificará problemas que pueden surgir en el contexto de los alumnos. Se deben dar respuestas o soluciones, y el educador subrayará las más adecuadas. Se deben afrontar las situaciones sin violencia. La quinta sesión plantea dos actividades, la primera pretende desarrollar el hábito de expresar lo que sienten libremente, de los pensamientos positivos y negativos sin vergüenza, a su vez aprenderán a respetar la opinión del resto. La segunda busca que los alumnos respeten al resto, mediante dibujos de situaciones que ocurren en clase (adecuadas e inadecuadas), en grupos comentarán si son correctas o no, y cuáles son adecuadas para la convivencia.

Algunos de los objetivos de estas actividades son:

- Conocer y respetar los puntos de vista del resto.
- Desarrollar la capacidad de interpretar las señales de las emociones de los demás.

- Desarrollar la capacidad de trabajar en equipo y de ayudarse.
- Aprender a hablar y escuchar.
- Expresar lo que sentimos sin miedo.
- Aprender a respetar las normas para vivir mejor en sociedad.

5- Estoy logrando mis objetivos. Contiene actividades para las habilidades de vida y bienestar. La primera actividad trata de que los alumnos creen un libro de sueños o deseos que quieren lograr, siempre que sean deseos capaces de lograrse. Es una motivación, y ante las dificultades se debe continuar para lograr el deseo, y contarlo a los demás da alegría. La segunda sesión lleva un paso más allá la primera, deben encontrar su objetivo, y plantearse los pasos a seguir para lograrlo; cuál es el objetivo, qué debe hacer para conseguirlo, dar el primer paso, pensar qué hacer ante posibles dificultades. Cuando lo consigan, se llevarán un premio. Para esta actividad es preferible contar con la colaboración de las familias. En la tercera actividad se pondrá un objetivo grupal, que será ser agradables y utilizar frases de agradecimiento y pedir las cosas por favor. Se pretende conseguir un ambiente de clase agradable, ya que diciendo las cosas adecuadamente se crean relaciones más agradables y positivas. Para la cuarta actividad se plantean sesiones para el desarrollo de hábitos saludables. Para los hábitos del trabajo, del orden o de salud. Con diferentes recursos y sesiones se pretende que los alumnos adquieran estos hábitos de vida, que supondrán una mejora de la misma. La quinta actividad pretende desarrollar el hábito de dar y recibir ayuda. Esto es importante en determinadas ocasiones y se debe conseguir que los alumnos se acostumbren a pedir y dar ayuda. Esta actividad se realizará mediante cuentos donde el profesor necesita que los alumnos le ayuden, se irá analizando gracias a las preguntas que irá planteando el educador, y se plantearán situaciones para que ellos comprendan si necesitan ayuda o no.

Algunos de los objetivos de este bloque son:

- Crear confianza en uno/a mismo/a y en nuestras capacidades.
- Crear objetivos personales.

- Crear objetivos grupales.
- Enriquecer las relaciones sociales.

### **Educación Emocional, Programa para 3-6 años (Coord. López Cassà, 2010)**

#### ***Actividades***

El programa está formado por cinco bloques temáticos con seis actividades cada uno, con material complementario. En algunas de las actividades aparecen dos personajes (Clara y Pablo) cuya función es la de transmitir valores y emociones que puedan compartir con los niños, éstos se ven identificados con sus iguales y serán un referente social. Son actividades colectivas, algunas veces el protagonismo puede recaer en algún niño. También hay actividades individuales, tales como alguna ficha para plasmar lo visto en grupo.

1- Conciencia emocional. Trata de conseguir que los alumnos identifiquen, reconozcan y expresen las emociones que sienten, y a su vez que comprendan que los demás también las sienten y expresan. Pretende trabajar vocabulario emocional, así como las diferentes formas de expresión: lenguaje verbal y no verbal. En la primera actividad se centra en la comprensión de las emociones. Los niños deben reconocer las diferentes emociones mediante fotografías. El educador lo acompaña con preguntas que ayuden a los alumnos a conocer la emoción y cuándo se produce. Después servirá de ejemplo para que los niños reproduzcan las expresiones faciales. La segunda actividad sirve para trabajar con el cuerpo como medio de expresión y comunicación. Los alumnos tendrán pintadas, de diferentes colores, las partes de su cara (cejas, boca, etc.), deben analizarlas con detenimiento y después realizar la expresión que les pida el educador, que previamente habrá hecho él mismo. Para la tercera actividad se utilizarán láminas con fotografías de niños con diferentes estados emocionales, el educador extraerá una y con una varita mágica, un niño irá tocando las cabezas de otros niños, los cuales tendrán que imitar la expresión que ha resultado elegida. En la cuarta actividad los alumnos se sentarán en semicírculo, el educador les enseñará una lámina en la que aparecen cuatro figuras humanas. Cada figura tiene una expresión corporal diferente, pero ninguna expresión facial. El educador adoptará la expresión corporal, que los niños



deben imitar. Y por último hablarán sobre las posibles emociones que estarán sintiendo esas figuras, rellenándoles así las caras. La quinta actividad es un reloj de emociones, en lugar de números habrá diferentes expresiones emocionales. El educador irá contando historias y los niños deberán poner en el reloj las emociones que los personajes han sentido. La sexta y última actividad de este bloque, se propone para el momento de asamblea, cada vez que se nombre a un niño debe de poner una pegatina junto a su nombre que represente cómo se siente. Se hablará sobre la emoción predominante al finalizar y se animará a algún niño a que explique por qué se siente así.

Algunos de los objetivos de las actividades son:

- Nombrar y reconocer algunas emociones en diferentes dibujos o fotografías.
- Imitar y reproducir diferentes emociones a través de la expresión corporal y facial.
- Identificar diferentes estados emocionales.
- Expresar gráficamente los distintos estados de ánimo.
- Asociar las diferentes emociones a situaciones vividas.
- Reconocer los sentimientos propios y de los demás.
- Identificar el propio estado emocional en diferentes momentos del día.

2- Regulación emocional. Después de haber trabajado la identificación y expresión de las emociones, este segundo bloque pretende conseguir la regulación de las mismas. Debido a que tenemos tanto buenas como malas emociones, debemos adquirir estrategias, sobre todo ante las malas, ya que si no se regulan bien, pueden desencadenar en problemas mayores, como violencia o depresión. El primer paso es expresar cómo nos sentimos a los demás y tratar de buscar formas que nos ayuden a sentirnos mejor, reír, cantar, relajarse, etc. Para adquirir estas estrategias hay que practicarlas a menudo, y el papel del educador como modelo es muy importante. La primera actividad es una sesión de relajación, primero realizarán las consignas del educador de forma individual, y después formarán parejas dándose masajes en la cara. Al finalizar se realizarán

preguntas para que explique cómo se han sentido, si les ha gustado, si lo repetirían o cuando se podrían hacer estas sesiones de relajación. La segunda actividad pretende hacer sentir emociones agradables. Consiste en que los niños se hagan cosquillas y caricias unos a otros. Después, con música alegre, el educador irá realizando gestos extraños que los niños deberán imitar sin perder la sonrisa. En la tercera actividad se utilizará el recurso de la canción, que ayuda a sentirnos mejor. Los niños deberán sentarse en semicírculo, el educador irá cantando una canción (que se adjunta en el libro) y los niños deberán imitar las expresiones corporales y faciales que pondrá el maestro mientras cantan. Las tres últimas actividades sirven para conocer formas de salir de emociones negativas, en este caso se trabajará con la tristeza, el enfado y el susto. Los niños se sentarán en semicírculo y se les cuenta unas historias (que aparecen en el libro), posteriormente se hablará sobre cómo se han sentido los personajes, y qué pueden hacer para dejar de sentirse así. Estas actividades pueden dar lugar a que los niños expresen los momentos que les producen tristeza u otras emociones, y dar estrategias para cambiar a otras más positivas.

Algunos de los objetivos que se plantean en estas actividades son:

- Experimentar la relajación para tranquilizar nuestro cuerpo y mente.
- Expresar las propias emociones vividas.
- Imitar y reproducir una canción que nos ofrece posibles soluciones para sentirnos mejor.
- Identificar situaciones que nos puedan entristecer.
- Descubrir formas de canalizar las emociones desagradables.

3- Autoestima. Pretende trabajar el conocimiento de uno mismo, tanto las capacidades como las limitaciones. La autoestima es la aceptación y estima de uno mismo, y esto se construye gracias a nuestro autoconcepto y nuestro entorno. Para ello contamos con la ayuda de la familia, el educador y los iguales. En la primera actividad los alumnos deben fijarse en las propias características, y en aquellas que se diferencian en los demás. Deberán ir explicando sus características mirándose a un espejo si es

preciso (color de ojos, de pelo, forma de la boca). Para la segunda actividad los niños estarán sentados en semicírculo, el educador les contará el cuento del “Patito Feo”. Después de explicarlo, se realizarán preguntas para que los niños reflexionen sobre ellos mismos, y sobre cómo los ven los demás. En la tercera actividad se implica a la familia. Se escogerá un rey o reina de la semana, deberá cumplir una serie de requisitos en el aula, dándole responsabilidad. La familia debe escribir una carta explicando cómo es el niño, lo que les gusta, lo que deberían cambiar, y llevar a la escuela un álbum de fotografías. Al finalizar la semana se realizará una reflexión sobre lo que ha sentido el niño siendo rey. En la cuarta actividad se utilizará una bolsa con fotografías de los niños. Dos o tres niños sacarán una fotografía y deberán hablar sobre la persona que les haya tocado, diciendo cualidades de ellas, los demás niños pueden ayudar. Para la quinta actividad los niños deben escribir o dibujar en los pétalos del dibujo de una flor, que les entregará el educador, las cualidades o lo que más les gusta de ellos mismos. En el centro de su flor cada niño tendrá su foto. Al finalizar tendrán que exponer lo que han realizado. La sexta actividad pretende que razonen sobre la individualidad y el respeto a los demás. Para ello contará el cuento del “León y el Ratón” y hará preguntas para que reflexionen sobre ellos mismos y cómo los ven los demás.

Las actividades tienen unos objetivos, algunos de los cuales son:

- Expresar cualidades básicas de uno mismo.
- Valorar nuestras propias cualidades personales.
- Valorar las cualidades de los demás.
- Valorar las propias virtudes y considerar aspectos a modificar.
- Identificar cómo se sienten los protagonistas de la historia.

4- Habilidades socio-emocionales. Son un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales, se consiguen con el desarrollo de habilidades tales como la comunicación, el respeto, la cooperación y la colaboración. Para favorecer el buen clima social es necesario también el desarrollo de la empatía, la asertividad, la resolución de conflictos y el bienestar social. Todo ello es necesario ya que en nuestra vida estamos

rodeados de gente, la familia, la escuela, los amigos y más tarde en el trabajo, y estas relaciones provocan emociones agradables y desagradables. Las actividades de este bloque pretenden trabajar algunos aspectos necesarios a estas edades, saber esperar, compartir o cumplir normas. Se utilizará soporte visual y dramatización de situaciones próximas a ellos. La primera actividad se narrará una historia en la que dos niños se pelean por la fila, aparece un hada que les da una solución al problema, una lista en la que aparecen todos los niños de clase, cada día le tocará a un niño ser el primero en la fila. A los niños les sirve para comprender una norma de convivencia, el orden. La segunda actividad es complementaria a la primera, se hará una pequeña reflexión con imágenes y preguntas sobre lo que pasaba en la historia, después esta norma pasará a formar parte de la clase y todos la deben conocer y cumplir. La tercera actividad utiliza una historia en la que a una niña, se le rompe el cuento que estaba mirando. En este punto, el educador preguntará a los niños sobre lo que ha ocurrido, qué debe sentir la niña, cómo se sentirían ellos, para que entiendan cómo se puede sentir, y qué harían en su lugar. Después les da la solución, la niña se lo cuenta a la maestra y lo arreglan entre las dos. Y después hacen otra pequeña reflexión. La cuarta actividad tiene el mismo formato que la anterior, pero narra una historia sobre los problemas que pueden surgir cuando los niños juegan todos juntos. Después de la historia se harán unas preguntas para reflexionar. En la quinta actividad se contará una historia, en la que un niño está jugando con un coche que le gusta mucho, entonces llega otro y se lo quita. Se hará una reflexión sobre cómo se sentirá el primer niño, cómo se sentirían ellos en su lugar. Para encontrar una solución al problema, se les enseñará tres láminas con tres soluciones diferentes, los niños deberán comentar cuál les parece la más apropiada. La sexta actividad también narra una historia, pero en este caso la solución aparece en la historia. Después de contarla se hablará sobre lo que ha ocurrido, cómo se han sentido los personajes, nombrar las cosas que han hecho bien y las que han hecho mal, saber si les ha pasado alguna vez y qué es lo que han hecho para solucionarlo.

Algunos objetivos de estas actividades son:

- Reconocer cómo se sienten los personajes ante el conflicto generado.
- Manifestar una actitud positiva para la resolución de problemas cotidianos.

- Desarrollar habilidades de relación, expresividad, sensibilidad y convivencia con los demás.
- Expresar posibles soluciones que favorezcan un buen clima de relación, cooperación y ayuda a los demás.

5- Habilidades de vida. Los niños se mueven por diferentes espacios, y en cada uno de ellos se experimentan emociones. Este bloque pretende trabajar el conocimiento de nuestro entorno y el grado de satisfacción que nos ofrece. En la primera actividad se busca encontrar las cosas que a los niños les gustan, y lo que no sobre la vida cotidiana. Se les dará un árbol con raíces, tronco y ramas, en las raíces tendrán que poner las cosas que no les gustan, y en las ramas pondrán las que si les gusta o les pone contentos. Después cada uno expondrá lo que ha puesto, se buscará el lado positivo de las cosas que no les gustan, y esto se escribirá en una flor del árbol. Con la segunda actividad se diferenciará sobre las actividades que se realizan entre semana, más dedicadas a la escuela, y aquellas del fin de semana, que están más relacionadas al ocio. Con el dibujo de una mano con los cinco dedos (los cinco días de la semana) se pondrán imágenes sobre actividades que ocurren entre semana. En la otra mano, se dibujarán dos dedos (el fin de semana) y se dibujará o se pondrán fotos sobre actividades que ocurren entonces. Al finalizar se hará una puesta en común y cada alumno hablará de lo que ha puesto en su trabajo. La tercera actividad está dedicada a conocer lo que a los niños les gusta del colegio. Para ello se visitará el centro, y de nuevo en clase tendrán un dibujo del colegio. Entre todos irán diciendo cosas buenas y malas del mismo, por cada cosa buena se pondrá un gomet verde, por cada mala uno rojo. Al terminar se valorará si hay más verdes que rojos, y se puede pedir a los alumnos que opinen sobre ello. La cuarta actividad es complementaria a la anterior, en ella se tratará de encontrar soluciones a las situaciones negativas que surgieron. La quinta actividad consistirá en conocer quiénes son los amigos de cada alumno, uno a uno irán nombrando a su amigo o amigos, y diciendo por qué son sus amigos y qué les gusta de ellos. Se irán apuntando en la pizarra o en un mural, pegando al lado una foto o dibujo del por qué son sus amigos. La última actividad tratará de que los niños tomen conciencia sobre las acciones agradables o desagradables que ocurren en nuestro entorno. Para ello, se irán planteando este tipo de acciones y los niños deberán valorar mediante gorros de colores, si la acción la

consideran correcta o no. Más tarde se podrá pedir que expliquen por qué lo piensan, y si les ha pasado alguna de las situaciones.

Algunos de sus objetivos son:

- Identificar diferentes situaciones agradables y desagradables de la vida cotidiana.
- Identificar y expresar diferentes soluciones para situaciones adversas.
- Manifestar una actitud positiva hacia los cambios que buscan mejoras.
- Valorar las relaciones entre los compañeros.

**Pensando las emociones. Programa de intervención para Educación Infantil (Giménez-Dasí, Fernández Sánchez y Daniel, 2016)**

***Actividades***

Al comienzo del programa se plantean una serie de actividades transversales, se deben mantener durante todo el curso. Sirven para crear un entorno emocional, donde las emociones de todos son tenidas en cuenta, se habla de ellas y son importantes. Además son de utilidad para que los niños vayan adquiriendo una conciencia emocional que luego dará lugar a un mayor desarrollo, gracias a las actividades propias del programa.

Una de ellas es un mural o termómetro de las emociones, estará siempre en el aula, y a lo largo del día los niños pueden ir a poner su foto en el estado de ánimo en el que se encuentran. El profesor puede animar a contar, de vez en cuando, el porqué. También puede dar ejemplo haciéndolo de vez en cuando con sus propios estados emocionales.

Nos hablan también de los cuentos, son una estrategia educativa muy utilizada en infantil. Los niños pueden reconocer y comprender los estados emocionales de los personajes. Nos sugieren una lista de cuentos en el mercado.

“Me gusta y no me gusta” es una actividad que fomenta la toma de conciencia de la causalidad de las emociones. Se realiza una pequeña reflexión antes de comenzar alguna

de las actividades que toquen ese día, preguntando a los niños lo que les gusta o no de ella. De esa manera les hace reflexionar sobre lo que les hace sentir bien y lo que no, atribuyendo causas a sus emociones positivas o negativas.

Las actividades del programa están divididas en dos partes, una de dos y tres años, y otra de cuatro y cinco años. Voy a hablar de las de tres, cuatro y cinco años. Cada edad tiene una serie de bloques de actividades, y cada bloque termina con una actividad para hacer en casa con los padres, de esta manera se implican todos los agentes del entorno del niño, en la construcción de la educación emocional y social. Estas actividades serán una forma de afianzar los contenidos ya trabajados en clase.

Pensando las emociones con tres años: los inicios de la reflexión emocional. Se trabajarán los cuatro componentes de la comprensión emocional, primero la identificación y la expresión de cada una de las emociones, y a continuación, la causalidad y la regulación. Este programa se divide en seis bloques de actividades. Como plantean muchas actividades explicaré una visión general de cada uno de ellos.

1- Hoy me siento... Busca que los niños sean capaces de identificar las emociones en sí mismos y en los demás, así como ponerles nombre. Las primeras tres actividades están destinadas a que los niños identifiquen las emociones mediante marionetas e imágenes. Son juegos con marionetas, dados con imágenes y “lotos” o bingo con imágenes. En la cuarta actividad los niños tendrán que interpretar el sentido de cada emoción, después se intentará buscar la causa que la ha provocado.

2- Así estoy cuando me siento... Cuando los niños son capaces de identificar las emociones se pasa a la correcta expresión de las mismas. En este contenido hay tres actividades. En la primera deben expresarse sin lenguaje oral, deben practicar de forma gestual y corporal la expresión emocional adecuada. La segunda actividad da un paso más, los niños deberán expresar gráficamente las emociones.

3- ¿Cómo y cuándo sentir? La causalidad es la capacidad de los niños para comprender que una situación determinada nos hace sentir una emoción concreta. Esta comprensión hace que le atribuyan una causa a la emoción. Así van conociendo cuando se sienten bien y cuándo se sienten mal, entonces se empezará con las estrategias de

regulación de las emociones básicas. La primera actividad se divide en varias sesiones donde se trabajarán las causas de las cuatro emociones básicas, alegría, tristeza, enfado y miedo. Se comenzará con una representación con marionetas, donde les ocurran cosas que les haga sentir cada una de las cuatro emociones, después se abrirá un pequeño diálogo, guiado por el profesor, donde los alumnos hablen sobre las situaciones que les hacen sentirse igual que las marionetas. Cada sesión/emoción negativa, vendrá acompañada por la segunda actividad, donde se proponen estrategias de afrontamiento, para que progresivamente sean capaces de regular sus emociones, adquiriendo herramientas para manejarlas adecuadamente. En el caso de la alegría, se tratará sobre la adquisición de estrategias que hagan sentir bien a los demás, introduciendo aspectos de la empatía. Las estrategias que se trabajan son conductuales, comunicativo-conductuales, estrategias de relajación y autocontrol.

4- Las emociones a través de los cuentos. En este bloque se pretende revisar lo que se ha trabajado anteriormente, a través de historias, los niños identificarán estados emocionales, la causa de los mismos y pensarán estrategias de regulación. Se persigue que los niños se vayan introduciendo en una metodología más reflexiva que se utilizará en los cursos posteriores. La estructura de estas actividades será la siguiente, primero el profesor iniciará la sesión con las marionetas anunciando que han traído un cuento (cada cuento tratará una emoción), el profesor irá contándolo parando en momentos clave, donde planteará preguntas sobre la emoción y las estrategias aprendidas. Para terminar, se preguntará si alguno tiene preguntas, se escribirán en la pizarra y se hablará entre todos sobre ellas.

5- Comprendiendo a los otros: los inicios de la empatía. Se plantean dos actividades para que ayude a los niños a la consideración de otros puntos de vista. Para la primera, se utilizarán láminas que tengan dibujos por las dos caras, primero se les enseña las dos caras, después el profesor sujeta la lámina de manera que los niños vean una imagen y él otra. Les preguntará qué ven ellos, y qué ve él. En la segunda, se plantean historias donde a los personajes les pasa lo que no les gusta. Se trabajará mediante preguntas para saber cómo se deben sentir los personajes. Deberán darse cuenta de la relación entre deseos y emociones.



6- Haciendo amigos: los inicios de la competencia social. Estas actividades suponen una introducción a lo que se trabajará en cursos posteriores. Las dos actividades pretenden practicar habilidades de comunicación, como hablar preguntar, ofrecer o compartir, para que puedan entrar en grupos nuevos. Mediante la simulación y las marionetas se plantearán situaciones que pongan en marcha estas habilidades de comunicación.

Pensando las emociones con cuatro años: los inicios del diálogo entre iguales. El objetivo principal es que comiencen a dar un sentido propio al conocimiento emocional básico que ya tienen. A través de los diálogos y la reflexión con los compañeros se pretende que empiecen a preguntarse qué son las emociones, para qué sirven o cómo se deben expresar. Las actividades ya no se basan en los componentes sino en las emociones mismas. Este programa se divide en nueve bloques de actividades, que se van trabajar mediante cuentos.

1- La mariposa herida: separando “sentirse bien” y “sentirse mal”. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre qué significa estar bien y estar mal, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad, complementa la anterior, en ella los alumnos deben identificar si los personajes se sienten bien o mal, tomando conciencia sobre las situaciones que provocan esos estados. En la tercera actividad los niños tendrán que expresar de forma no verbal diferentes estados emocionales, mientras que los demás deben decidir si se trata de una emoción positiva o negativa. La cuarta actividad consiste en que el maestro irá fotografiando las expresiones faciales de los alumnos en diferentes situaciones positivas o negativas. Después se pueden clasificar en un mural. Para la quinta actividad los alumnos tendrán que expresar gráficamente la alegría, o situaciones alegres.

2- La muñeca: trabajando la tristeza. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre qué significa la tristeza, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad se proponen diferentes situaciones, los niños deberán identificar las emociones de los personajes. Para la tercera actividad los niños deberán expresar mediante la entonación y la gestualización facial unas emociones negativas: dolor, soledad, pena, preocupación, tristeza. Después el profesor pedirá a algunos niños que pongan caras hagan gestos de las emociones anteriores, y el resto deberá

adivinarlas. Para la cuarta actividad los alumnos tendrán que expresar gráficamente la tristeza o situaciones tristes, después tendrán que explicar su dibujo a los compañeros.

3- El amor de mamá: trabajando el enfado. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre qué significa el enfado, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad el educador pedirá a los niños que digan situaciones que les producen enfado, mediante consenso, se irán clasificando en la pizarra, las que producen mucho enfado y las que producen poco. Cuando la tabla esté terminada, se preguntará cuál de los dos tipos es más fácil de manejar y por qué. Para la tercera actividad tendrán que expresar el enfado mediante gestos. Para la cuarta actividad los alumnos tendrán que expresar gráficamente el enfado, después tendrán que explicar su dibujo a los compañeros.

4- La mariquita gigante: trabajando el miedo. Este bloque puede ser útil para que los niños conozcan sus miedos y puedan comenzar a reflexionar sobre estrategias que les permitan afrontarlos. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre qué significa el miedo, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad el educador pedirá a los niños que digan situaciones que les producen miedo, distinguiendo si son provocadas por algo externo o interno. Para la tercera actividad tendrán que expresar el miedo mediante gestos y entonaciones. Para la cuarta actividad los alumnos tendrán que expresar gráficamente el miedo, después tendrán que explicar su dibujo a los compañeros. La quinta actividad se trabajará con música, los niños identificarán el miedo en piezas que susciten esta emoción.

5- El partido de fútbol: trabajando el orgullo. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre qué significa el orgullo, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad el educador pedirá a los niños que digan situaciones que les producen orgullo. Para la tercera actividad tendrán que expresar el orgullo mediante la expresión facial. En la cuarta actividad los alumnos tendrán que expresar gráficamente el orgullo o situaciones que sintieron orgullo, después tendrán que explicar su dibujo a los compañeros. La quinta actividad consistirá en la definición de orgullo, utilizando lo trabajado en actividades anteriores. Para la sexta actividad se planteará una reflexión sobre la modestia y la arrogancia y las consecuencias que tienen cuando se interactúa con los demás.

6- ¿Dónde estás?: trabajando las emociones reales y fingidas. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre las emociones reales y las fingidas, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad los niños deberán identificar alguna situación real en la que han fingido una emoción. En la tercera y la cuarta actividad los niños deben reflexionar sobre las consecuencias de expresar una emoción distinta a la que se siente, tanto si el beneficio es para uno mismo o para otro.

7- El Señor Susto: trabajando la empatía. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la importancia de considerar los pensamientos y las emociones en los demás, planteando una serie de preguntas. La segunda y la tercera actividad están destinadas a mejorar la escucha y el respeto del turno. En la cuarta actividad el educador planteará unas situaciones a los niños, ellos tendrán que decir qué harían ante ellas y el por qué. En la quinta actividad se plantean las mismas situaciones, pero con la diferencia de que implica un coste para uno mismo, los niños deberán explicar qué harían y por qué. En la séptima actividad el educador plantará una serie de situaciones, los niños tendrán que identificar la emoción del personaje, tomando conciencia de que los demás pueden sentir de forma diferente.

8- Nicolás y la pandilla de los mayores: trabajando la competencia social. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre cómo se sienten y qué pueden hacer ante un conflicto social o una agresión, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad los niños deben reflexionar y practicar formas adecuadas de interacción con los demás, practicar la cortesía, pedir y ofrecer ayuda. La tercera actividad ofrece a los niños la oportunidad de reflexionar sobre las consecuencias que puede tener, en uno mismo y en los otros, la falta de control; también se trabajará en las soluciones a los problemas que puedan surgir, así como a reconocer el error y pedir perdón, cuando uno se ha equivocado.

9- Termina el colegio: trabajando la amistad. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la amistad, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad consistirá en que los niños se dibujen a sí mismo con un amigo realizando alguna actividad, después deberán explicarlo al resto. La tercera actividad se plantea para que los niños entiendan la importancia de la reciprocidad entre

los amigos. La quinta actividad consistiría en hacer un libro de los amigos utilizando lo que se ha trabajado en actividades anteriores.

Pensando las emociones con cinco años: los primeros intercambios filosóficos. Este programa pretende fomentar la responsabilidad que cada niño tiene en el estado emocional de los demás. También pretende fomentar la capacidad de los niños para manejar estrategias de regulación emocional y de competencia social. Está formado por nueve bloques de actividades.

1- La mariposa herida: trabajando la alegría. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la alegría, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad los niños tendrán que exponer situaciones donde se sienten alegres. La tercera actividad consistirá en buscar actividades o juegos que produzcan alegría, y llevarlos a cabo. En la cuarta actividad los niños tendrán que pensar en cosas que pueden hacer para que los otros se sientan alegres.

2- La muñeca: trabajando la tristeza. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la tristeza, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad pretende que los niños reflexionen sobre cómo afrontar la tristeza y cuáles son las mejores estrategias para acabar con ella. En la tercera actividad se busca que los niños utilicen las estrategias que han conseguido en la actividad anterior para ayudar a los demás.

3- El amor de mamá: trabajando el enfado. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre el enfado, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad pretende que los niños reflexionen sobre cómo afrontar el enfado y cuáles son las mejores estrategias para acabar con él. En la tercera actividad se busca que los niños utilicen las estrategias que han conseguido en la actividad anterior para ayudar a los demás. La quinta actividad se plantea para que los niños aprendan a preguntar y a hablar sobre las emociones de forma adecuada.

4- La mariquita gigante: trabajando el miedo. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre el miedo, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad pretende que los niños sean conscientes de que a

medida que crecen algunos miedos ya no existen, esto da la confianza de racionalizar y controlar el miedo. En la tercera actividad los niños deberán buscar estrategias que les ayuden a enfrentarse a los miedos. La quinta actividad trabaja las reacciones físicas que se producen con el miedo, los niños tendrán que reconocerlas e identificarlas, para ello se organizará una investigación basada en preguntas.

5- El ratón: trabajando la envidia. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la envidia, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad pretende que los niños sepan identificar la envidia gracias a los sentimientos que tienen los personajes del cuento. Para la tercera actividad tendrán que expresar la envidia mediante gestos y expresiones, pero en esta ocasión llegarán a la conclusión de que hay emociones que no se pueden ver reflejadas en las personas. La quinta actividad pretende que los niños definan la envidia. La novena actividad trabajará con la autoestima de los niños para paliar la envidia.

6- La mariquita gigante: trabajando las emociones mixtas. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la posibilidad de sentir a la vez emociones contrarias ante una situación, planteando una serie de preguntas. Para la segunda actividad los niños tendrán que identificar las emociones mixtas que aparecen en situaciones planteadas por el profesor, unas aparecen de forma muy explícita y otras no tanto. La quinta actividad consiste en que los niños piensen situaciones en las que hayan sentido dos emociones a la vez, y lo representen en el mural de las emociones de clase.

7- El Señor Susto: trabajando la empatía. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la importancia de considerar los pensamientos y las emociones en los demás, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad está destinada a mejorar la escucha y el respeto del turno. En la tercera actividad el educador planteará unas situaciones que implican un coste para uno mismo a los niños, ellos tendrán que decir qué harían ante ellas y el por qué. En la quinta actividad el educador plantará una serie de situaciones, los niños tendrán que identificar la emoción del personaje, tomando conciencia de que los demás pueden sentir de forma diferente.

8- Nicolás y la pandilla de los mayores: trabajando la competencia social. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre cómo se sienten y qué pueden hacer ante un conflicto social o una agresión, planteando una serie de preguntas. En la segunda actividad los niños deben reflexionar y practicar formas adecuadas de interacción con los demás, practicar el diálogo y la escucha activa, los gestos y las intenciones. La tercera actividad ofrece a los niños la oportunidad de reflexionar sobre las consecuencias que puede tener, en uno mismo y en los otros, la falta de control; también se trabajará en las soluciones a los problemas que puedan surgir.

9- Termina el colegio: trabajando la amistad. La primera actividad será una investigación, después del relato de la historia, sobre la amistad, planteando una serie de preguntas. La segunda actividad consistirá en que los niños piensen si personas diferentes pueden ser amigos y hasta qué punto compartir semejanzas es importante para desarrollar una amistad. La tercera actividad se plantea para que los niños entiendan la importancia de la reciprocidad entre los amigos. La quinta actividad consistiría en hacer un libro de los amigos utilizando lo que se ha trabajado en actividades anteriores.

## 8.2. Búsqueda de información

Base de datos	Términos de búsqueda	de Resultados	Tipo de documento
<b>Dialnet</b>	Programas de educación emocional	790	Artículo de revista (318)
	Tipo de documento:		Tesis (278)
	Artículo de revista		Artículo de libro (165)
			Libro (29)
<b>Web of Science</b>	Tema: (emotional) AND Tema: (education) AND Tema: (childhood) AND Tema: (program)	104	Article (88)
	Refinado por: Categorías de Web of Science: ( EDUCATION EDUCATIONAL RESEARCH OR PSYCHOLOGY EDUCATIONAL )		Proceedings paper (11)
	Tipos de documentos: (ARTICLE)		Review (3)
	Período de tiempo: 2003-2018.		Book (1)
			Book chapter (1)

Tabla 7. Búsqueda en bases de datos, periodo de tiempo desde 2003 a 2018.

### 8.3. Resultados de la búsqueda de información

Estudio	Título	Diseño y objetivos	Muestra y método	Resultados
<p>Por: Blair, Clancy; McKinnon, Rachel D.; Daneri, M. Paula</p> <p>EARLY CHILDHOOD RESEARCH QUARTERLY</p> <p>Volumen: 43 Páginas: 52-61 Fecha de publicación: 2018</p>	<p>Effect of the tools of the mind kindergarten program on children's social and emotional development</p>	<p>La competencia socioemocional en la primera infancia y en los grados primarios es fundamental para los resultados académicos, sociales, de salud mental y empleo a corto y largo plazo de los niños.</p>	<p>Este estudio examinó los efectos de un ensayo controlado aleatorizado por grupos de gran escala (N = 715) de un programa integral de jardín de infantes, Tools of the Mind, sobre informes de docentes sobre la competencia socioemocional de los niños al final del jardín de infantes con seguimiento en primer grado.</p>	<p>Los resultados indicaron que al final del jardín de infantes, los niños en las aulas en escuelas asignadas aleatoriamente a la condición de tratamiento habían reducido los problemas de conducta y agresión informados por el docente y una mejor autorregulación, competencia socioemocional y relaciones positivas entre maestro y niño en relación con los niños en las aulas en escuelas asignadas al azar a la condición de control. No se detectaron diferencias en la competencia académica informada por el docente. Los efectos sostenidos en primer grado se observaron solo en los informes de agresores y conductas de los maestros de primer grado. Este estudio se suma a una creciente literatura que demuestra los</p>



				efectos positivos de los programas educativos que se centran en la competencia socioemocional y académica de los niños.
<p>Por: Taylor, Rebecca D.; Oberle, Eva; Durlak, Joseph A.; et ál.</p> <p>CHILD DEVELOPMENT Volumen: 88 Número: 4 Páginas: 1156-1171 Fecha de publicación: JUL-AUG 2017</p>	<p>Promoting Positive Youth Development Through School-Based Social and Emotional Learning Interventions: A Meta-Analysis of Follow-Up Effects</p>		<p>Este meta-análisis revisó 82 intervenciones de aprendizaje social y emocional universales (SEL) en escuelas con 97.406 estudiantes, desde jardín de infantes hasta escuela secundaria (edad M = 11.09 años, porcentaje medio de bajo nivel socioeconómico = 41.1, porcentaje de estudiantes de color = 45.9). Treinta y ocho intervenciones tuvieron lugar fuera de los Estados Unidos.</p>	<p>Los resultados del seguimiento (recogidos de 6 meses a 18 años después de la intervención) demuestran la mejora de SEL en el desarrollo positivo de los jóvenes. A los participantes les fue mucho mejor en los controles de habilidades socioemocionales, actitudes e indicadores de bienestar. Los beneficios fueron similares independientemente de la raza de los estudiantes, su origen socioeconómico o la ubicación de la escuela. El desarrollo de habilidades socioemocionales posteriores a la intervención fue el mejor predictor de bienestar en el seguimiento. Los resultados poco evaluados pero notables (por ejemplo, graduación y</p>

				comportamientos sexuales seguros) ilustran la mejora de los aspectos críticos de las trayectorias de desarrollo de los alumnos.
<p>Por: Fernandez-Berrocal, Pablo; Cabello, Rosario; Jose Gutierrez-Cobo, Maria</p> <p>REVISTA INTERUNIVERSITARIA DE FORMACION DEL PROFESORADO-RIFOP Número: 88 Páginas: 15-25 Fecha de publicación: APR</p>	<p>Advances in research on emotional skills in education</p>	<p>Hoy en día, el estudio de las emociones es uno de los principales objetivos en varios campos de investigación, especialmente en el ámbito educativo. Este creciente interés ha llevado a una gran cantidad de estudios que evalúan sus efectos en diferentes contextos. Este artículo muestra los progresos recientes en la investigación sobre las habilidades emocionales en la educación.</p>		<p>Se centra principalmente en la relevancia de las habilidades emocionales en la infancia y la adolescencia, en el efecto que tienen las emociones en la evaluación docente de los alumnos, en los instrumentos destinados a evaluar la Inteligencia Emocional (IE) en estas etapas y, finalmente, en los programas de formación validados para mejorar las habilidades emocionales. Estos hallazgos respaldan la importancia de la capacitación en competencias emocionales y sociales de estudiantes y docentes para obtener beneficios en contextos personales y grupales.</p>

2017				
<p>Por: Escolar Llamazares, Maria del Camino; de la Torre Cruz, Tamara; Huelmo Garcia, Jonathan; et ál..</p> <p>CONTEXTOS EDUCATIVOS- REVISTA DE EDUCACION Número: 20 Número especial: SI Páginas: 113-125 Fecha de publicación: 2017</p>	<p>Emotional education in early childhood education teachers: a key aspect in teaching performance</p>	<p>En función de la importancia de la educación emocional en los alumnos de la Primera Infancia, es igualmente importante que estas habilidades también estén presentes en la formación de los docentes. El objetivo es analizar la formación ofrecida por los CFIE de Burgos y Miranda de Ebro a los docentes de Infancia Temprana sobre educación emocional. Este es un estudio descriptivo de corte transversal.</p>	<p>En relación con los resultados, el análisis se enfoca en el estudio de frecuencias usando el programa estadístico SPSS v. 22.</p>	<p>Resultados: obtenemos que el 69.9% de los cursos tomados incluyen en el título un término relacionado con educación emocional o inteligencia emocional. Los cursos se han triplicado en los últimos años, y las escuelas públicas son principalmente lo que los llevó a cabo. Los principales beneficiarios son los docentes de la Primera Infancia y la educación primaria. En conclusión, la educación emocional en el desempeño de los docentes de Primera Infancia es un aspecto clave para que puedan implementar metodologías activas que faciliten el desarrollo integral de los estudiantes, por lo que a pesar del continuo programa educativo relacionado con estos aspectos está aumentando en los últimos años, requeriría que los responsables de los CFIE establezcan un</p>

				plan de acción para desarrollar en todas las áreas de la provincia de Burgos.
<p>Por: Cejudo, Javier</p> <p>INFANCIA Y APRENDIZAJE</p> <p>Volumen: 40</p> <p>Número: 3</p> <p>Número especial: SI</p> <p>Páginas: 503-530</p> <p>Fecha de publicación: 2017</p>	<p>Effects of a programme to improve emotional intelligence on psychosocial adjustment and academic performance in primary education</p>	<p>El presente estudio tiene como objetivo diseñar, desarrollar y evaluar el impacto de un programa para mejorar la inteligencia emocional (PIEI) del ajuste psicosocial y el rendimiento académico de los estudiantes de sexto año de educación primaria. Se utiliza un diseño cuasi-experimental, pretest-postest de medidas repetidas con un grupo de control.</p>	<p>Este estudio incluye 123 estudiantes participantes, de los cuales 55 estudiantes (44.72%) fueron asignados al grupo de control y 68 (55.28%) al grupo experimental. El PIEI se basa en el modelo de inteligencia emocional, que consta de ocho sesiones de 50 minutos.</p>	<p>Los resultados confirman que el PIEI estimula una mejora significativa en el ajuste psicosocial y el rendimiento académico general en los grupos experimentales. Estos resultados sugieren que los programas de EI pueden ser efectivos para promover el ajuste psicosocial y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de primaria. Se discuten las implicaciones de estos hallazgos y se hacen recomendaciones para futuras investigaciones.</p>
<p>Por: Cassidy, Deborah J.; King, Elizabeth K.; Wang, Yudan C.;</p>	<p>Teacher work environments are toddler learning environments: teacher</p>	<p>El estudio actual examina el bienestar profesional de los maestros, el apoyo emocional en el aula y las experiencias emocionales de</p>	<p>El bienestar profesional de los maestros se conceptualiza para incluir los sentimientos del maestro sobre su trabajo, la autonomía en la toma de decisiones, los salarios reales y las percepciones de la equidad de los</p>	<p>El estudio apoya empíricamente las relaciones entre el bienestar profesional de los docentes, el apoyo emocional en el aula y las expresiones emocionales y los comportamientos de los niños pequeños.</p>

<p>et ál..</p> <p>EARLY CHILD DEVELOPMENT AND CARE</p> <p>Volumen: 187</p> <p>Número: 11</p> <p>Páginas: 1666-1678</p> <p>Fecha de publicación: 2017</p>	<p>professional well-being, classroom emotional support, and toddlers' emotional expressions and behaviours</p>	<p>los niños pequeños a su cargo.</p>	<p>salarios dentro del programa y dentro de la profesión de la primera infancia en general.</p>	<p>Se discuten las implicaciones de las políticas de la niñez temprana con respecto al bienestar profesional de los maestros y los ambientes emocionales de las aulas de niños pequeños.</p>
<p>Por: Jeon, Lieny; Hur, Eunhye; Buettner, Cynthia K.</p> <p>JOURNAL OF SCHOOL PSYCHOLOGY</p> <p>Volumen: 59</p> <p>Páginas: 83-96</p> <p>Fecha de</p>	<p>Child-care chaos and teachers' responsiveness: The indirect associations through teachers' emotion regulation and coping</p>	<p>Los maestros en entornos de cuidado infantil temprano son contribuidores clave para el desarrollo de los niños. Sin embargo, el papel de las habilidades emocionales de los docentes (es decir, la regulación de las emociones y las habilidades de afrontamiento) y el papel del caos ambiental percibido por</p>	<p>La muestra consistió en 1129 maestros de aula en edad preescolar en guarderías y programas públicos de prekínder en los EE. UU. Primero descubrimos que el caos en el cuidado de los niños estaba directamente relacionado con las reacciones de no apoyo de los docentes después de controlar el programa múltiple, y las características del docente. Además, los maestros en entornos de cuidado de niños más caóticos tenían menos revalorización y habilidades de</p>	<p>Los resultados de este estudio exploratorio sugieren que es importante preparar a los maestros para manejar entornos caóticos con pautas y reglas claras. Con el fin de alentar las respuestas de apoyo de los maestros a los niños, se necesitan programas de intervención para abordar las estrategias de afrontamiento y regulación de las emociones de los maestros en la educación de la primera</p>

<p>publicación: DEC 2016</p>		<p>los docentes en relación con su capacidad de respuesta a los niños no se han estudiado. El presente estudio exploró las asociaciones directas e indirectas entre las percepciones de los docentes sobre el caos de cuidado infantil y sus reacciones contingentes autoinformadas hacia las emociones negativas de los niños y las interacciones sociales desafiantes a través de la regulación emocional y las estrategias de afrontamiento de los docentes.</p>	<p>afrontamiento, lo que a su vez se asociaba con niveles más bajos de receptividad positiva hacia los niños. Los maestros que informaron de un mayor grado de caos utilizaron más estrategias de supresión, que a su vez, se asociaron con las reacciones de no apoyo de los docentes y con menos reacciones de estímulo expresivo a las emociones de los niños.</p>	<p>infancia.</p>
<p>Por: Kluczniok, Katharina; Anders, Yvonne; Sechtig,</p>	<p>Influences of an academically oriented</p>	<p>Como resultado de las discusiones públicas sobre la posición de Alemania en el</p>	<p>Este documento examina estas afirmaciones recurriendo al programa preescolar alemán 'KiDZ' para analizar el desarrollo</p>	<p>Los efectos positivos de la participación de los niños en KiDZ se encuentran y</p>

<p>Jutta; et ál..</p> <p>EARLY CHILD DEVELOPMENT AND CARE</p> <p>Volumen: 186</p> <p>Número: 1</p> <p>Número especial: SI</p> <p>Páginas: 117-139</p> <p>Fecha de publicación: 2016</p>	<p>preschool curriculum on the development of children - are there negative consequences for the children's socio-emotional competencies?</p>	<p>ranking internacional de logros estudiantiles, se prestó más atención a la mejora de la estimulación cognitiva en los centros preescolares.</p> <p>Existen algunas preocupaciones de que los planes de estudios preescolares que se enfocan más en la estimulación cognitiva que en las habilidades socioemocionales puedan descuidar el desarrollo socioemocional de los niños.</p> <p>Estas preocupaciones están arraigadas en la tradición de los centros preescolares alemanes que se centran más en la estimulación de las habilidades cognitivas que</p>	<p>socioemocional (bienestar, alegría de aprender y preocupación) de los niños que asisten a un preescolar con un plan de estudios más académico. Este estudio también investiga los efectos de la calidad preescolar específica del dominio y si los efectos de la participación en KiDZ pueden explicarse por la calidad de los centros preescolares.</p>	<p>serán discutidos.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------

		de las sociales.		
<p>Por: Pegalajar Palomino, Ma del Carmen; Lopez Hernaez, Lara</p> <p>REICE-REVISTA IBEROAMERICANA SOBRE CALIDAD EFICACIA Y CAMBIO EN EDUCACION</p> <p>Volumen: 13 Número: 3 Páginas: 95-106 Fecha de publicación: JUL 2015</p>	<p>Emotional Competences in the Childhood Education Teacher Training</p>	<p>La formación inicial del profesorado debe incluir el desarrollo de la competencia emocional, por lo que es crucial mejorar la educación de calidad. Por lo tanto, debe facilitar el desarrollo de habilidades para autoevaluarse, reconocer y gestionar sus propias emociones y las de los demás. Esta investigación evalúa el nivel de autorrealización y realización personal de los estudiantes de Educación Infantil de la Universidad Católica de Murcia (n = 183).</p>	<p>Para ello, se ha utilizado una metodología descriptiva, que lleva a cabo la recopilación de datos a través de una encuesta técnica. El instrumento utilizado fue el "autoconcepto y realización del cuestionario" (AURE) para analizar el contenido clave y construir la "autorrealización".</p>	<p>Los participantes muestran niveles favorables en la autorrealización y la realización personal; Se muestran resultados optimistas a los estudiantes y aquellos que han aceptado la vocación de grado, la influencia de una familia involucrada en la enseñanza o para obtener estabilidad laboral. Es compatible con la importancia de desarrollar un programa de "atención plena" en los maestros de capacitación inicial; la práctica persigue la felicidad, las emociones positivas, la resistencia física y mental y las relaciones más satisfactorias.</p>



<p>Por: Moore, Julia E.; Cooper, Brittany Rhoades; Domitrovich, Celene E.; et ál..</p> <p>EARLY CHILDHOOD RESEARCH QUARTERLY</p> <p>Volumen: 32</p> <p>Páginas: 127-138</p> <p>Fecha de publicación: 2015</p>	<p>The effects of exposure to an enhanced preschool program on the social-emotional functioning of at-risk children</p>	<p>Las habilidades sociales y emocionales facilitan la preparación para la escuela, sin embargo, las evaluaciones de los programas preescolares generalmente se centran en los beneficios cognitivos de la educación temprana y rara vez examinan el impacto del preescolar en los resultados "no cognitivos". Este estudio usó la coincidencia de puntaje de propensión para crear dos grupos de participantes de preescolar para comparar cómo la duración preescolar se asoció con el conocimiento de la emoción de los niños, la competencia social y el</p>	<p>Los sujetos fueron extraídos de un estudio de evaluación de un programa preescolar público integral que incluía un plan de estudios socioemocional basado en la evidencia.</p>	<p>En comparación con los niños que participaron en un año del programa preescolar, los maestros que clasificaron a los niños que asistieron durante dos años obtuvieron mayores niveles de competencia social a lo largo del tiempo desde el primer año de preescolar hasta el jardín de infantes. En el jardín de infantes, los niños que asistieron al programa durante dos años demostraron niveles más altos de conocimiento emocional. Se discuten las implicaciones de los resultados para las intervenciones preescolares.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		ajuste del comportamiento en el jardín de infantes.		
<p>Por: Iizuka, Cristina Akiko; Barrett, Paula M.; Gillies, Robyn; et ál..</p> <p>AUSTRALIAN JOURNAL OF GUIDANCE AND COUNSELLING</p> <p>Volumen: 24</p> <p>Número: 2</p> <p>Páginas: 152-166</p> <p>Fecha de publicación: DEC 2014</p>	<p>A Combined Intervention Targeting both Teachers' and Students' Social-Emotional Skills: Preliminary Evaluation of Students' Outcomes</p>	<p>La literatura indica una creciente evidencia que muestra los beneficios de las intervenciones universales preventivas basadas en el aula para la salud mental y el vínculo entre el aprendizaje social y emocional y el rendimiento académico.</p>	<p>El programa FRIENDS ha sido ampliamente probado y ha mostrado resultados prometedores no solo para prevenir la ansiedad infantil, sino también para mejorar el autoconcepto, las habilidades sociales y las habilidades de afrontamiento de los estudiantes. Sin embargo, cuando se trata de comunidades en desventaja, los resultados son mixtos, y algunos estudios informan la necesidad de incluir mejoras en el contexto en el que se implementa el programa para brindar un mejor apoyo a las comunidades en riesgo. Una intervención combinada con el objetivo de promover las habilidades socioemocionales de los estudiantes se puso a prueba en una escuela ubicada en un área de bajo nivel socioeconómico. Los maestros recibieron capacitación para</p>	<p>Los resultados socioemocionales de los estudiantes se evaluaron antes, después de 3 y 6 meses después de la intervención. Los resultados mostraron que la intervención ayudó a los estudiantes a disminuir su ansiedad, y la intervención fue bien aceptada por los participantes.</p>

			enseñar habilidades sociales y emocionales para los estudiantes y un programa de resiliencia para ellos mismos.	
<p>Por: Riquelme, Enrique; Montero, Ignacio</p> <p>MIND CULTURE AND ACTIVITY</p> <p>Volumen: 20</p> <p>Número: 3</p> <p>Número especial: SI</p> <p>Páginas: 226-239</p> <p>Fecha de publicación: JUL 1 2013</p>	<p>Improving Emotional Competence Through Mediated Reading: Short Term Effects of a Children's Literature Program</p>	<p>Sintetizamos tres líneas teóricas relacionadas con la educación de la primera infancia: las ideas de Vygotsky sobre el desarrollo, la construcción de la competencia emocional y la tradición de la lectura mediada por adultos.</p> <p>Diseñamos e implementamos un programa de intervención temprana para fomentar la competencia emocional de los niños a través de la lectura de la literatura infantil mediada por adultos.</p>	<p>Noventa y dos niños (6-8 años) participaron y se dividieron en tres grupos. Implementamos un diseño pre-post cuasiexperimental con dos grupos cuasi-control. Medimos el reconocimiento de emociones faciales, la empatía y la labilidad emocional como variables dependientes.</p>	<p>Los resultados indican que el grupo experimental obtuvo la mejor puntuación en todas las dimensiones. Concluimos alentando la competencia emocional de los niños a través de la educación formal.</p>
<p>Por: Fleer,</p>	<p>Emotions in</p>	<p>Los cuentos de hadas</p>	<p>Al basarnos en la investigación histórico-</p>	<p>Sugerimos que los cuentos de hadas</p>

<p>Marilyn; Hammer, Marie</p> <p>MIND CULTURE AND ACTIVITY</p> <p>Volumen: 20</p> <p>Número: 3</p> <p>Número especial: SI</p> <p>Páginas: 240-259</p> <p>Fecha de publicación: JUL 1 2013</p>	<p>Imaginative Situations: The Valued Place of Fairytales for Supporting Emotion Regulation</p>	<p>representan una práctica cultural de larga data utilizada por los maestros de la primera infancia para apoyar el desarrollo social y emocional de los niños. Sin embargo, las prácticas contemporáneas ven a los gobiernos exigir un plan de estudios más académico.</p>	<p>cultural, teorizamos cómo los cuentos de hadas ayudan a los niños a desarrollar colectivamente la regulación de las emociones, donde la unidad de las emociones y la cognición se destacan durante la narración, el recuento y el juego de roles de los cuentos de hadas, permitiendo una interacción dinámica interpsicológica con un funcionamiento intrapsicológico.</p>	<p>tengan un lugar valioso dentro de los programas para la primera infancia porque introducen situaciones imaginativas emocionalmente cargadas que creemos que apoyan la regulación de las emociones de los niños en situaciones de cuidado grupal.</p>
<p>Por: Gormley, William T., Jr.; Phillips, Deborah A.; Newmark, Katie; et ál..</p> <p>CHILD DEVELOPMENT</p> <p>Volumen: 82</p>	<p>Social-Emotional Effects of Early Childhood Education Programs in Tulsa</p>	<p>Este artículo evalúa los efectos de los programas de educación infantil de Tulsa (Oklahoma) sobre los resultados socioemocionales, examina las calificaciones de los maestros sobre el comportamiento de los niños de las Escalas de ajuste para</p>	<p>La muestra incluye 2,832 estudiantes de jardín de infantes en 2006, de los cuales 1,318 participaron en el programa de prekínder de las Escuelas Públicas de Tulsa (TPS) y 363 participaron en el programa CAP Head Start del Condado de Tulsa el año anterior. La participación en el programa se asoció con una menor timidez y mayor atención para los alumnos de pre-</p>	<p>Los resultados fueron similares para la submuestra elegible para el almuerzo gratis. Concluimos que los programas preescolares de alta calidad pueden mejorar el desarrollo social y emocional.</p>

<p>Número: 6  Páginas: 2095-2109  Fecha de publicación: NOV-DEC 2011</p>		<p>la intervención preescolar y una medida de atención utilizando regresiones de efectos fijos con coincidencia de puntaje de propensión.</p>	<p>K de TPS y una reducción marginalmente significativa en la timidez de los ex alumnos de Head Start.</p>	
<p>Por: Pahl, Kristine M.; Barrett, Paula M.   AUSTRALIAN JOURNAL OF GUIDANCE AND COUNSELLING  Volumen: 17  Número: 1  Páginas: 81-90  Fecha de publicación: JUL 2007</p>	<p>The development of social-emotional competence in preschool-aged children: An introduction of the Fun FRIENDS program</p>	<p>El desarrollo de la competencia social y emocional es de importancia clave durante la primera infancia, particularmente durante los años preescolares. Con demasiada frecuencia creemos que la educación de la primera infancia debe centrarse en la promoción de las habilidades académicas para aumentar la inteligencia y, por lo tanto, descuidar la importancia del aprendizaje social y</p>	<p>Este artículo examina la importancia de desarrollar la competencia socioemocional durante los primeros años de vida y discute los enfoques de intervención universal dentro del aula. Se describe en detalle un programa de intervención universal particular: el programa Fun FRIENDS (Barrett, 2007), cuyo objetivo es aumentar la competencia socioemocional. El programa Fun FRIENDS es una extensión del programa FRIENDS for Life basado en evidencia preexistente y adaptada al desarrollo (Barrett 2004; 2005).</p>	<p>Los niños que están socialmente y emocionalmente bien adaptados rinden mejor en la escuela, tienen una mayor confianza, tienen buenas relaciones, asumen y persisten en tareas difíciles y se comunican bien. El entorno escolar es el entorno óptimo para implementar intervenciones centradas en aumentar la competencia socioemocional.</p>

		emocional.		
--	--	------------	--	--

**Tabla 8. Resultados de investigación en la base de datos Web of Science, en el periodo de tiempo desde 2003 a 2018.**

<b>Estudio</b>	<b>Título</b>	<b>Diseño y objetivos</b>	<b>Muestra y método</b>	<b>Resultados</b>
Bisquerra, Rafael; Hernández, Silvia  Papeles del psicólogo, ISSN 0214-7823, Vol. 38, Nº. 1, 2017 (Ejemplar dedicado a: Psicología positiva aplicada: Clínica y educación), págs. 58-65	Psicología positiva, educación emocional y el Programa Aulas Felices	La psicología positiva tiene múltiples aplicaciones.	En este artículo nos centramos en la educación formal, de los 3 a los 18 años. Se expone como el desarrollo del bienestar debería ser una de las finalidades de la educación, lo cual repercutiría en el profesorado, alumnado, familias y por extensión a la sociedad en general. La educación emocional (Bisquerra, 2000, 2009), desde sus orígenes, ha tenido esto claro. Con el surgimiento de la psicología positiva se produjo un renovado esfuerzo en este sentido, como una mejor fundamentación. El GROPO (Grupo de Recerca en Orientación	El programa centra sus aplicaciones en las fortalezas personales y la atención plena; es gratuito y de libre distribución. En el artículo se argumenta sobre la importancia de potenciar el bienestar en la educación, se presentan actividades prácticas y estrategias de intervención, con especial referencia a la formación del profesorado.

			<p>Psicopedagógica) de la Universidad de Barcelona está realizando investigaciones en esta línea. Aulas Felices es el primer programa en lengua castellana de psicología positiva aplicada a la educación; dirigido a alumnado de educación infantil, primaria y secundaria.</p>	
<p>Cepa, Amaya; Heras, Davinia Fernández, María Aula abierta, ISSN 0210-2773, Vol. 46, N° 0, 2017 (Ejemplar dedicado a: Educación inclusiva:</p>	<p>La educación emocional en la infancia: una estrategia inclusiva</p>	<p>Esta investigación está enmarcada dentro del ámbito de la Educación Emocional en edades tempranas. El objetivo de este estudio es comprobar la eficacia del Programa EMO-ACCIÓN de educación emocional, valorando su impacto en niños de 4 a 5 años con</p>	<p>Para este trabajo se ha seleccionado un grupo de 22 alumnos/as de Educación Infantil con estas necesidades, de una muestra de 123 alumnos/as matriculados en un colegio ordinario preferente en limitaciones físicas. Se utiliza un diseño de medidas repetidas pre-test/post-test con grupos experimental (12 alumnos) y control (10 alumnos). Para ello, se administra antes y después de la intervención educativa</p>	<p>Los resultados muestran que los alumnos que participaron en el programa educativo incrementan de forma significativa sus competencias emocionales, encontrándose una clara mejora en las cinco dimensiones que se evalúan en la escala. El programa favorece el desarrollo de las competencias emocionales, tanto para alumnado que presenta o no</p>

<p>avances desde la reflexión, la práctica y la investigación), págs. 73-82</p>		<p>necesidades específicas de apoyo educativo.</p>	<p>la escala RRER para la medición de competencias emocionales.</p>	<p>dificultades educativas.</p>
<p>Mestre, José Miguel; Pérez, Nélica; González de la Torre, Gabriel; Núñez, Juan Manuel; Guil, Rocío  Contextos educativos: Revista de educación, ISSN 1575-023X, Nº 20, 2017</p>	<p>El desarrollo de la inteligencia emocional a través de la optimización de las capacidades cognitivas a través de la educación obligatoria</p>	<p>Desde que la Inteligencia Emocional (IE) fue desarrollada en 1990 (Salovey y Mayer, 1990), era cuestión de tiempo que se desarrollaran aplicaciones como en la educación, entre otros. De hecho, proliferaron programas específicos de IE, de menor temporalidad y de complicada incardinación en los proyectos de centro. Sin</p>	<p>El presente trabajo se basa en una propuesta teórica como base para el desarrollo de la IE en la educación obligatoria. Partiendo del modelo cognitivo de habilidades mentales de Cattell-Horn-Carroll, se observa que las capacidades que son fomentadas en la educación obligatoria son las mismas que se observan en el segundo estrato del modelo; además trabajos recientes (véase Mestre, MacCann, Guil y Roberts, 2016) han señalado que dichas capacidades del segundo estrato están conectadas a las capacidades de la IE.</p>	<p>Para ello, se insta a utilizar de forma transversal la introducción de información “hot” –aquella con significado existencial para un sujeto– en el contenido de las asignaturas (Mayer, Caruso y Salovey, 2016). Las asignaturas de ciencias sociales y naturales favorecen el desarrollo de la percepción consciente y precisa, incluida de las emociones. Por su parte, las ciencias sociales y las humanidades fomentan la comprensión. Finalmente, las diferentes contingencias que se</p>



<p>(Ejemplar dedicado a: Educación emocional en la formación del docente de la Sociedad Red / coord. por Magdalena Sáenz de Jubera Ocón, María Isabel Luis Rico), págs. 57-75</p>		<p>embargo, hay una alternativa a realizarlo de forma inespecífica y de mayor duración y viabilidad.</p>	<p>Por consiguiente, toda actividad educativa que optimice la percepción, la comprensión, el control atencional o la planificación cognitiva está incidiendo en el desarrollo de la IE.</p>	<p>producen en la vida escolar son escenarios idóneos para el entrenamiento de la regulación de las emociones.</p>
<p>Barrantes, Lena Revista Electrónica Educare, ISSN-e 1409-4258, Vol.</p>	<p>Educación emocional: El elemento perdido de la justicia social</p>	<p>Este ensayo pretende demostrar cómo la injusticia social es un efecto colateral de la carencia de un programa explícito de educación</p>	<p>La capacidad emocional es un elemento necesario para la educación actual y la del futuro. Esta habilidad es una pieza fundamental en el rompecabezas que constituye la compleja convivencia humana justa, en donde desde la</p>	<p>Entre las principales conclusiones se pueden citar: Las competencias socio-emocionales son un aspecto básico del desarrollo humano; un programa educativo que busque abordar esta habilidad requiere de más que una lista</p>

<p>20, Nº. 2, 2016 (Ejemplar dedicado a: Revista Electrónica Educare (mayo- agosto)), 10 págs.</p>		<p>emocional en el sistema educativo. El objetivo de la discusión se enfoca en la necesidad de encausar las habilidades emocionales desde edades tempranas y en dar a conocer los cuatro dominios básicos de la capacidad emocional: la autoconciencia, la autogestión, la convivencia social y la gestión de las relaciones.</p>	<p>infancia los individuos puedan ser capaces de gobernar sus emociones mediante estrategias. Por otro lado, se resalta la necesidad capital de adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas y desarrollar la habilidad de automotivarse, a fin de adoptar una actitud positiva ante la vida.</p>	<p>de valores y actitudes; para que sea una respuesta sistemática se necesitan objetivos, contenidos, actividades de mediación y estrategias de evaluación claramente establecidas.</p>
<p>Palomera, Raquel; Yépez De Domicis, Adriana</p>	<p>Educación responsable. Un programa para fomentar el desarrollo</p>	<p>“Educación responsable” es una propuesta educativa validada y consolidada para promover el desarrollo emocional,</p>	<p>Se apoya en recursos tecnológicos y artísticos para implementar las actividades a través del currículo y tutorías. Para ello, los centros participan en un proceso de formación a lo largo</p>	

<p>Revista Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers, ISSN 0210-4679, ISSN-e 2255-1042, N°. 368, 2016 (Ejemplar dedicado a: Inteligencia emocional y educación), págs. 24-29.</p>	<p>emocional, social y de la creatividad en toda la comunidad educativa</p>	<p>social y de la creatividad en la etapa infanto-juvenil a través del trabajo conjunto de toda la comunidad educativa.</p>	<p>de tres años.</p>	
<p>Cabello, Rosario; Fernández-Berrocal, Pablo. Revista Padres y</p>	<p>Programas para enseñar la inteligencia emocional en las escuelas.</p>	<p>Este artículo reflexiona sobre la idea de que para enseñar la inteligencia emocional en las escuelas de una forma eficaz es</p>		<p>Es necesario un plan de implementación realista, así como padres y maestros con una mentalidad de crecimiento que crean que el aprendizaje y el desarrollo de la</p>

<p>Maestros / Journal of Parents and Teachers, ISSN 0210-4679, ISSN-e 2255-1042, N°. 368, 2016 (Ejemplar dedicado a: Inteligencia emocional y educación), págs. 11-17</p>	<p>Ideas para una adecuada implementación</p>	<p>necesario contar con un programa riguroso y validado científicamente.</p>		<p>inteligencia emocional dependen del esfuerzo y trabajo diario de cada uno de nosotros.</p>
<p>Rueda, Pilar; Filella, Gemma Revista Padres y Maestros / Journal of</p>	<p>Educación emocional para familias y docentes</p>	<p>Existen varios motivos que inducen a pensar en la necesidad de un programa de Educación Emocional conjunto familia y escuela. En el artículo se presenta</p>		<p>Las emociones nos humanizan; será maravilloso cuando podamos controlarlas en sus excesos y disfrutarlas plenamente cuando llegan sus momentos. Ésta es la clave de la</p>

<p>Parents and Teachers, ISSN 0210-4679, ISSN-e 2255-1042, N°. 368, 2016 (Ejemplar dedicado a: Inteligencia emocional y educación), págs. 30-35</p>		<p>la situación actual de la Educación Emocional en el Sistema Educativo, las cinco competencias emocionales, principios y consejos prácticos para ponerla en práctica en familia.</p>		<p>Educación Emocional.</p>
<p>Extremera, Natalio; Rey, Lourdes; Pena, Mario.  Revista Padres y Maestros / Journal of</p>	<p>Educadores de corazón. Inteligencia emocional como elemento clave en la labor docente</p>	<p>Este artículo revisa los beneficios que la inteligencia emocional puede alcanzar en el campo de la docencia. Subraya la idea de que para tener alumnos emocionalmente</p>		<p>Se destacan las principales áreas en las que la inteligencia emocional del educador supondría un beneficio en el aula, las cuales redundarán, en último término, en los alumnos, como por ejemplo, la mejora de los resultados académicos y un mayor bienestar</p>

<p>Parents and Teachers, ISSN 0210-4679, ISSN-e 2255-1042, N°. 368, 2016 (Ejemplar dedicado a: Inteligencia emocional y educación), págs. 65-72</p>		<p>inteligentes es necesario dotar a los educadores con estrategias y formación específicas en habilidades emocionales.</p>		<p>social y emocional.</p>
<p>Lamas, María Cristina. Revista Iberoamericana de Educación, ISSN-e 1681-5653, Vol. 62,</p>	<p>Educación emocional, contribución de la escuela a la salud mental infantil</p>		<p>Se reconoce a la escuela como un ámbito promotor de la salud mental infantil, pues puede enseñar las habilidades afectivas y sociales que los niños necesitan para afrontar las contingencias. Se describen investigaciones que demuestran cómo la estimulación de la regulación</p>	<p>Se concluye que la educación emocional necesita ser integrada al currículum formal desde la educación inicial.</p>

<p>Nº. 3, 2013</p>			<p>emocional, de las emociones positivas y de las habilidades en la resolución de problemas interpersonales, mejoran el comportamiento de los niños y su desempeño académico. Se analiza un programa escolar que se lleva a cabo en Argentina en escuelas cuya población está bajo el límite de pobreza.</p>	
<p>Miñaca, María Isabel; Hervás, Miriam; Laprida, Isabel.  RES : Revista de Educación Social, ISSN-e 1698-9097, Nº. 17 (Monográfico),</p>	<p>Análisis de programas relacionados con la Educación Emocional desde el modelo propuesto por Salovey &amp;</p>	<p>El objetivo principal de este monográfico es el de proporcionar un análisis sobre tres programas de educación emocional realizados y llevados a cabo en España desde el modelo de Inteligencia Emocional que proponen Salovey &amp; Mayer (1997), y considerar qué aspectos</p>	<p>Para ello, se realiza una breve introducción sobre el concepto de emoción, Inteligencia Emocional y la implicación de ella en el sistema educativo, para pasar después a la explicación del modelo de Salovey &amp; Mayer (1997) y realizar el posterior análisis.</p>	<p>Por último, se exponen algunas de las conclusiones extraídas, entre ellas la necesidad de una correcta evaluación de cada una de las intervenciones que garanticen su eficacia y con ello la consecución de los objetivos que persigue cada una de ellas. Los tres programas seleccionados para la elaboración de este monográfico han sido el Programa “Ulises” (Comas, Moreno &amp; Moreno, 2002), el</p>

<p>2013 (Ejemplar dedicado a: Rescatando la historia y las historias de la educación social)</p>	<p>Mayer</p>	<p>de dicho modelo están incluidos en cada uno de los programas revisados.</p>		<p>Programa “Construyendo Salud” (Luengo, Gómez-Fraguela, Garra &amp; Romero, 2002) y el Programa “Educación Emocional” (Segura &amp; Arcas, 2003).</p>
<p>Guil, Rocío; Mestre, José Miguel; González de la Torre, Gabriel; Foncubierta, Susana.  Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado,</p>	<p>Integración del desarrollo de competencias emocionales en el currículum de Educación Infantil</p>	<p>Desde este artículo presentamos una propuesta de integración de Educación Emocional en el currículum del segundo ciclo de Educación Infantil. Para ello partimos del modelo de Mayer &amp; Salovey (1997), por considerar que es el único que contempla las habilidades emocionales como</p>		<p>La legislación actual en materia de educación ha comenzado a dar importancia a la necesidad de trabajar la educación emocional ya desde la etapa de Educación Infantil. En la actual Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), así como en los Decretos y Órdenes que regulan el currículum y las enseñanzas mínimas de esta etapa, se incluyen contenidos y objetivos relacionados con la Inteligencia Emocional.</p>



<p>ISSN-e 1575-0965, Vol. 14, N°. 3, 2011 (Ejemplar dedicado a: Inteligencia emocional y alta habilidad), págs. 131-144</p>		<p>capacidades cognitivo-emocionales susceptibles de ser desarrolladas y, por otro lado, por ser el que mejor se ajusta a la finalidad general de esta etapa, así como a sus objetivos generales y contenidos curriculares que se reflejan en la citada normativa (LOE y LEA).</p>		<p>Dada la autonomía que la ley otorga a los docentes en la concreción del diseño curricular y en la programación del aula, y dada la relevancia de las vinculaciones que se han demostrado entre las competencias emocionales y diversos aspectos de la adaptación socioescolar, consideramos que la formación del futuro docente en relación al desarrollo de tales competencias en su alumnado debería formar parte de su programa de prácticas.</p>
<p>Fernández-Berrocal, Pablo; Extremera, Natalio</p>	<p>La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones</p>	<p>Un desafío fascinante para la escuela actual es educar a los alumnos tanto académicamente como</p>		<p>Es el modelo con mayor apoyo empírico pero, paradójicamente, el más desconocido en el campo educativo español, y puede constituir</p>

<p>Revista interuniversitaria de formación del profesorado, ISSN 0213-8646, ISSN-e 2530-3791, N° 54, 2005 (Ejemplar dedicado a: Educación emocional / coord. por María Pilar Teruel Melero, María Rosario Fernández Domínguez), págs. 63-94</p>	<p>desde el Modelo de Mayer y Salovey</p>	<p>emocionalmente. Este desafío está justificado por el número creciente de programas de prevención e intervención para jóvenes en España. Muchos de estos programas incluyen habilidades de Inteligencia Emocional (IE), pero carecen de un marco teórico y empírico. En este artículo, los autores describen los modelos actuales de IE. En especial, explican el modelo de Mayer y Salovey y los instrumentos desarrollados</p>		<p>un marco útil para los programas de IE en la escuela.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------

		para medir la IE.		
López, Èlia  Revista interuniversitaria de formación del profesorado, ISSN 0213-8646, ISSN-e 2530-3791, N° 54, 2005 (Ejemplar dedicado a: Educación emocional / coord. por María Pilar Teruel Melero, María Rosario Fernández	La educación emocional en la educación infantil	Las emociones están presentes en nuestras vidas desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad e interacción social. Vivimos las emociones en cualquier espacio y tiempo, con la familia, con los amigos, con nuestro entorno, con nuestros iguales, con nuestra escuela, con nuestros educadores, etc. Por lo que la escuela es un ámbito más de conocimiento y de		En este artículo se presentan objetivos, contenidos, ejemplos de actividades y la evaluación de la educación emocional en la educación infantil. Por mi experiencia, la puesta en práctica de la educación emocional no tan sólo ha enriquecido al alumnado sino también a los docentes en cuanto a su crecimiento personal y profesional. Ha unido al equipo de profesores, generando más comunicación y empatía entre ellos. Se han construido nuevos proyectos de centro, nuevas ilusiones compartidas y se ha favorecido el diálogo y el respeto.

<p>Domínguez), págs. 153-168</p>		<p>experiencias en el que se desarrollan las emociones. Educar significa contemplar el desarrollo integral de las personas, desarrollar las capacidades tanto cognitivas, físicas, lingüísticas, morales como afectivo y emocionales. La educación emocional adopta un enfoque del ciclo vital que se lleva a la práctica a través de programas secuenciados, que pueden iniciarse en la educación infantil.</p>		
<p>Obiols, Meritxell Revista</p>	<p>Diseño, desarrollo y evaluación de</p>			<p>Este artículo describe el proceso de desarrollo de un programa de Educación Emocional en las etapas de</p>

<p>interuniversitaria de formación del profesorado, ISSN 0213-8646, ISSN-e 2530-3791, N° 54, 2005 (Ejemplar dedicado a: Educación emocional / coord. por María Pilar Teruel Melero, María Rosario Fernández Domínguez), págs. 137-152</p>	<p>un programa de educación emocional en un centro educativo</p>			<p>infantil, primaria y secundaria del Colegio La Salle Bonanova, situado en Barcelona. Esta investigación resulta totalmente innovadora dentro del ámbito educativo y en estos momentos se está potenciando la formación del profesorado y la aplicación del programa con el alumnado de dichas etapas. Nuestra investigación presenta hoy en día una base que podemos considerar estable y sólida, y muestra una buena perspectiva de futuro, puesto que se ha aceptado como una línea a consolidar en nuestro centro y en los centros que forman parte de la misma institución en el resto de Cataluña.</p>
<p>Viloria, Carmen</p>	<p>La educación emocional en</p>	<p>Dada la importancia de la inteligencia emocional es</p>		<p>Con este artículo se pretende en primer lugar clarificar el concepto de</p>

<p>de Andrés Tendencias pedagógicas, ISSN 1133-2654, Nº 10, 2005 (Ejemplar dedicado a: Innovación educativa y formación del profesorado), págs. 107-124</p>	<p>edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela: programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores</p>	<p>el momento de que la escuela se ocupe de su educación. Tras el rápido desarrollo de la tecnología y la informática y la apertura de fronteras e intercambios culturales cada vez mayores, muchos profesionales de la, educación se están planteando generar en los niños valores, metas, capacidades que permitan resolver problemas relacionados con las emociones y los sentimientos, tanto con ellos como con los demás.</p>		<p>inteligencia emocional dentro de un marco histórico, comparando y contrastando las semejanzas y las diferencias presentadas por los distintos autores de la materia.</p> <p>En un segundo momento hay una revisión sobre los nuevos programas para el tratamiento educativo que conviene dar al desarrollo de este tipo de capacidades.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>Bisquerra, Rafael  Revista de investigación educativa, RIE, ISSN 0212-4068, Vol. 21, N° 1, 2003, págs. 7-43</p>	<p>Educación emocional y competencias básicas para la vida</p>	<p>La educación emocional es una respuesta educativa a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en las áreas académicas ordinarias: ansiedad, estrés, depresión, violencia, consumo de drogas, comportamientos de riesgo, etc. Hay que preparar a las personas para afrontar los retos de la vida con mayores probabilidades de éxito.</p>	<p>La educación emocional se propone el desarrollo de competencias emocionales, que son un tipo de competencias básicas para la vida. Entre estas competencias están la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional y competencias de vida para el bienestar. El desarrollo de estas competencias requiere una práctica continuada que llega a ser como una especie de entrenamiento para la vida.</p>	<p>Se presentan en el artículo ejemplos y sugerencias para la práctica.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------

**Tabla 9. Resultados de investigación en la base de datos Dialnet, en el periodo de tiempo desde 2003 a 2018.**