

Trabajo de Fin de Grado

Inteligencia Emocional: la importancia de su
educación para la formación de la persona

Autora

Leyre Colón Sainz-Terrones

Director

Alberto José Ballarín Tarrés

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

2019

ÍNDICE

1.	Introducción	5
2.	Justificación.....	5
3.	Objetivos	6
4.	Fundamentación teórica	7
4.1.	Evolución histórica del concepto de Inteligencia.....	7
4.1.1.	<i>Modelos centrados en la estructuración-composición de la inteligencia</i>	<i>7</i>
4.1.2.	<i>Modelos centrados en el funcionamiento cognitivo de la inteligencia</i>	<i>9</i>
4.1.3.	<i>Modelos centrados en la comprensión global del desenvolvimiento social de las personas en la búsqueda de su felicidad como necesidad vital.</i>	<i>12</i>
4.2.	Inteligencia emocional	14
4.2.1.	<i>Concepto.....</i>	<i>14</i>
4.2.2.	<i>Competencias y habilidades de la inteligencia emocional</i>	<i>14</i>
4.2.3.	<i>Gestión emocional/educación emocional</i>	<i>16</i>
4.3.	La inteligencia emocional en la familia / escuela.....	16
4.3.1.	<i>Formación y beneficios de la inteligencia emocional</i>	<i>16</i>
4.3.2.	<i>Cómo trabajar la IE en la familia/escuela</i>	<i>19</i>
5.	Propuesta de intervención	21
5.1.	Introducción	21
5.2.	Entorno y destinatarios.....	21
5.3.	Temporalización.....	22
5.4.	Contexto curricular.....	23
5.5.	Metodología	27
5.6.	Sesiones.....	28
5.7.	Rúbricas de evaluación.....	38
5.8.	Resultados	40
6.	Conclusiones	47
7.	Bibliografía	49
8.	Anexos.....	51

Inteligencia Emocional: la importancia de su educación para la formación de la persona.

Emotional Intelligence: the importance of education for the formation of the person.

- Elaborado por: Leyre Colón Sainz-Terrones.
- Dirigido por: Alberto José Ballarín Tarrés.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de Septiembre del año 2019.
- Número de palabras (sin incluir anexos): 11.763.

Resumen

En el siguiente Trabajo de Fin de Grado (TFG) se expone el recorrido que se ha llevado a cabo para conseguir la definición de Inteligencia Emocional y lo que esto significa, así como la importancia de expandir su formación y llevarla a las aulas, sobre todo de Educación Infantil.

Educar en emociones supone un avance en la sociedad, creando así personas competentes emocionalmente, capaces de convivir junto a otras de manera satisfactoria, debido a ser personas con habilidades sociales suficientes que permiten conseguir respeto y adaptación en un mundo lleno de personas y situaciones diferentes.

El planteamiento principal del trabajo es la elaboración de una propuesta de intervención para fomentar el desarrollo de la Inteligencia Emocional en un aula de Educación Infantil.

Palabras clave

Inteligencia, emoción, educación, habilidades, sociales, infantil.

Abstract

In the following Final Degree Project (TFG) it is studied the route that has been carried out to achieve the definition of Emotional Intelligence and what this means, as well as the importance of expanding their training and taking it to the classroom, especially of Early Childhood Education.

Educating in emotions is a breakthrough in society, this creating emotionally competent people, able to live together with others in a satisfactory way, due to being people with sufficient social skills that allow to achieve respect and adaptation in a world full of different people and situations.

The main approach of this work is the elaboration of an intervention proposal to promote the development of Emotional Intelligence in a classroom of Infant Education.

Keywords

Intelligence, emotion, education, skills, social, children.

1. Introducción

El presente trabajo de fin de grado consta de dos partes: en la primera, se expone de manera teórica la Inteligencia Emocional (IE) como término general, atendiendo a su evolución como concepto y nombrando a los autores que han contribuido en los estudios sobre esta. Además, aparecen reflejadas tanto sus competencias como las habilidades.

En la segunda parte, se expone una propuesta de intervención en un aula para niños de 2-3 años. Dicha intervención ha sido diseñada anteriormente atendiendo a los conocimientos tanto teóricos como prácticos por la experiencia en colegios durante la carrera universitaria.

Se define la “educación emocional” ligada a la gestión de las emociones, dos conceptos necesarios que contribuyen al desarrollo de personas competentes en el ámbito de la Inteligencia emocional, ya que esto enseña a ser personas felices, un tópico que todo el mundo escucha a lo largo de su vida, pero no toda persona lo consigue, debido a no saber sobrellevar ciertas situaciones y en su consecuencia, no saber gestionar sus emociones.

Aparecen destacadas maneras de trabajar este tema tanto en aulas de Infantil como en casa, con la finalidad de conseguir beneficios tanto en padres como en niños.

Con este trabajo se pretenden sacar unas conclusiones acerca del tema expuesto, debido a que se hace frente a un tema “novedoso” pero que ha estado presente a lo largo de toda la vida, y deben realizarse investigaciones para determinar si es necesaria su incorporación en el currículo escolar, y confirmar sus beneficios en cada persona y sociedad.

Para finalizar se realizará una evaluación de la propia intervención, para comprobar si se han logrado los objetivos establecidos, así como para atender a posibles mejoras posteriores.

2. Justificación

Educar las emociones cada vez está más a la orden del día, por lo que es necesario profundizar en dicho tema.

Ligada a la evolución del concepto de Inteligencia, está la importancia de fomentar la Inteligencia Emocional, suponiendo un avance en las personas, ya que se pretende conseguir el desarrollo óptimo de éstas, haciendo hincapié tanto en conocimientos como en habilidades sociales.

Se debe romper con la percepción antigua de conseguir el máximo nivel cognitivo, sin prestar atención al área que engloba sentimientos, emociones, maneras de actuar, etcétera; ya que la sociedad crece y esto conlleva a cambios, cambios que afectan en el ámbito social y educativo, ampliando su visión cada vez más en las aulas escolares.

En este trabajo, se pretende plasmar la importancia de conseguir avances con respecto a la gestión emocional de las personas. Es necesario contar con docentes formados emocionalmente, que se conozcan a sí mismos y sirvan de ejemplo a los más pequeños. Docentes implicados en la relación familia-escuela, cooperando conjuntamente para conseguir beneficios, conseguir educar a los pequeños para que el día de mañana tengan las habilidades necesarias para moverse en un mundo adulto complicado, preparados para afrontar cualquier tipo de situación, controlando sentimientos negativos como la frustración, ira, tristeza, etc. Aprendiendo a crecer como personas, siendo seres empáticos, solidarios, llenos de positividad y motivación para crear una sociedad más sana, llena de éxitos personales.

La Inteligencia Emocional es pues, un pilar fundamental para todas las personas.

Cabe destacar la importancia de trabajarla desde edades tempranas, ya que es cuando comienzan a formarse las personas, definiendo la personalidad a través de experiencias, imitaciones, relaciones, etcétera; teniendo más facilidad para adentrarse en el mundo emocional que los adultos.

La Educación Emocional aparece implícita en todo momento, ya sea a la hora de relacionarse socialmente o estudiando cualquier asignatura, pero es necesario trabajarla como tal, para tomar conciencia de su importancia ya que permite: autoconocimiento y mejora las relaciones intrapersonales e interpersonales, ayuda a crear sentimientos positivos y en definitiva a conseguir un estado de bienestar.

3. Objetivos

Con este Trabajo de Fin de Grado se pretende conseguir los siguientes objetivos:

- 1) Analizar la evolución teórica del concepto de Inteligencia
- 2) Diseñar un plan de intervención para un aula de Educación Infantil
- 3) Llevar a cabo los conocimientos teóricos a la práctica
- 4) Evaluar los resultados obtenidos en los pequeños
- 5) Fomentar la Educación Emocional en Educación Infantil
- 6) Trabajar la Inteligencia Emocional de manera teórica y práctica

4. Fundamentación teórica

4.1. Evolución histórica del concepto de Inteligencia

Los planteamientos expuestos a continuación ayudan a ordenar el recorrido de lo que es actualmente la inteligencia emocional, partiendo del concepto principal de inteligencia.

Se podría clasificar la inteligencia en los siguientes modelos:

4.1.1. Modelos centrados en la estructuración-composición de la inteligencia

En los comienzos, se parte de una inteligencia monolítica, donde los investigadores buscaban el factor principal que componía la inteligencia, siendo este el que marcaba la rapidez de aprendizaje en las personas.

El instrumento más válido para medir la inteligencia según esta concepción principal, es a partir de test, los cuales nacen según Gardner "por la necesidad de clasificar a las personas a lo largo de una dimensión que se juzga como importante para los logros escolares" (citado en Sternberg, R. y Detterman, D.2003, p. 92).

Son Alfred Binet y Théodore Simon quienes en 1905 crearon el primer test para medir la inteligencia: La Escala Binet-Simon. Según estos autores, la manera más exacta para poder medir la velocidad de aprendizaje es a través de pruebas, compuestas por ítems en relación a la edad del niño:

La clasificación de la persona como inteligente normal, superior o inferior vendría dada según que el sujeto contestase bien a los ítems de conocimiento que le correspondían a su Edad cronológica, a los de mayor o a los de menor edad que él. (Salmerón, P. 2002, p.100).

Este método es contradictorio, ya que parte de una variable para medir diferentes factores, es decir, a la hora de interpretar y de “poner nombre” a la inteligencia, se hace fijando una edad mental, pero a la hora de llevar a cabo la prueba, se trabajan distintas aptitudes así como es la memoria, la atención, imaginación, etcétera.

Se realizaron modificaciones, actualizaciones del modelo de Binet-Simon, con variaciones en la manera de medir las pruebas de inteligencia (Standford-Binet, 1960).

Unos veinte años después, concretamente en 1927, apareció la aportación de Spearman quien propuso una teoría de dos factores acerca de la inteligencia: un factor general (factor-G), que influye en la ejecución general de las tareas, y uno o más factores específicos (factor o factores S), que representan el aspecto «reproductivo» de la capacidad mental (Salmerón, 2002). Esta teoría se conoce como Teoría del Factor basada en el análisis factorial, “una técnica para descubrir las dimensiones subyacentes a las aptitudes reveladas por los test psicológicos y la estructura de estas dimensiones”. (Sternberg y Detterman, 2003, p. 70).

Como señalaba Salmerón (2002) Es con Thurstone (1938) cuando se empieza a hablar de inteligencia factoralizada. Este autor defiende la idea de que la inteligencia está compuesta por varias capacidades mentales, independientes entre sí, pero cuya unión define la inteligencia, lo que modificaría la Teoría del Factor de Spearman, quien sostenía la idea de que ambos factores eran dependientes el uno del otro.

Siempre que se le da a la inteligencia una definición diferente, aparece ligada a esta una nueva manera de medirla.

Surge con Eysenck una idea intermedia a estas dos teorías anteriores, adoptando por un lado la existencia del factor G con factores a su alrededor que pueden reorganizarse matemáticamente (teoría de Spearman), y por otro lado, corrobora que hay factores específicos como decía Thurstone.

Pasando por estos últimos tres autores, quienes realizan modelos diferentes a partir de datos similares, aparece Guilford (1967) con el modelo de “estructura del intelecto” quien estructura y categoriza los factores de los estudios anteriores.

Tras pasar por el recorrido de las concepciones de inteligencia monolítica y factorialista, aparece una tercera: la concepción jerárquica de los factores. Destacan los estudios de Cattell, quien definió la inteligencia de dos formas diferentes:

Inteligencia fluida: “capacidad de resolver nuevos problemas, usar la lógica en situaciones nuevas e identificar patrones” “capacidad de resolver nuevos problemas, usar la lógica en situaciones nuevas e identificar patrones.” (Equipo editorial Psicología Online. Consultado el 15 de mayo de 2019). Lo que sería actuar por instinto, de manera espontánea mediante aptitudes personales para la adaptación mediante aptitudes personales.

Inteligencia cristalizada: “capacidad de utilizar el conocimiento y la experiencia aprendidos.” (Equipo editorial Psicología-online. Consultado el 15 de mayo de 2019). Es decir, relacionar los conocimientos adquiridos mediante el aprendizaje personal debido a hacer frente a diversas situaciones anteriormente.

Horn (1994), matizó esta teoría con la afirmación de que la inteligencia de cada persona está compuesta por habilidades que se relacionan entre ellas, siendo individuales y diferentes.

Ambos autores resaltan la importancia de una inteligencia fluida y cristalizada para poder estudiar tanto las habilidades primarias como todos los factores generales que estas incluyen, de manera individual y en su conjunto, conociendo sus relaciones y lo que estas provocan.

4.1.2. Modelos centrados en el funcionamiento cognitivo de la inteligencia

El interés es otro en los modelos para el análisis de la estructura de la inteligencia, centrándose en cómo esta estructura evoluciona y se desarrolla, es decir, en la forma en que la mente registra, almacena, procesa la información y cuál es su naturaleza, dejando atrás la única importancia que se le daba a saber cuál era la composición de la inteligencia (Salmerón, 2002).

Existen muchos autores que han investigado este ámbito, pero cabe destacar dos en concreto: Piaget y Vigotsky, cuyas teorías influyen en la educación actual.

Estos autores provienen del constructivismo,

este paradigma concibe al ser humano como un ente autogestor que es capaz de procesar la información obtenida del entorno, interpretarla de acuerdo a lo que ya conoce convirtiéndola en un nuevo conocimiento, es decir que las experiencias previas del sujeto le permiten en el marco de otros contextos realizar nuevas construcciones mentales. (Saldarriaga, P. Bravo, G. Loor, M. (2016), p 4-5).

El primer autor nombrado, Piaget, explica el desarrollo a través de varios factores: procesos madurativos, la experiencia adquirida por el sujeto en el mundo físico, la experiencia social y la autorregulación.

Ballarín (2016) explica en sus Apuntes de Psicología del Desarrollo que Piaget destaca la necesidad de adaptación del niño frente a situaciones nuevas, la cual es adquirida mediante la asimilación y la acomodación, funciones que ayudan a saber superar experiencias desconocidas, mediante estrategias aprendidas anteriormente.

Piaget puso nombre a una serie de estadios/etapas, cada estadio pertenece a una edad concreta (puede variar según la persona). Estos estadios equivalen a fases que los niños van superando según su desarrollo hasta llegar a la edad adolescente:

- Sensoriomotor de los 0 a los 2 años. Finaliza al aparecer la función simbólica
- Preoperacional o Preoperatorio de los 2 a los 7 años. Finaliza al aparecer la lógica concreta.
- De las operaciones concretas de los 7 a los 11 años. Finaliza al aparecer la lógica formal.
- De las operaciones formales desde los 11 años. (Ballarín, 2016, p. 25).

“Es una teoría que en sentido general busca explicar y describir las formas o estructuras del pensamiento, cómo estas evolucionan y cada una de ellas contribuye a la adaptación del sujeto a la realidad.” (Saldarriaga, P. Bravo, G. Loor, M. 2016, p. 10).

El segundo autor, Vigotsky, sigue las líneas de la teoría de Piaget, pero añade una nueva hipótesis, la de la “zona de desarrollo próximo”, se trata de un espacio dinámico, donde primeramente el niño necesita la ayuda de un adulto o de otro compañero ya que no sabe hacerlo solo, y pasará a crear estrategias que le permitan en un futuro saber hacerlo sin ayuda. (Castorina, J. Ferreiro, E. Kohl de Oliveira, M y Lerner, D.1996, p. 18).

Para Vigotsky desde el comienzo de la vida humana el aprendizaje está relacionado con el desarrollo ya que es un “aspecto necesario y universal del proceso de desarrollo de las funciones psicológicas culturalmente organizadas y específicamente humanas” (Vigotsky, citado en, Castorina, J. et al. 1996, p. 101).

Tabla 1. Comparativa de las teorías de Piaget y Vigotsky

	PIAGET	VIGOTSKY
Teoría	Universalista e individualista del desarrollo	Histórico-social
Conocimiento	Basado en la experiencia (interacción del niño con el medio físico) Depende de la etapa en la que se encuentre la persona, tiene una serie de capacidades dadas por su biología.	Basado en la interacción social (sujeto-medio social y cultural) Depende de la calidad de interacción y de la Zona de desarrollo próximo.
Lenguaje	Instrumento subordinado al desarrollo. Depende de la edad del niño.	Herramienta más influyente. Permite la interacción social.
Papel del maestro	Guía. Crea condiciones y métodos. Promueve la exploración.	Oyente. Promueve el aprendizaje colaborativo.
Papel del alumno	Activo.	Activo.
Aprendizaje-desarrollo	Independiente el uno del otro.	Relacionados. Incluye al que enseña, al que aprende, y la relación entre ambos.
Palabras clave	Adaptación.	Interacción.

4.1.3. *Modelos centrados en la comprensión global del desenvolvimiento social de las personas en la búsqueda de su felicidad como necesidad vital.*

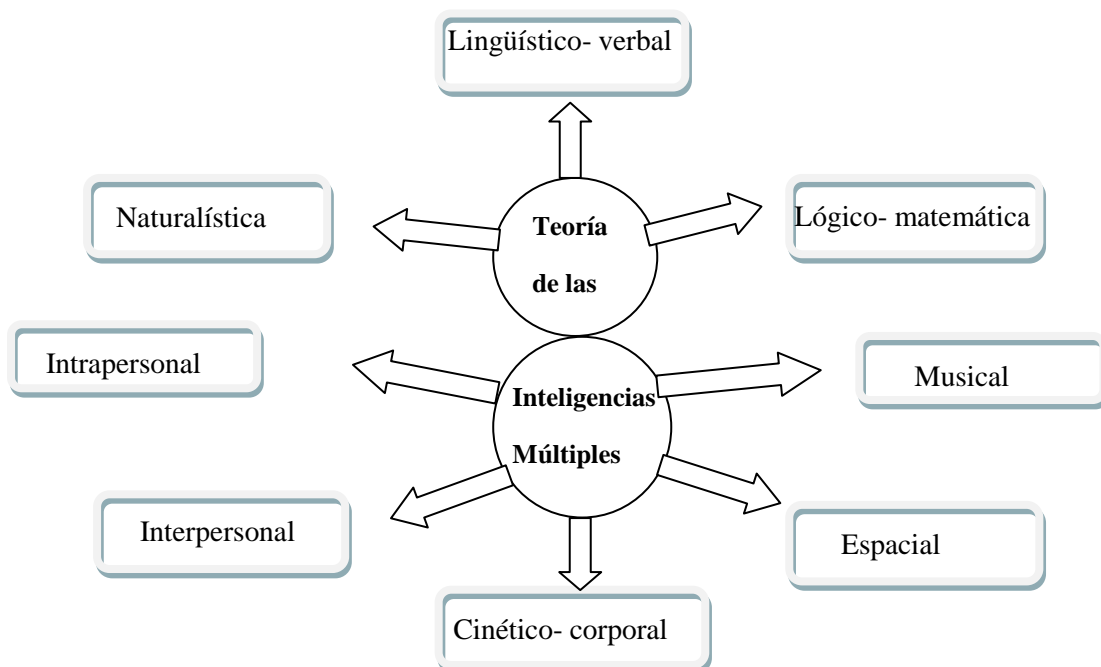
Estos modelos dejan de lado la conceptualización de la inteligencia como se entendía primeramente, ya que no tenían en cuenta valores arraigados.

Este cambio surge en manos de Gardner (1991) quien sigue las investigaciones de Piaget acerca del desarrollo cognitivo en los niños, abriendo un mundo de dudas y nuevas concepciones que el anterior autor no fue capaz de abarcar en su totalidad. Gardner crea un nuevo modelo, partiendo de la "teoría no universal" de Felman (1989) (Prieto y Ballester, 2003).

En este modelo el autor hace referencia a siete inteligencias (más tarde se amplían a ocho) pertenecientes a cada individuo, donde explica que cada persona destacará en algunas capacidades más que en otras, dependiendo de la educación de su cultura, las interacciones y las capacidades naturales.

Figura 1. Las 8 inteligencias que existen según Gardner

(Fuente: sitio web: Psicología y mente.)



“Las inteligencias trabajan siempre en concierto, y cualquier papel de adulto mínimamente complejo implica la mezcla de varias de ellas.” (Gardner, 2005, p. 39).

En la siguiente cita, se puede atender a la relación existente entre la teoría de Vigotsky y el modelo de Gardner:

El modelo de Gardner de las inteligencias múltiples supone una perspectiva evolutiva más amplia que la piagetiana, porque presta atención al desarrollo de la mente infantil y a la importancia que tienen para dicho desarrollo las interacciones dinámicas entre los niños. (Prieto y Ballester, 2003, p. 49).

Tras conocer las investigaciones de Gardner (2005) se concluye una nueva visión de inteligencia, la cual se centra en el individuo, en la diversidad de las personas, con distintos niveles de aprendizaje e intereses propios. Comienzan a tenerse en cuenta de manera conjunta las investigaciones de la ciencia cognitiva (estudio de la mente) y la neurociencia (estudio del cerebro).

Gardner convencido de que no todo el mundo aprende de la misma manera, ideó una serie de propuestas (Proyecto Spectrum; Centros de aprendizaje; Método multisensorial) para llevar a cabo en escuelas que ayudaban a potenciar el desarrollo de cada niño de manera individual, siendo ellos los protagonistas de sus aprendizajes, adecuando el nivel a cada uno y creando actividades según la motivación de la clase. (Prieto y Ballester, 2003, p. 32-37).

Aun habiendo evolucionado enormemente en el concepto de inteligencia, donde cada vez se tenía más en cuenta los aspectos sentimentales. Con la teoría de las inteligencias múltiples, no bastaba, ya que no explicaba cómo los sentimientos de cada persona influían en lo intelectual.

En 1990 Peter Salovey y John Mayer, emplearon por primera vez en sus publicaciones, la expresión de Inteligencia Emocional (IE) partiendo de los trabajos de Gardner, definiéndola como: “subconjunto de la inteligencia social, que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y las emociones propias, así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones”. (Vallés, A y Vallés, C. 2000, p. 90).

Es hasta aquí (de momento) hasta donde llega el amplio recorrido del concepto de inteligencia.

4.2. Inteligencia emocional

4.2.1. Concepto

Surge un giro inesperado en la conceptualización de inteligencia, en manos de Daniel Goleman (1995), quien añade un adjetivo para completar la definición de inteligencia, se trata de la “inteligencia emocional”. Dicho autor crea una obra “La inteligencia emocional” donde rompe con todos los esquemas anteriores, dejando de lado los test de inteligencia, dando un paso más, definiendo la inteligencia como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones” (Cabello, 2011, p.179).

Ser inteligentes emocionalmente, significa conocerse a uno mismo, saber lo que se siente en cada momento, diferenciar las emociones y mantener el equilibrio emocional, es decir, controlar los sentimientos frente a situaciones que se consideren “no alegres”, afrontarlas de manera exitosa, haciendo frente a aquellos momentos que resulten difíciles.

Conocerse a uno mismo implica, conocer en cierto modo a los demás. Relacionar la manera de actuar de las personas con sus emociones, haciendo de este modo que la convivencia en la sociedad sea más sana, contribuyendo al bienestar social gracias al desarrollo de emociones comunes tales como la empatía, generosidad, afectividad.

4.2.2. Competencias y habilidades de la inteligencia emocional

El aula es el primer lugar con el que el niño toma contacto fuera de su hogar, siendo una fuente de relaciones sociales tanto con compañeros como con personas adultas, rompiendo con el estrecho lazo familiar debido a la separación.

El preparar a los niños para la vida cotidiana no es papel individual por parte de los padres ni por parte de la escuela, sino que deben trabajar de manera cooperativa, uniéndose para que exista un desarrollo constante y eficaz en ellos.

La autora María José Cabello (2011) destaca dos conceptos importantes que forman parte de la inteligencia emocional: la afectividad y el apego.

Es importante destacar que hay habilidades con las que cuenta el ser humano en relación a la inteligencia emocional. Estas habilidades integran lo cognitivo, conductual y afectivo (cerebro y emociones). (Vallés, A y Vallés, C. 2000, p. 90).

Estas habilidades comienzan por las relaciones en familia (por lo habitual), aunque existen casos en los que los padres son incapaces de enseñar los procesos emocionales a sus hijos, habiendo múltiples razones diferentes (padres inexpertos, padres despreocupados, etcétera). (Cabello, 2011).

Hay dos perspectivas para englobar las habilidades de la inteligencia emocional:

El enfoque molar. Esta denominación está referida a aspectos globales de la competencia emocional. Empatía y reconocimiento de las propias emociones.

Enfoque molecular: denominado así porque se listan o enumeran habilidades, destrezas, conductas, objetivos desde la perspectiva conductual y cognitiva a modo de saber hacer en el área de la afectividad. (Vallés, A y Vallés, C. 2000, p. 92).

Trabajar las habilidades desde pequeños, proporciona personas competentes emocionalmente, lo que se necesita para conseguir el desarrollo óptimo de las personas, facilitando la convivencia debido a las múltiples personalidades que existen en una sociedad.

Ser una persona competente emocionalmente implica una serie de competencias a conseguir: expuestas por Salovey, P (1990) que consisten en:

- Reconocimiento de uno mismo*: Esto es, el autoconocimiento...
- Control de sí mismo*: También podría llamarse, autocontrol...
- Dirigir el control hacia metas planificadas*: (Motivación)...
- Reconocimiento de lo ajeno*: Primeramente necesitamos conocer nuestras emociones para poder conocer los sentimientos de los demás (empatía)
- Control de las relaciones*: Competencia social... (Cabello, 2011, p.178).

4.2.3. *Gestión emocional/educación emocional*

Educar emocionalmente significa:

Validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas. (López, E. 2005, p. 156).

Este concepto necesita que los adultos que interfieren en la vida cotidiana de los pequeños conozcan sus propias emociones, así como la de sus hijos, comprendiéndolos de manera inteligente (esto no es llegar a opinar como ellos o darles la razón) es conocerles desde la empatía, entender su manera de pensar, escucharlos y enseñarles de forma ética y constructiva cómo actuar ante diversas situaciones. Los niños requieren de la ayuda de los adultos para formarse, tener un concepto de ellos mismos fuerte y positivo, además de respetar a las demás personas. (Maurice J. Steven, E y Brian, S. 1999, p. 24-28).

Un secreto de la crianza emocionalmente inteligente es que lo que es bueno para los progenitores es bueno para los hijos. Los progresos realizados por los padres dan como resultado progresos realizados por sus hijos. (Maurice J. et al, 1999, p.30).

Algunos de los objetivos de la educación emocional:

- Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas.
- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias emocionales para el equilibrio y la potenciación de la autoestima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Favorecer el autoconocimiento y el conocimiento de los demás. (López, E. 2005, p. 157).

4.3. La inteligencia emocional en la familia / escuela

4.3.1. *Formación y beneficios de la inteligencia emocional*

Como ya se ha destacado anteriormente, se desarrolla la Inteligencia Emocional, primeramente, en el seno familiar, donde se crean las habilidades emocionales y en

segundo lugar, en el ambiente escolar, donde se desarrollan junto a las habilidades sociales.

El papel del docente y de los padres, es, además de ayudar a desarrollar la Inteligencia Emocional en los pequeños, conseguir que los niños crezcan sin perder la capacidad emocional con la que cuentan al nacer, donde no les importa el qué dirán, ni tienen miedo a experimentar debido a que están en plena formación personal y están en continuo acercamiento al mundo emocional.

Un lugar idóneo para seguir trabajando las emociones y su correcta adquisición, es en el aula. Tarea complicada para los docentes, puesto que cada niño proviene con un nivel emocional distinto, propio de cada casa. Debido a esto, el docente debe de estar bien formado en este ámbito para enseñar y transformar las habilidades emocionales.

Tras el seguimiento de lo que es la Inteligencia Emocional y los ámbitos a los que afecta, se aprecia la necesidad de adquirir habilidades emocionales para la búsqueda de la felicidad y la formación de la persona, antes de comenzar con el material académico y todo lo que conlleva formar a la persona intelectualmente.

Tanto es así que, según Bisquerra (2003), el desarrollo de la IE no solo garantiza el bienestar personal, sino que hace menos probable que la persona se implique en comportamientos de riesgo como los conflictos, la violencia, el estrés, la depresión o el consumo de drogas. Razón de más para evidenciar la importancia de fomentar la educación emocional desde la escuela. Es beneficiosa para todos y cada uno de ellos, con independencia de las características personales, etnia, cultura o sexo, puesto que abarca a la persona en su conjunto de manera integral (citado en, Fernández-Martínez, A. M. y Montero-García, I. 2016, p. 57).

Ahora bien, ¿los docentes están dotados de la formación adecuada para trabajar la inteligencia emocional en las aulas correctamente? Posiblemente no, debido a que es ahora cuando se le empieza a dar importancia a la gestión emocional, y es ahora cuando aparecen cursos de formación tanto para profesores o personas interesadas en este ámbito. Se están intentando añadir programas en las escuelas en los que aparezca la inteligencia emocional como enseñanza primordial, no como un aprendizaje trascendental, que venga intrínseco a otros aprendizajes. Hoy en día, está aumentando cada vez más la visión que este tema merece. Cualquier cambio conlleva tiempo, y

romper con pensamientos tradicionales, así como reestructurar programas educativos es costoso, además de tener muchas opiniones contrarias y opuestas a realizar dicho cambio.

Existe una relación entre lo racional y lo emocional, aumentando de manera equitativa la capacidad intelectual, si se incrementa la habilidad emocional.

El saber gestionar las emociones permite controlar aquellas que perturban el bienestar personal, como pueden ser el estrés o la desmotivación, factores que intervienen de manera representativa en el ámbito académico, consiguiendo disminuir los éxitos escolares. Por lo que, si se consiguen estrategias para adquirir las habilidades emocionales necesarias para lograr una estabilidad, aumentará la motivación y las ganas de conseguir los propósitos, así como el adquirir una buena conducta habitual, evitando el poder ser personas conflictivas.

Está confirmada empíricamente, según Mestre y Fernandez-Berrocal (2007), la existencia de una asociación entre inteligencia emocional y académica. Otros autores han evidenciado que los alumnos con un alto nivel de IE presentaban menores niveles de agotamiento, mayor eficacia académica y menor percepción de estrés. [...] Los estudios de Shippey, Jackson y Segrest (2010) indican que las habilidades de la IE conducen a un rendimiento superior en las tareas escolares. Y, a medida que uno va alcanzando sus objetivos y logros académicos, también va tornándose emocionalmente más inteligente, teniendo más confianza en sí mismo y sabiendo automotivarse y controlarse más (Fernández-Martínez, A.M. y Montero-García, I. 2016, p.59).

Estudios como el MSCEIT confirman que hay correlaciones positivas entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, ya que trabajar las emociones, conocerlas, saber controlarlas y expresarlas, conllevan a un bienestar de la persona, además de tener una mayor concentración, saber llevar situaciones de estrés y aumentar la motivación para conseguir beneficios.

Otros estudios exponen la dificultad de medir los beneficios de la inteligencia emocional en el área educativa, ya que, con el método tradicional que existe de reconocer el mérito mediante calificaciones o notas, es complicado tener en cuenta actitudes personales o las habilidades emocionales de cada persona con respecto a sus éxitos académicos.

4.3.2. Cómo trabajar la IE en la familia/escuela

El objetivo principal es crear programas de educación emocional, primeramente para docentes, ya que, como se ha señalado anteriormente, hoy en día es complicado encontrar a un maestro formado en este ámbito y, está claro, que para poder impartir enseñanza en algo, antes, se debe estar dotado de los conocimientos necesarios y ser, en este caso, una persona competente emocionalmente.

Por lo tanto, lo que se debería cambiar para conseguir este objetivo en primer plano, son los programas educativos, donde se iguale lo cognitivo a lo emocional. En segundo plano, introducir en el entorno escolar el mundo de las emociones, destacando el rol del profesorado, así como en cada casa el papel de los padres. Las aulas de cada colegio, y los hogares de cada niño, son sitios ricos en experiencias válidas para que cada persona adquiera las habilidades emocionales necesarias para desenvolverse en la vida cotidiana gestionando lo emocional.

En las aulas de Infantil se pueden aprovechar las asambleas, donde mediante conversaciones, aparecen numerosas emociones expresadas en un entorno de escucha entre compañeros.

Para diferenciar y conocer las emociones, es necesario ponerles nombre cada vez que aparezcan en algún niño, así como representarlas a través del dibujo o de manera física (con caretas, expresión facial, corporal, etcétera).

El papel del docente es importante, por lo que ayudará a los niños a comentar cuál es su estado de ánimo en cada momento, y explicará el origen de las emociones, cómo aparecen, en qué situaciones, para ir adentrando a los alumnos en el mundo de las emociones, sabiendo identificarlas.

La manera más efectiva de enseñar a gestionar las emociones a los más pequeños es dándoles confianza, motivarlos en sus posibilidades, alabarlos con comentarios positivos frecuentemente, pero no abusar de ello, puesto que también aprenderán de sus errores, si se les comunica de manera suave, y siendo sus acompañantes en todo momento.

Trabajar en equipo ayuda a fomentar las habilidades sociales, tales como la empatía, mediante la comunicación y cooperación a través de estrategias como el teatro y los relatos de cuentos.

Se puede hacer uso de los distintos lenguajes para expresar el mundo emocional, más concreto, el lenguaje corporal y lingüístico.

El juego es un método muy completo para conseguir grandes beneficios de manera entretenida y llamativa para los más pequeños.

El teatro y la representación de cuentos, son unas de las estrategias educativas a las que más partido se les puede sacar para trabajar las habilidades emocionales y formar la personalidad de cada niño

... permiten que los alumnos desarrollen sus capacidades artísticas; puedan tener más confianza para expresar sus sentimientos y emociones porque hará más ágiles y seguros su imaginación, voz y movimientos; obtendrán más herramientas de comunicación y trabajarán de forma más amena, objetivos y contenidos del currículum. (Cruz, 2014, p. 112).

La dramatización tiene como principal herramienta el propio cuerpo: sus movimientos, sus gestos, sus palabras acompañadas de entonación y comunicación no verbal, su intencionalidad, su ritmo, sus temores escondidos tras una máscara, sus sueños, sus deseos, sus necesidades, etc. Consigue que los niños adopten diferentes roles, se desenvuelvan frente a los compañeros dejando la vergüenza de lado y fomentando la expresión corporal y verbal.

La lectura de cuentos les permite desarrollar la imaginación y ver expuestas diferentes posiciones a la hora de pensar o actuar, trabajando así la empatía y el respeto ante diversas situaciones.

Una técnica puesta muy de moda en nuestros días, es la del *mindfulness*, con el objetivo principal de la relajación, evitando actuar de manera impulsiva ante situaciones que creen emociones negativas. Ayuda a la persona a centrarse en sus emociones y a aprender a llevarlas, viendo la vida de otra manera.

5. Propuesta de intervención

5.1. Introducción

Este plan de intervención ha sido diseñado para conseguir en los alumnos una integración paulatina en el mundo emocional, conociéndolo y aprendiendo a hablar de todo lo que éste conlleva (poner nombre a lo que se siente en cada momento, expresar las emociones, controlar según qué actitudes, potenciar las relaciones sociales a través de las habilidades individuales, etcétera).

Con un docente (en clase) que actúe como guía, se conseguirá la eficacia de esta intervención, dejando a los niños como protagonistas activos de su propio aprendizaje. Para la realización de las sesiones, se han tenido en cuenta los conocimientos previos de los alumnos, así como los avances que se quieren conseguir en estos.

Otra de las intenciones de esta propuesta, es fomentar la motivación de los niños para ir al colegio. Este debería ser uno de los puntos principales a tener en cuenta para todo profesor. En concreto, en esta intervención, se va a trabajar con niños del primer curso del 2º ciclo de Educación Infantil, por lo que, si se consigue que desde el primer curso, los alumnos acudan a clase porque quieren, antes de que se convierta en obligación, se formarán niños que el día de mañana actúen movidos por el placer del saber, debido a que a lo largo de su etapa escolar, han disfrutado aprendiendo.

5.2. Entorno y destinatarios

El colegio en el que se desarrollará la intervención es en el colegio Romareda, ubicado en la calle Pedro IV de Zaragoza; es un centro de titularidad privada (Agustinos Recoletos) perteneciente a Escuelas Católicas (FERECECA), colegio concertado en todos los niveles excepto en Bachillerato. Cuenta con jornada partida para los niveles de Infantil y Primaria y continua para Secundaria y Bachillerato.

La autora quiere agradecer a todo el equipo escolar de la etapa de Infantil el hacer posible la práctica de esta propuesta en sus aulas, prestando facilidades en todo momento, además de una total libertad.

La Unidad didáctica ha sido realizada para llevar a cabo en una clase de 25 alumnos del primer ciclo de Educación Infantil (1º de Infantil) lo que corresponde a niños de 2 y

3 años. Su aula es amplia, y cuenta con todo tipo de recursos materiales: ordenador, proyector, juegos de todo tipo, decoración acorde con la etapa, materiales escolares, etc.

Es una clase muy movida y habladora, en la que es difícil conseguir mantener la atención de los niños en periodos largos, debido a la inquietud de la mayoría.

No obstante, son niños que cuentan con las capacidades propias de la edad, destacando la madurez como cualidad estrella.

Tienen muy desarrollado el trabajo en equipo, saben lo que es el respeto y para la edad que tienen, saben muy bien solucionar según qué problemas sin la intervención del docente.

Es en el primer ciclo en el que se va a realizar la intervención debido a que es más fácil trabajar con niños de edades tempranas ámbitos nuevos, aprovechando su primer contacto en la escuela y así adquirir desde el principio conceptos básicos de las emociones para ampliarlos con el transcurso de los años.

5.3. Temporalización

La intervención se desarrollará en tres semanas. La primera semana será dedicada a las dos primeras sesiones, las cuales servirán de introducción para los niños.

En la segunda semana, se desarrollarán las sesiones 3, 4 y 5, dejando un día de separación entre estas, para asimilar conceptos.

En la tercera y última semana, se realizará la última sesión a principios de semana, para que los pequeños tengan reciente lo dado anteriormente. Esta sesión es global.

No obstante, aunque se hayan realizado sesiones específicas en un calendario, la gestión emocional será tratada en todo momento, aprovechando la espontaneidad que se vive en el colegio. La inteligencia emocional puede darse en cualquier ámbito.

Tabla 2. Calendario de las sesiones a realizar.

Semana 1	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00-10:00	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00-11:00	Unidad lectiva	Unidad lectiva	<i>Sesión 2</i>	Unidad lectiva	Unidad lectiva

11:00-11:45	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
11:45-12:30	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva
12:30	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida
15:30-16:30	<i>Sesión 1</i>	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva
16:30-17:00	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
17:00	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida

Semana 2	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00-10:00	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00-11:00	<i>Sesión 3</i>	Unidad lectiva	<i>Sesión 4</i>	Unidad lectiva	<i>Sesión 5</i>
11:00-11:45	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
11:45-12:30	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva
12:30	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida
15:30-16:30	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva
16:30-17:00	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
17:00	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida

Semana 3	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00-10:00	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea	Asamblea
10:00-11:00	<i>Sesión 6</i>	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva
11:00-11:45	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
11:45-12:30	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva
12:30	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida
15:30-16:30	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva	Unidad lectiva
16:30-17:00	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo	Recreo
17:00	Salida	Salida	Salida	Salida	Salida

5.4. Contexto curricular

Relación de la propuesta de intervención con los objetivos generales de la etapa, sacados de la Orden del 28 de Marzo (2008):

a) *Descubrir y conocer su propio cuerpo y el de los otros, así como sus posibilidades de acción, y aprender a respetar las diferencias.*

Con la secuencia didáctica diseñada, se pretende trabajar el conocimiento de uno mismo y de sus compañeros, tanto a nivel corporal como sensorial. Aprenden

estrategias para poder controlarse poco a poco.

a) Desarrollar sus capacidades afectivas y construir una imagen ajustada de sí mismo.

Los niños se adentran en sus propias emociones, expresando lo que cada uno siente. Muchas de las actividades a desarrollar fomentan el afecto entre los iguales.

b) Relacionarse de forma positiva con los iguales y con las personas adultas y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.

Se trabaja ejemplificando situaciones que gustan o disgustan, abarcando temas tales como la resolución de conflictos. Se destaca la importancia de una buena convivencia para el bienestar.

c) Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.

Además del lenguaje oral, como es típico trabajar en la etapa de infantil, se pretende abordar también el lenguaje expresivo y el lenguaje musical, expresando a través de actividades plásticas y músicas determinados elementos.

Tabla 3. Objetivos, contenidos y criterios de evaluación de cada área a trabajar, sacados de la Orden del 28 de Marzo (2008)

<p>Área: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal</p>	<p>Objetivos generales</p>	<p>2. Identificar y comunicar gradualmente los propios sentimientos, así como reconocer los de los demás.</p> <p>4. Explorar y construir progresivamente su esquema corporal.</p> <p>5. Adquirir autonomía en las actividades habituales.</p> <p>6. Identificar y comunicar, sus necesidades básicas de afecto.</p> <p>7. Adquirir hábitos relacionados con el estado de bienestar.</p>
---	----------------------------	---

	Contenidos que se desarrollan	<p>Bloque I. El cuerpo y la propia imagen.</p> <p>Bloque II. Juego y movimiento.</p> <p>Bloque III. La actividad y la vida cotidiana.</p> <p>Bloque IV. El cuidado personal y la salud.</p>
	Criterios de evaluación que se atienden	<p>1. Dar muestra de un conocimiento progresivo de su esquema corporal y de un control creciente de su cuerpo, global y sectorialmente, manifestando confianza en sus posibilidades y respeto a los demás.</p> <p>2. Participar en juegos, mostrando destrezas motoras y habilidades manipulativas y regulando la expresión de sentimientos y emociones.</p>
<p>Área:</p> <p>Conocimiento del entorno</p>	Objetivos generales	<p>1. Comenzar a mostrar interés y curiosidad por el medio social cercano a su experiencia, y potenciar su espontaneidad, expresión, opinión e interpretación de los sucesos cotidianos.</p> <p>2. Iniciar el conocimiento de las normas y modos de comportamiento social de los grupos de los que forman parte.</p> <p>3. Regular su propio comportamiento, identificar sus posibilidades y limitaciones y valorar las ventajas de la vida en grupo.</p>
	Contenidos que se desarrollan	<p>Bloque I. Medio físico: elementos, relaciones y medida.</p> <p>Bloque III. La cultura y la vida en sociedad.</p>
	Criterios de evaluación que se atienden	<p>1. Discriminar objetos y elementos del entorno inmediato y actuar sobre ellos.</p>

<p>Área: Los lenguajes: comunicación y representación</p>	<p>Objetivos generales</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Descubrir la función comunicativa del lenguaje a través de la interacción con los demás. 2. Expresar, mediante el lenguaje oral y otros elementos paralingüísticos cada vez más completos, necesidades, sentimientos, deseos, ideas y vivencias. 3. Interesarse por expresar sus deseos y sensaciones y por participar en distintas situaciones de comunicación. 4. Observar las intenciones comunicativas de los demás y comprender sus mensajes. 5. Iniciarse en la utilización de las normas de comunicación en diferentes situaciones. 7. Potenciar la función lúdica y creativa de los distintos lenguajes en situaciones en que intervenga la música y el movimiento.
	<p>Contenidos que se desarrollan</p>	<p>Bloque I. Lenguaje verbal.</p> <p>Bloque II. Lenguaje audiovisual y tecnologías de la información y la comunicación.</p> <p>Bloque III. Lenguaje artístico</p> <p>Bloque IV. Lenguaje corporal.</p>
	<p>Criterios de evaluación que se atienden</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Utilizar la lengua oral del modo más conveniente para una comunicación positiva y comprender mensajes orales diversos mostrando una actitud de escucha atenta y respetuosa e interés por comunicarse. 2. Expresarse y comunicarse utilizando los diferentes medios, materiales y técnicas propios de los diferentes lenguajes artísticos y audiovisuales.

Contribución al desarrollo de las competencias básicas:

Tanto la Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de Mayo, como la Orden del 28 de Marzo (2008), recogen en su texto la implantación de la metodología de las competencias básicas y el desarrollo de éstas en la enseñanza. En la etapa de Educación Infantil, poseen un gran valor de referencia para la construcción de aprendizajes funcionales y significativos.

En esta intervención se van a trabajar todas las competencias (lingüística, matemática, conocimiento e interacción con el mundo físico, tratamiento de la información y competencia digital, competencia social y ciudadana, cultural y artística, competencia para aprender a aprender y autonomía e iniciativa personal). Debido a que para poder desarrollar cada una de las actividades, los niños tenían que poner en marcha todos sus conocimientos y habilidades, lo que suponía fomentar cada competencia.

5.5. Metodología

Los principios metodológicos que sigue esta propuesta de intervención han sido basados en el currículo de Educación Infantil.

Las sesiones han sido diseñadas para que puedan ser realizadas por todo el alumnado, teniendo en cuenta la diversidad que existe debido a los diferentes ritmos de aprendizaje y capacidades de cada niño.

Se ha querido dar prioridad a técnicas que favorecen el aprendizaje por descubrimiento, donde se tiene sobre todo en cuenta la participación espontánea y activa de los niños, siendo ellos los que marquen en todo momento el ritmo y el camino de la actividad.

En el desarrollo de las actividades se tiene en cuenta la cooperación entre el alumnado, la manera en la que actúa cada niño individual y conjuntamente, haciendo uso de las habilidades sociales, atendiendo a las normas de socialización.

Se ha utilizado una metodología globalizadora, donde se necesita hacer uso de distintos ámbitos: social, matemático, lenguaje, etcétera.

La finalidad de estas sesiones es conseguir que los niños conozcan y sepan hablar de las emociones, así como reconocer las ajenas y desarrollar la empatía. Sentirse cómodos en un ambiente en el cual pasan la mayor parte de su tiempo. Conseguir niños que se muevan por el deseo de “querer hacer” no por el de “deber hacer”.

Por último, cabe destacar la metodología científica de esta propuesta, la cual se utiliza en la exposición de los resultados finales mediante porcentajes, plasmando de manera cuantitativa una intervención de carácter, por lo general, cualitativo.

5.6. Sesiones

Tabla 4. Sesiones de la intervención.

Sesión 1. Atención y relajación		
Fecha: lunes Hora: 15:30	Lugar: aula	Duración: 50 minutos
Recursos materiales: ordenador, proyector y pantalla, reloj de arena, vasos pequeños con agua, caja, campana, estuche, peluche, rotuladores, botella de agua, llaves, pandero, cascabeles, bolígrafo.		
Objetivos <ul style="list-style-type: none">● Mantener la atención en cada tarea a realizar, al menos intentarlo● Respetar los momentos de silencio● Participar en las actividades● Conseguir el control de impulsos		
Actividades Actividad 1 La sesión comenzará con un vídeo en el que aparece un grupo de niños de Infantil realizando el saludo inicial que se hace en <i>yoga</i>		

<https://www.youtube.com/watch?v=9MbORyTiLOU&t=1s>. En silencio, se imitará lo que hacen los niños del vídeo. De esta manera se introduce a los pequeños en un entorno relajado para poder llevar a cabo el resto de actividades.

Actividad 2

Tras hacer el saludo inicial y haber conseguido algo de relajación, se continuará con un ejercicio de respiración, donde se sentirán como ranas después de decirles: “sabéis que las ranas son muy saltarinas y no paran de un lado para otro, pero, para protegerse tienen que quedarse muy, muy quietas, tanto, que notan cómo su tripita se hincha y se deshinchas de respirar tan profundo. Vamos a ser como las ranitas y vamos a estar todos quietecitos, súper atentos a nuestro alrededor, y vamos a respirar fuerte, fuerte hasta notarnos como sube y baja nuestra tripa”. Se realizarán varios intentos.

Actividad 3

En este ejercicio también se trabaja la respiración. Tras haber sido ranas, pasarán a ser abejitas. Sentados cómodos y en silencio, se colocan los dedos pulgares en los oídos, tapándolos, y se imitará el zumbido de una abeja, para que puedan escucharse más profundamente y concentrarse solo en ese sonido. Se realizará esta actividad varias veces para ir mejorando poco a poco. (Anexo 1).

Actividad 4

Con un cronómetro online de 30/60 segundos, se retará a los pequeños a ver quién es el que más aguanta sin hablar hasta que el reloj suene. La actividad será repetida dos o tres veces. (Anexo 2).

Actividad 5

Para comenzar, se les pregunta si saben cuál es la tarea de un detective. Se enseña un reloj de arena, el cual podrán ir pasándose y observarlo. Su misión será estar muy atentos para decir, como buenos detectives, qué han visto que ocurría, de qué estaba hecho, etc. (Anexo 3).

Actividad 6

Para llevar a cabo esta actividad, se utilizan vasos pequeños llenos de agua. La actividad consistirá en ir pasándose de uno en uno el vaso sin que se caiga ni una gota de agua. Es un ejercicio de concentración y cooperación.

Actividad 7

En una caja habrá varios objetos (estuche, peluche, rotuladores, botella de agua) cerrarán los ojos y se quitará primeramente un solo objeto, más tarde se irán quitando más para aumentar la dificultad, y así ver si han estado atentos y recuerdan cuál es el objeto que falta. (Anexo 4).

Actividad 8

Esta actividad es similar a la anterior, pero en vez de trabajar con la vista, se agudizará el sentido del oído. Se esconderán los objetos (campana, pandero, bolígrafo, llaves) y sin que los vean, se hará sonar uno y tendrán que adivinar de qué objeto se trata.

Sesión 2. El monstruo de colores

Fecha: miércoles

Lugar: aula

Duración: 50/60 minutos

Hora: 10:00

Recursos materiales: Cuento del “monstruo de colores”, 6 monstruos de colores dibujados, tarjetas escritas con diferentes situaciones, 6 botes de cristal, 1 caja, hilos de los colores de las emociones, ordenador, canción del monstruo de los colores.

Objetivos

- Conocer el vocabulario emocional
- Prestar atención al cuento y entenderlo
- Diferenciar las emociones

- Relacionar emoción-color
- Bailar de manera espontánea
- Memorizar poco a poco la canción

Actividades

Actividad 1

El docente leerá el cuento del “Monstruo de los colores” (Llenas, A. 2012) en voz alta a los pequeños, de manera pausada y haciendo preguntas espontáneas para comprobar si los niños están siguiendo el cuento y entendiéndolo, ya que esta actividad será el punto clave para comenzar a hacer hincapié en el mundo de las emociones.

Actividad 2

El docente tendrá consigo, los 6 botes de cristal (cada uno con una emoción escrita) además de 1 caja llena de hilos de colores. Los alumnos seguirán en asamblea, y por parejas, saldrán al azar para rellenar cada bote con los hilos del color correspondiente a su emoción. La pareja que salga, tendrá la ayuda de sus compañeros. (Anexo 5).

Actividad 3

Tras haber relacionado cada emoción con su color, los pequeños se pondrán en la piel de otras personas. Se utilizarán para esta actividad, los 6 monstruos de colores dibujados y recortados anteriormente. Cada monstruo es del color de la emoción que representa. En asamblea, se leerán en alto las tarjetas con diferentes situaciones que les ocurren a diversas personas, donde los niños deberán determinar qué emoción es la que aparece. Se situará la tarjeta leída en el monstruo de la emoción correspondiente. (Anexo 6).

Actividad 4

Escuchar y bailar libremente la canción del monstruo de los colores.
https://www.youtube.com/watch?v=MOLy9_sv4Sg

Sesión 3. Alegría y tristeza. Amarillo y azul

Fecha: lunes

Lugar: aula

Duración: 40/50 minutos

Hora: 10:00

Recursos materiales: figuras del monstruo de la alegría y de la tristeza dibujados en grande en blanco y negro, carteles con las letras de “alegría” y “tristeza”, rotuladores, pinturas, recortes de colores, algodones de colores, pegamentos, botes de la alegría y de la tristeza de la sesión anterior, imágenes impresas, ordenador, canción del monstruo de los colores.

Objetivos

- Trabajar el desarrollo artístico y motor
- Diferenciar y comprender las emociones en situaciones cotidianas
- Ser capaces de ponerse en el lugar del otro
- Hablar de las emociones
- Motivar a los niños en este ámbito
- Memorizar poco a poco la canción
- Dotar a la emoción de un gesto facial

Actividades

Actividad 1

Al ser 25 alumnos, se realizarán tres grupos de 6 alumnos y uno de 7. Una vez divididos, se les repartirá a dos grupos un monstruo gigante a cada uno en blanco y negro, y a los otros dos grupos, un cartel con las letras de “alegría” a uno y al grupo restante un cartel con las letras de “tristeza”. Su labor será decorarlos con diferentes materiales, el único requisito es, que cada monstruo/cartel deberá de ser del color de su emoción. (Anexo 7).

Actividad 2

El docente hará una pequeña introducción: “el monstruo está hecho un lío... no es capaz de ordenar las emociones, lío los colores y los sentimientos, y no sabe qué

emoción se apodera de él... ¡a ver si entre todos podemos ayudarlo!”.

Se pegarán en la pizarra diferentes imágenes, las cuales representan una emoción concreta. En asamblea, se irá señalando una a una las imágenes de la pizarra, a ver si corresponden a la emoción de tristeza o a la de alegría y por qué creen que es esa la emoción acertada. Una vez divididas las imágenes, de manera aleatoria, saldrán varios niños a la pizarra para meter las imágenes en el bote de la alegría o de la tristeza que se crearon en la sesión anterior, según correspondan. (Anexo 8).

Actividad 3

Esta actividad sirve para asentar lo aprendido en esta sesión. Se pondrán ejemplos de momentos cotidianos como por ejemplo: “Un niño me pone la zancadilla en el parque”, el docente preguntará quién se siente alegre en esa situación, y quién triste. Los niños levantarán la mano cuando se sientan identificados. A su vez, deberán poner la cara según la emoción que les represente. Es similar a la actividad de la sesión 2, con la diferencia de que en la anterior identificaban las emociones en personas externas a ellos, en esta, las reconocen en ellos mismos. Además relacionan expresión con emoción.

Actividad 4

Escuchar y bailar libremente la canción del monstruo de los colores.
https://www.youtube.com/watch?v=MOLy9_sv4Sg

Sesión 4. Miedo y amor. Negro y rosa

Fecha: miércoles

Lugar: aula

Duración: 60 minutos

Hora: 10:00

Recursos materiales: figuras del monstruo del miedo y del amor dibujados en grande en blanco y negro, carteles con las letras de “miedo” y “amor”, rotuladores, pinturas, recortes de colores, algodones de colores, pegamentos, botes del miedo y del amor,

cuento de “Caperucita roja”, figuras en cartulina negra, fotografía de la clase, ordenador, canción del monstruo de los colores.

Objetivos

- Trabajar el desarrollo artístico y motor
- Normalizar las emociones negativas hablando de ellas
- Hablar de las emociones
- Diferenciar y comprender las emociones en situaciones cotidianas
- Fomentar las buenas relaciones entre compañeros
- Destacar la importancia de alagar y hacer sentir bien a los demás

Actividades

Actividad 1

Esta actividad será igual que la actividad 1 de la sesión 3, la diferencia está en las emociones, en esta sesión las emociones protagonistas son el miedo y el amor. (Anexo 9).

Actividad 2

Esta actividad sirve para conocer los miedos de los pequeños y poder hablar sobre ellos para ayudarles a afrontarlos poco a poco. A la mayoría de los niños les da miedo la oscuridad. Con poca luz en el aula, se representará el cuento de “Caperucita roja” (donde aparece la imagen del lobo en la oscuridad) con cartulinas y sombras representadas con las propias manos del docente, dejando que los niños intervengan haciendo figuras realizando comentarios espontáneos. La idea es que se olviden del miedo que les produce la oscuridad, viendo en ella un entrenamiento como es el juego de sombras. En el bote del miedo, se meterá una cartulina, representando la emoción.

Actividad 3

El amor es la emoción que vence al miedo, por ello, se trabajarán estas emociones juntas en esta sesión. En círculo, en asamblea, se irán levantando de uno en uno, y los compañeros dirán en alto cosas buenas o que les guste de esa persona. Comenzará el docente para que los alumnos tengan un ejemplo. Se meterá una foto de toda la clase

en el bote del monstruo del amor. (Anexo 10).

Actividad 4

Escuchar y bailar libremente la canción del monstruo de los colores.

https://www.youtube.com/watch?v=MOLy9_sv4Sg

Sesión 5. Rabia y calma. Rojo y amarillo

Fecha: viernes

Lugar: aula

Duración: 60 minutos

Hora: 10:00

Recursos materiales: figuras del monstruo de la rabia y de la calma dibujados en grande en blanco y negro, carteles con las letras de “rabia” y “calma”, rotuladores, pinturas, recortes de colores, algodones de colores, pegamentos, botes de la rabia y de la calma, papel blanco, témperas, pinturas de mano, hilo rojo, materiales para que elijan el objeto de la calma, ordenador, canción del monstruo de los colores.

Objetivos

- Trabajar el desarrollo artístico y motor
- Normalizar las emociones negativas hablando de ellas
- Hablar de las emociones
- Identificar las emociones en diferentes situaciones
- Fomentar las relaciones entre compañeros
- Cantar la canción del monstruo de los colores

Actividades

Actividad 1

Esta actividad será igual que la actividad 1 de la sesión 3, la diferencia está en las emociones, en esta sesión las emociones protagonistas son la rabia y la calma. (Anexo

11).

Actividad 2

Es importante identificar y controlar el sentimiento de rabia, ya que va a aparecer en numerosas ocasiones a lo largo de la vida, y es difícil de gestionar. Se hablará con los niños de situaciones en las que sientan enfado, rabia, dejando que sean ellos quienes pongan ejemplos, y hablen de cómo se sienten cuando están enfadados. En el suelo se extenderá papel blanco, donde con témperas y pinturas de mano podrán dibujar todos los garabatos que quieran representando la rabia. Al finalizar, entre todos, se expondrán alternativas para saber llevar la rabia ante momentos de ira. Se meterá hilo rojo enredado en el bote de la ira.

Actividad 3

La calma es la emoción que consigue superar cualquier sentimiento de enfado. Toda la clase en conjunto, creará el rincón de la calma, decorado al gusto de todos, y quienes elegirán un objeto de la calma (una piedra, una planta, etc). Este rincón servirá para resolver los conflictos que pueda haber en clase, donde se expondrán los sentimientos de cada uno y entre toda la clase se llegará a una solución, respetando el turno de palabra, el cual será marcado por el objeto de la calma. En el bote de la calma, se meterá un objeto igual que el objeto de la calma de la clase.

Actividad 4

Cantar y bailar libremente la canción del monstruo de los colores.
https://www.youtube.com/watch?v=MOLy9_sv4Sg

Sesión 6. Trabajamos las emociones

Fecha: lunes

Lugar: aula

Duración: 50 minutos

Hora: 10:00

Recursos materiales: ordenador, proyector y pantalla, dado de las emociones, cara

sin rostro de cartulina, fotos de los niños.

Objetivos

- Reconocer emociones
- Desarrollar la expresión hablada, al menos intentarlo
- Mantener la atención en las actividades
- Trabajar la motricidad fina
- Fomentar la escucha a los compañeros
- Potenciar el autoconocimiento y conocimiento de los demás
- Saber colocar en el espacio debido los distintos componentes de la cara
- Cantar la canción del monstruo de los colores

Actividades

Actividad 1

Se dará a esta sesión con una actividad que ayuda a definir el estado de ánimo. Sentados en círculo, uno a uno, expresaran como se sienten en ese momento y enlazarán el dedo meñique con el compañero de al lado (de este modo están atentos a que les llegue el turno). (Anexo 12).

Actividad 2

Saldrá un niño a tirar el dado de las emociones y dependiendo qué cara toque, se trabajará con una emoción u otra. Deberán poner todos una cara que exprese la emoción que ha salido.

Actividad 3

Saldrá un niño distinto a la actividad anterior. Tendrá varias bocas para elegir, y deberá escoger aquella que represente la emoción que haya salido anteriormente en el dado. Así trabajar la expresión de las emociones. (Anexo 13).

Actividad 4

Esta vez saldrán varios niños a la vez. En la pizarra, habrá colgado un rostro en blanco de una persona, y en el suelo, varios ojos, bocas, narices, para elegir. Tendrán que formar el rostro con las partes de la cara adecuadas para expresar la emoción que ha tocado inicialmente en el dado de las emociones. (Anexo 14).

Actividad 5

Teniendo de base la emoción que haya salido en el dado lanzado por el niño, este contará alguna situación que le haga sentir esa emoción. Seguidamente, cualquier niño podrá expresar alguna situación similar.

Actividad 6

Para esta actividad se utilizarán fotos que habrán sido tomadas anteriormente. Aparecerán en estas, poniendo una cara según la emoción que le haya tocado a cada uno. Se proyectará la presentación de fotos en clase y según vayan saliendo las fotos deberán ir diciendo qué emoción es la que aparece. (Anexo 15).

Actividad 7

Se expondrán todos los botes en asamblea, recordando qué emoción aparece en cada uno.

Se finalizará la sesión cantando y bailando libremente la canción del monstruo de los colores. https://www.youtube.com/watch?v=MOLy9_sv4Sg

5.7. Rúbricas de evaluación

Se evaluará el proceso enseñanza-aprendizaje, lo que conlleva a un continuo seguimiento de los avances en los niños a la hora tanto de realizar las actividades como de actuar de manera individual y en grupo. La actividad del maestro también es un punto a evaluar, ya que es este el que notará qué aspectos son modificables para mejorar los resultados.

Primeramente se realizará una evaluación inicial, antes de llevar a cabo las sesiones en el aula. Esto servirá para conocer los conocimientos previos de los niños sobre el tema a desarrollar y saber desde dónde partir, marcando unos objetivos que estén acorde al ritmo de aprendizaje y capacidades de cada alumno.

Durante las semanas en las que se llevan a cabo las actividades diseñadas, se realizará una evaluación continua y formativa, con la cual se apreciará la evolución de los niños, sus logros, sus mejorías, dificultades que puedan aparecer y que deben de ser modificadas, etc. Esto servirá para orientar a los alumnos en los procesos de enseñanza-aprendizaje y proporcionará información necesaria para poder llegar a cumplir los objetivos propuestos.

Esta evaluación se realizará en el día a día, mediante la observación directa del profesor, quien anotará en un cuaderno de campo todos los aspectos a destacar de cada día, teniendo un seguimiento individual de cada alumno, a través de anotaciones espontáneas. Algunas actividades donde más focalizar la atención para evaluar pueden ser sobre todo aquellas orales que se realizan al final de la sesión, donde se habla con los niños de lo que se ha visto y realizando en la sesión, con preguntas como:

- ¿Qué actividad ha sido la que más os ha gustado?
- ¿Qué actividad ha sido la que menos os ha gustado?
- ¿Os lo habéis pasado bien?
- ¿Habéis reconocido todas las emociones?
- ¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?

Las rúbricas expuestas a continuación, sirven como evaluación de las sesiones, de una manera más genérica que la evaluación anterior, la cual se centraba en evaluar cada sesión. Para ello es necesario marcar unos ítems, atendiendo a los objetivos principales.

Tabla 5. Rúbrica de evaluación de las sesiones

Criterios	A	B	C
Participa en las actividades de forma autónoma.			
Identifica y reproduce las emociones.			
Muestra interés y realiza las acciones requeridas en las			

actividades.			
Participa de forma activa en clase.			
Muestra interés por comunicarse de forma oral con sus iguales.			
Reconoce las emociones en sus compañeros.			
Permanece atento en las explicaciones y en el transcurso de las actividades			
Respeto a los compañeros.			

A= Adquirido B= En proceso C= No adquirido

Una evaluación final establecida principalmente para atender al rol de cada profesor. Las preguntas expuestas en la parte inferior son las que aparecen en el cuaderno del profesor, las cuales son contestadas y sirven para tener escritos aspectos que modificar para intervenciones posteriores y minimizar posibles errores:

- ¿Las actividades han podido ser realizadas por todo el alumnado?
- ¿Los alumnos han conseguido avances?
- ¿Se han desarrollado los objetivos a cumplir?
- ¿Han mostrado interés los alumnos?
- ¿Las actividades han servido de cohesión para el grupo?

5.8. Resultados

Para exponer los resultados obtenidos en las actividades realizadas, se utilizarán las rúbricas de evaluación expuestas en el punto anterior, con el propósito de plasmar por escrito un seguimiento de la intervención, y así poder concluir si ha sido útil para los alumnos y si puede llevarse a cabo nuevamente.

A continuación, se detallarán los resultados de cada sesión, cuya evaluación se realizó de manera oral a través de una serie de preguntas a los niños:

- ¿Qué actividad ha sido la que más os ha gustado?
- ¿Qué actividad ha sido la que menos os ha gustado?

-¿Quién se lo ha pasado bien?

-¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?

Sesión 1:

Gráfico 1. Resultados de la actividad que más gustó en la sesión 1

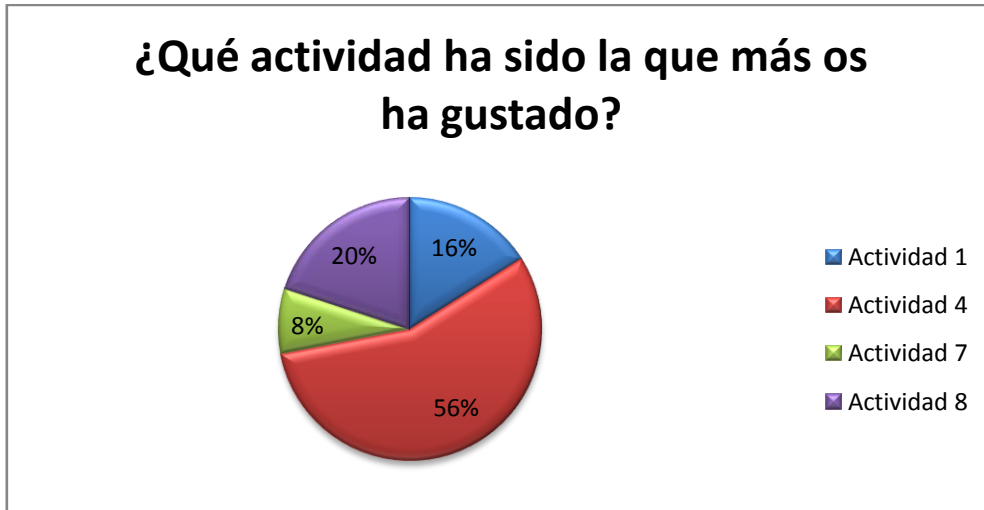
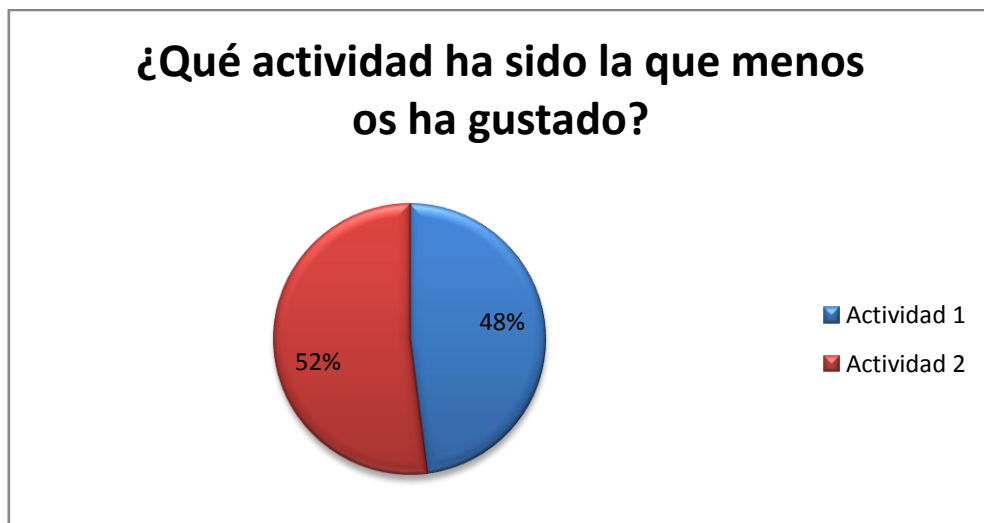


Gráfico 2. Resultados de la actividad que menos gustó en la sesión 1



-¿Quién se lo ha pasado bien?- El 90% levantó la mano en SÍ y el 10% NS/NC.

-¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?- El 100% contestó CON LOS COMPAÑEROS.

Sesión 2:

Gráfico 3. Resultados de la actividad que más gustó en la sesión 2

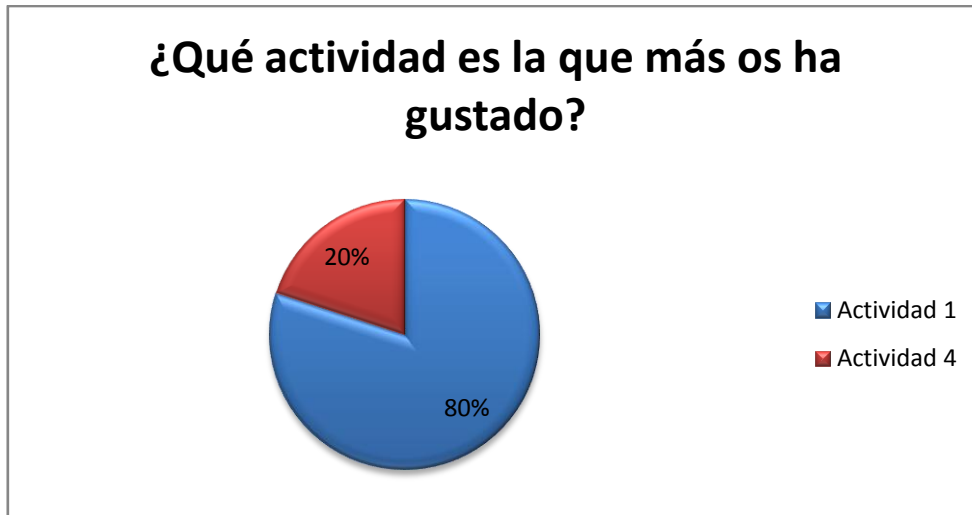
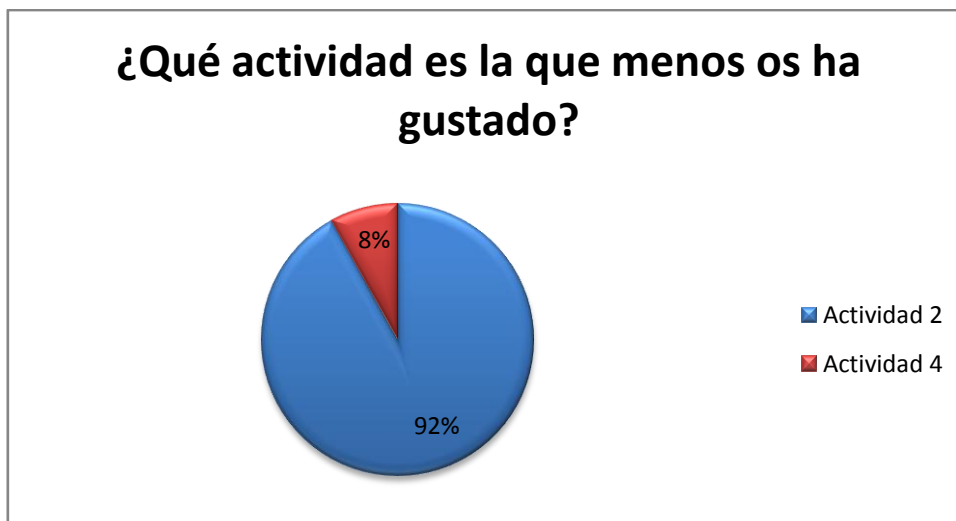


Gráfico 4. Resultados de la actividad que menos gustó en la sesión 2



-¿Quién se lo ha pasado bien?- El 85% levantó la mano en SÍ y el 15% NS/NC.

-¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?- El 100% contestaron CON LOS COMPAÑEROS.

Sesión 3:

Gráfico 5. Resultados de la actividad que más gustó en la sesión 3

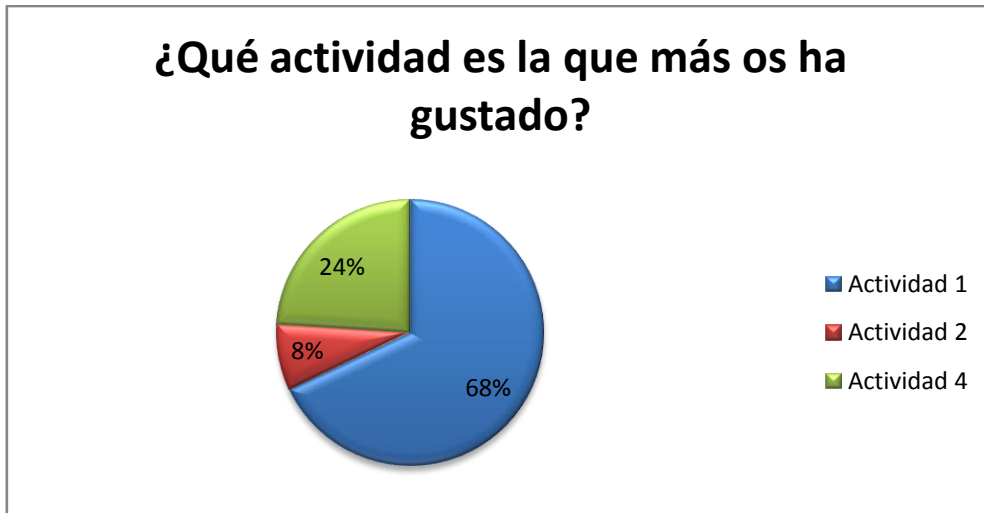
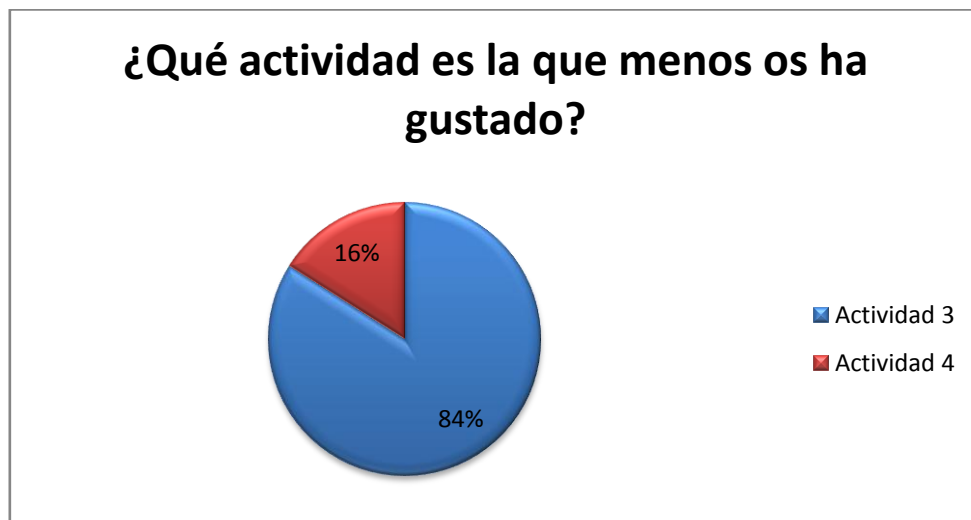


Gráfico 6. Resultados de la actividad que menos gustó en la sesión 3



-¿Quién se lo ha pasado bien?- El 80% levantó la mano en SÍ y el 20% NS/NC.

-¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?- El 100% contestó CON LOS COMPAÑEROS.

Sesión 4:

Gráfico 7. Resultados de la actividad que más gustó en la sesión 4

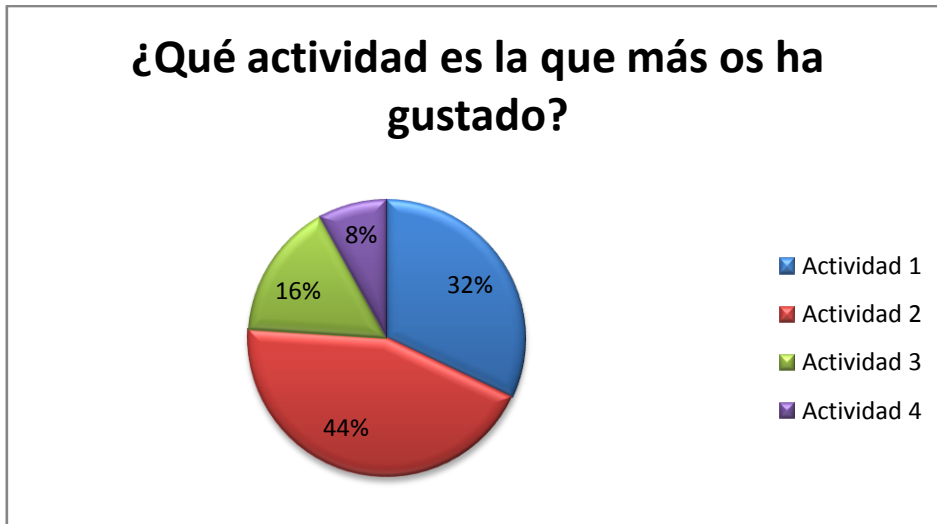
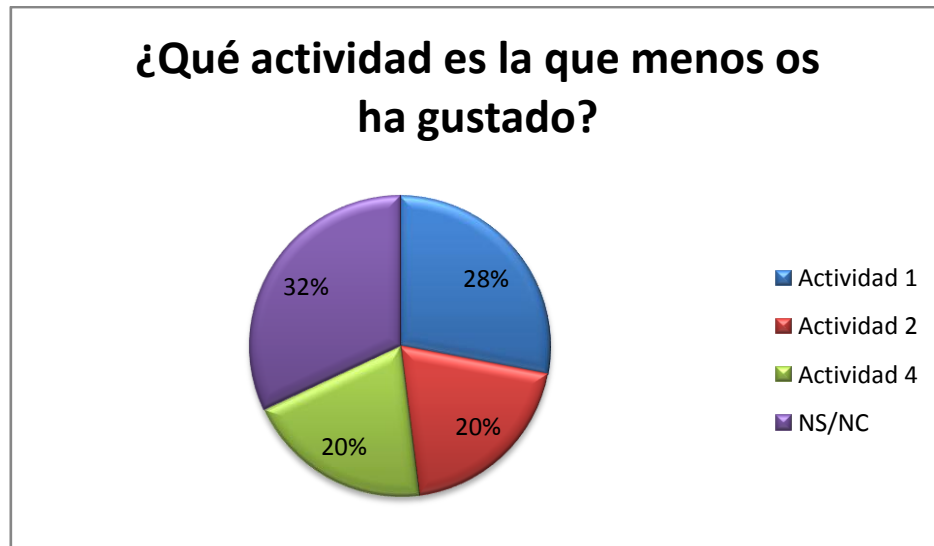


Gráfico 8. Resultados de la actividad que menos gustó en la sesión 4



-¿Quién se lo ha pasado bien?- El 88% levantó la mano en SÍ y el 12% NS/NC.

-¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?- El 72% contestó CON LOS COMPAÑEROS y el 28% NS/NC.

Sesión 5:

Gráfico 9. Resultados de la sesión que más gustó en la sesión 5

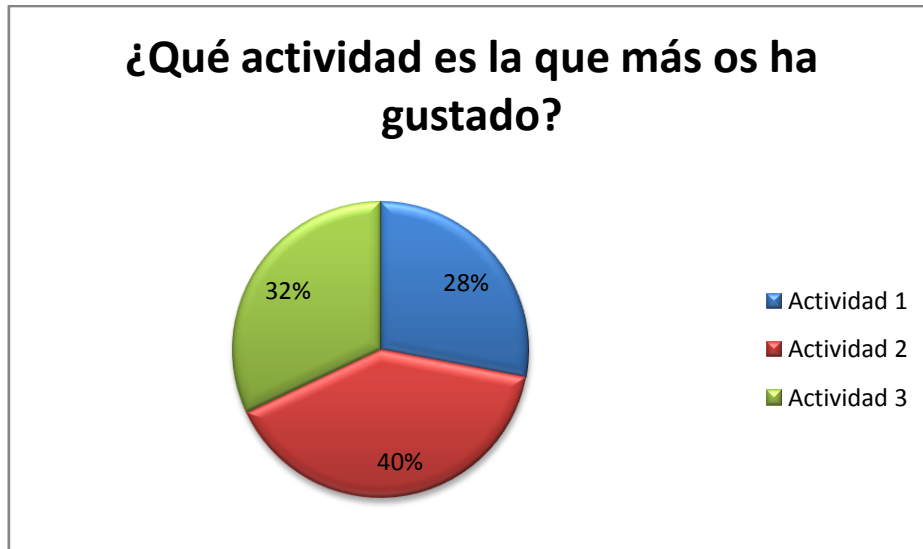
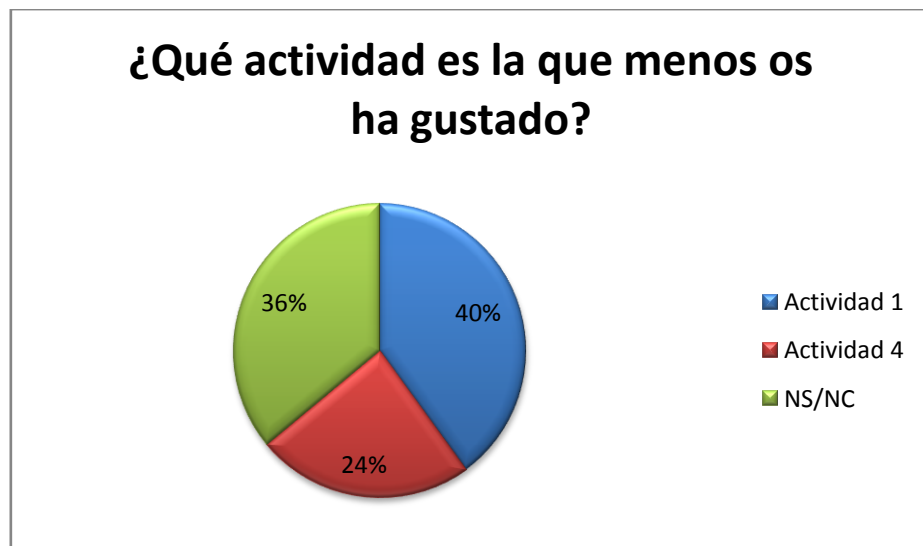


Gráfico 10. Resultados de la actividad que menos gustó en la sesión 5



-¿Quién se lo ha pasado bien?- El 90% levantó la mano en **SÍ** y el 10% NS/NC.

-¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?- El 90% contestó **CON LOS COMPAÑEROS** y el 10% NS/NC.

Sesión 6:

Gráfico 11. Resultados de la actividad que más gustó en la sesión 6

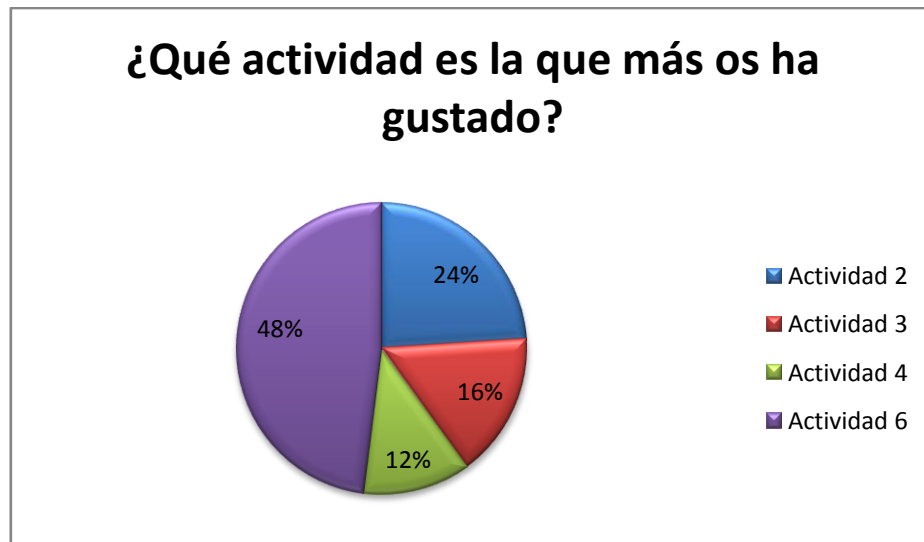
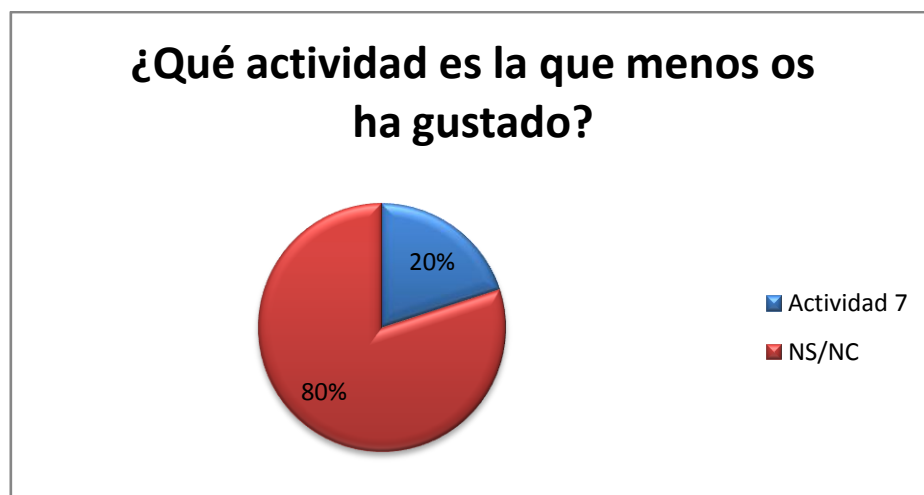


Gráfico 12. Resultados de la actividad que menos gustó en la sesión 6



-¿Quién se lo ha pasado bien?- El 95% levantó la mano en **SÍ** y el 5% NS/NC.

-¿Os gusta más trabajar solos o con los compañeros?- El 100% contestó **CON LOS COMPAÑEROS**.

Las anotaciones que se realizaron en el cuaderno de campo, tras finalizar las actividades o mientras los alumnos estaban realizándolas, la mayoría son anécdotas o aspectos a tener en cuenta y modificar para poder mejorar la intervención, como:

“Meter más vasos en la actividad 6 de la sesión 1 para que no se dispersen los que no tienen vasos”.

“Repartir el tiempo de pintar o hacer turnos para pintar ya que se cansan rápido”.

“En la actividad de situaciones hay niños que no entienden el enunciado”.

“En las canciones hay niños que tienen vergüenza de bailar, trabajar para que se les vaya yendo”.

“La sesión 6 ha gustado mucho”.

Por último, se rellenará la tabla utilizada para evaluar todas las sesiones:

Criterios	A	B	C
Participa en las actividades de forma autónoma.	52%	40%	8%
Identifica y reproduce las emociones.	60%	28%	12%
Muestra interés y realiza las acciones requeridas en las actividades.	80%	16%	4%
Participa de forma activa en clase.	92%	8%	0%
Muestra interés por comunicarse de forma oral con sus iguales.	24%	76%	0%
Reconoce las emociones en sus compañeros.	56%	32%	12%
Permanece atento en las explicaciones y en el transcurso de las actividades	68%	5%	12%
Respeto a los compañeros.	16%	80%	4%

A= Adquirido

B= En proceso

C= No adquirido

Estos resultados sirven para evaluar de manera cualitativa, teniendo en cuenta que se trabaja con aspectos cuantitativos como son las emociones y las actividades que estas conllevan, siendo más difíciles de plasmar en números.

6. Conclusiones

Este trabajo pretende mejorar el conocimiento de la autora sobre la Inteligencia Emocional y todo lo que conlleva para así poder entenderla. Tras indagar en el mundo de las emociones, se constata lo desapercibido que pasa por las personas, y lo necesario que es trabajarlo. Todo el mundo sabe lo que es una emoción, pero no todo el mundo sabe los beneficios que pueden conseguirse si se sabe gestionarla.

A lo largo de este trabajo, se va confirmando la importancia de incluir el trabajo de la Inteligencia Emocional en nuestras vidas, pero sobre todo, en las aulas de los colegios y en las casas, donde toda educación comienza. Acorde a esto, se puede concluir la

necesidad de una formación específica para padres y profesores, ya que son los portadores de de gran parte de lo que los niños incluirán en su personalidad y pensamiento, de esta manera crecerán siendo inteligentes emocionalmente desde un principio, ya que, aunque se pueda fomentar y mejorar la Inteligencia Emocional, es mejor cultivarla desde pequeños, para así, a lo largo de la vida, simplemente tener que llevar a cabo lo que se sabe en distintas situaciones y perfeccionarla para conseguir la felicidad, objetivo primordial de cualquier persona, incluyendo en esta, el éxito personal y la felicidad compartida.

Con este trabajo se quiere animar a futuros profesores a llevar la Inteligencia Emocional a las aulas, apareciendo en él distintos consejos y técnicas para convertir una clase rica en experiencias para tratar las emociones. Lo más importante es tratar cada situación con normalidad, ya conlleve a emociones positivas o negativas, ya que hablándolas y conociéndolas será como cada niño se fortalezca y se crea una imagen positiva de sí mismo, así como desarrollar el afecto por otras personas.

Con los resultados obtenidos a lo largo de la intervención, se pueden concluir diversos aspectos. Uno de ellos es el disfrutar de los niños con este tema, y lo fácil que es trabajarlos con ellos y en cualquier momento, además de lo bien formados que están la gran mayoría en este ámbito.

Por lo general, se ha conseguido mantener la atención de la clase en la que se ha realizado la intervención, aspecto a destacar puesto que la propia profesora tenía una lucha constante para conseguirlo.

El presente trabajo quizás no sirva como investigación, ya que la mayor parte del contenido escrito ha sido sacado de estudios anteriores, pero sí que puede servir como base para futuros profesores, ya que se expone una intervención llevada a cabo en un colegio, la cual ha salido con resultados satisfactorios y seguramente el día de mañana, si la autora consigue estar en un aula como profesora de niños de infantil, aplicará en su clase las sesiones expuestas anteriormente, sirviendo como base emocional para los niños de Infantil.

Se puede concluir que los objetivos expuestos en el principio del trabajo, han sido conseguidos, puede comprobarse en su desarrollo.

El último mensaje de este trabajo, y seguramente el más importante, es el de animar a toda persona a que dedique tiempo en conocerse y a saber gestionar sus emociones, para poder ver la vida de otra manera, sacando el máximo partido de cada momento. La finalidad de este trabajo no es otra que fomentar la visualización de la Inteligencia Emocional, contribuyendo a su trabajo y conocimiento, para que el día de mañana, todos seamos inteligentes emocionalmente y se pueda cambiar un poquito el mundo.

7. Bibliografía

- Ballarín, A. (2016). Apuntes de *Psicología del desarrollo I*. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Huesca.
- Bertrand Regader. *Psicología y mente*. Consultado el 28 de Junio de 2019. Recuperado de: <https://psicologiaymente.com/inteligencia/teoria-inteligencias-multiples-gardner>
- Cabello, M. (2011). Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niños/as de educación infantil. *Pedagogía Magna*, 11, 179-180.
- Carballo, M. [María Carballo]. (2015, Noviembre, 4). *Saludo Inicial de Yogamusic* [archivo de vídeo]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=9MbORyTiLOU&t=1s>
- Castorina, J. Ferreiro, E. Kohl de Oliveira, M y Lerner, D. (1996). El debate Piaget-Vigotsky: la búsqueda de un criterio para su evaluación. En J. Castorina (Ed), *Piaget-Vigotsky: contribuciones para replantear el debate* (p. 18). Buenos Aires (etc): Paidós.
- Castorina, J. Ferreiro, E. Kohl de Oliveira, M y Lerner, D. (1996). La enseñanza y el aprendizaje escolar. Alegato contra una falsa oposición. En D. Lerner (Ed), *Piaget-Vigotsky: contribuciones para replantear el debate* (p. 101). Buenos Aires (etc): Paidós.
- Cruz, P. (2014). Creatividad e Inteligencia Emocional. (Cómo desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal). *Historia y Comunicación Social*, 19, 112.
- Equipo editorial de Psicología-online. *Psicología-online*. Consultado el 15 de mayo de 2019. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/inteligencia-fluida-e-inteligencia-cristalizada-1346.html>

- Fernández-Martínez, A.M y Montero-García, I. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. *Revista latinoamericana de Ciencias Sociales, Niños y Juventud*, 14 (1), 57-59.
- Gardner, H. (2005). Traducido por Melero, M. *Inteligencias múltiples*. Barcelona (etc): Paidós.
- López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 54, 153-168.
- Llenas, A. (2012). *El monstruo de colores*. Editorial: Flamboyant.
- Maurice, J. Steven, E y Brian, S. Traducido por Antón, P. (1999). La regla de oro de 24 quilates: por qué es importante forjar autodisciplina, responsabilidad y salud emocional en el niño, *Educación con inteligencia emocional*. (p. 24-30). Barcelona: Plaza & Janés.
- Muñoz, J.R. [C.E.I.P. Juan del enzina]. (2016, Enero, 27). *Canción del monstruo de los colores* [archivo de vídeo]. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=MOLy9_sv4Sg
- Orden de 28 de Marzo de 2008, del Departamento de Educación y Cultura y Deporte, por lo que se aprueba el currículo de la Educación infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. Madrid: Boletín Oficial del Estado (2008) Recuperado de: <https://sid.usal.es/idocs/F3/LYN14595/14595-ed-inf.pdf>
- Prieto, M y Ballester, P. (2003). Inteligencias múltiples y competencia cognitiva. *Las inteligencias múltiples. Diferentes formas de enseñar y aprender* (p.28-49). Madrid: Pirámide.
- Saldarriaga, P. Bravo, G. Llor, M. (2016). La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para pedagogía contemporánea. *Domingo de las Ciencias*, 2, p 4-10.
- Salmerón, P (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Educación XXI*, 4, 100-105.
- Sternberg, R. y Detterman, D. (2003). *¿Qué es la inteligencia?* Madrid: Pirámide, (p.70-92).
- Vallés, A y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid: EOS. (p. 90-92)

8. Anexos



Anexo 1. Sesión 1. Actividad 3



Anexo 2. Sesión 1. Actividad 4



Anexo 3. Sesión 1. Actividad 5



Anexo 4. Sesión 1. Actividad 7



Anexo 5. Sesión 2. Actividad 2



Anexo 6. Sesión 2. Material de la actividad 3

ALEGRÍA



TRISTEZA



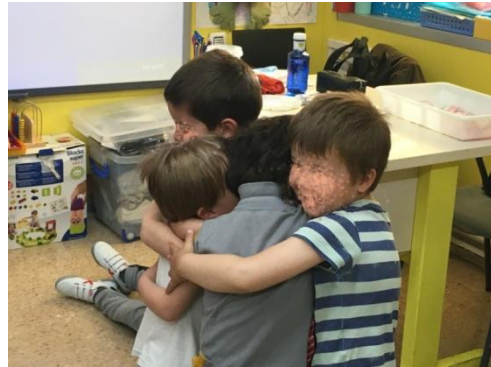
Anexo 7. Sesión 3. Plantilla actividad 1

Anexo 8. Sesión 3. Material actividad 2

MIEDO



AMOR



Anexo 9. Sesión 4. Plantilla de la actividad 1

Anexo 10. Sesión 4. Actividad 3

RABIA



CALMA



Anexo 11. Sesión 5. Plantilla de la actividad 1



Anexo 12. Sesión 6. Actividad 1



Anexo 13. Sesión 6. Actividad 3



Anexo 14. Sesión 6. Actividad 4



Anexo 15. Sesión 6. Actividad 6