



Universidad
**Católica de
Valencia**
San Vicente Mártir

TFG EDUCACIÓN INFANTIL

EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS DE LOS CUENTOS INFANTILES

BLOG: COCOLISEROS FELICES

Presentado por:

D^a. Marta Ferrando Magraner

Tutor de TFG:

Dra. D^a. Ana Risco Lázaro

Valencia, a 25 de mayo de 2020

Facultad de Magisterio y Ciencias de la Educación
Grado en Maestro en Educación Infantil



AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, me gustaría dar las gracias a mi tutora de TFG, la Dra. Ana Risco Lázaro, por todo el apoyo que me ha ofrecido durante estos meses de duro trabajo. Agradecer su constancia y dedicación en resolver todas las dudas y derribar todos los muros que surgían en la elaboración de esa idea clara, pero al mismo tiempo extraña, que tenía en mi mente desde el primer momento. Por ayudarme a darle forma y conseguir un resultado que nunca hubiera imaginado, y que se adaptara a todas las ideas que día tras día surgían en mi mente creativa.

También me gustaría agradecer al resto del personal docente que, durante estos cuatro años, se han cruzado en mi camino. Por su entera disposición y predisposición para dar en todo momento lo mejor de ellos mismos en cada una de sus clases, haciendo de este grado una experiencia magnífica que nunca olvidaré. Y a la universidad, por ponerme en el camino gran cantidad de gente maravillosa que estoy segura de que guardaré en mi bolsillo mágico de maestra para siempre.

Por otro lado, me gustaría agradecer a todos los colegios que nos han abierto sus puertas y nos han dejado pasar a formar parte de su familia. No tengo palabras suficientes para agradecer la admirable pasión y dedicación que ponen, día a día, en su trabajo, dispuestos en todo momento a enseñar, pero también a amar. Todo esto, sin mencionar la gran cantidad de horas que han invertido en nosotros, enseñándonos desde el corazón todo lo que estaba a su alcance. Nunca olvidaré una frase que me dijo mi tutora de tercero al agradecerle toda su dedicación: “como maestra siempre estarás aprendiendo, pero de corazón y pasión ya te sobra”.

Para concluir, me gustaría dedicarles unas palabras a mi familia que han vivido conmigo este largo camino, que me han animado en mis peores momentos y con los que he celebrado cada uno de mis logros. No podría estar más agradecida de todo el esfuerzo que han realizado para que tanto mi hermana como yo consiguiéramos todos y cada uno de los sueños que a lo largo de la vida nos hemos puesto en nuestro camino.



ÍNDICE:

1	RESUMEN.	9
2	INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.	12
3	OBJETIVOS.	16
3.1	OBJETIVO GENERAL.	16
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	16
4	PLAN DE TRABAJO.	18
5	MARCO TEÓRICO.	20
5.1	INTRODUCCIÓN.	20
5.2	PIAGET Y GARDNER.	21
5.3	GARDNER Y SU TEORÍA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES.	22
5.3.1	LA INTELIGENCIA INTERPERSONAL Y LA INTELIGENCIA INTRAPERSONAL.	24
5.4	DANIEL GOLEMAN: EMOTIONAL INTELLIGENCE (1995).....	26
5.5	EL MODELO DE SALOVEY Y MAYER.	29
5.6	EL CEREBRO EMOCIONAL.	29
5.7	EMOCIONES PRIMARIAS Y LAS EMOCIONES SECUNDARIAS.	34
5.8	LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA FORMACIÓN CONTINUA.	36
5.9	INTERACCIÓN DEL NIÑO CON LOS CUIDADORES PRINCIPALES.	38
5.10	LA FORMACIÓN DEL PROFESORADO EN EDUCACIÓN EMOCIONAL.	41
5.11	SITUACIONES APROPIADAS PARA TRABAJAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA DE EDUCACIÓN INFANTIL.....	43
5.11.1	LA HORA DEL CUENTO.....	44
5.11.2	OTRAS SITUACIONES.	46
5.12	RECAPITULACIÓN DE LOS CONTENIDOS.....	48
6	DESARROLLO DEL TRABAJO Y RESULTADOS.	50
6.1	RELACIÓN CON EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN INFANTIL.	51



6.2	INTRODUCCIÓN A LA HERRAMIENTA.....	52
6.3	OBJETIVOS PRINCIPALES.	54
6.4	ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.	54
6.5	METODOLOGÍA.....	57
6.5.1	METODOLOGÍA EN EL AULA.	57
6.5.2	METODOLOGÍA EN CASA.	59
6.6	MUESTRA DE ANÁLISIS.	60
6.6.1	DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA.	61
6.6.2	IMPORTANCIA QUE SE LE DA A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL DE LOS NIÑOS.	62
6.6.3	CONCEPCIÓN DE LA MUESTRA SOBRE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.	63
6.6.4	UTILIDAD DEL RECURSO ELABORADO.	67
6.7	LÍNEAS DE FUTURO.....	70
7	CONCLUSIONES.	71
8	BIBLIOGRAFÍA.	74
9	ANEXOS.	79
9.1	ANEXO 1: ENLACE DEL BLOG.	79
9.2	ANEXO 2: CUESTIONARIO.	80
9.3	ANEXO 3: ENTRADAS DEL BLOG.	83



ÍNDICE DE TABLAS:

Tabla 1. <i>Habilidades emocionales.</i>	27
Tabla 2. <i>Dominios de la inteligencia emocional y competencias asociadas.</i>	28
Tabla 3. <i>Edades en las que aparecen las emociones.</i>	39

ÍNDICE DE GRÁFICOS:

Gráfico 1. <i>Curva de Yerkes-Dodson.</i>	32
Gráfico 2. <i>Padre/madre</i>	61
Gráfico 3. <i>Maestro/a.</i>	62
Gráfico 4. <i>Preocupación sobre las emociones.</i>	62
Gráfico 5. <i>Necesidad de la educación emocional.</i>	63
Gráfico 6. <i>La educación emocional dentro del horario escolar.</i>	64
Gráfico 7. <i>Situaciones para trabajar la educación emocional.</i>	64
Gráfico 8. <i>Contenidos de la educación emocional.</i>	65
Gráfico 9. <i>Cómo reaccionar ante situaciones emocionales.</i>	66
Gráfico 10. <i>Formación previa del profesorado.</i>	66
Gráfico 11. <i>Se habla de las emociones en casa.</i>	67
Gráfico 12. <i>El blog como herramienta útil en situaciones emocionales.</i>	68
Gráfico 13. <i>Un banco de recursos es una herramienta interesante.</i>	69
Gráfico 14. <i>Utilizar el blog habitualmente.</i>	69



ÍNDICE DE ILUSTRACIONES:

Ilustración 1. Áreas del cerebro.....	30
Ilustración 2. Tipos de emociones.	35
Ilustración 3. Página de edición de Blogger.....	53
Ilustración 4. Página principal del Blog Cocoliseros Felices.	53
Ilustración 5. Página de etiquetas del blog.....	56
Ilustración 6. Actividad: Expreso mis emociones	58
Ilustración 7. Entrada orientada a padres.	60



1 RESUMEN.

El objetivo principal de este Trabajo Final de Grado es presentar y proporcionar un banco de recursos educativos que ayude, tanto a las familias como a los profesores, a impartir una Educación Emocional entre los alumnos de Educación Infantil que se adapte a sus necesidades de desarrollo. Para ello, se ha realizado una investigación y análisis de las obras de los principales psicólogos y pedagogos, como Daniel Goleman, Mar Romera o Rafael Bisquerra, que han teorizado sobre el concepto de Educación Emocional y sus beneficios en el desarrollo continuo de los individuos. Todo esto con la finalidad de presentar una serie de actividades y recursos que ofrezcan las habilidades necesarias para conseguir una formación integral de la persona. El blog elaborado se centra principalmente en la recopilación de cuentos literarios que permiten a los alumnos, desde la cercanía de las experiencias de los personajes, adquirir un conocimiento emocional y fomentar las relaciones con los demás consiguiendo así una serie de competencias emocionales que les permitirán adaptarse y afrontar todas las situaciones de la vida, teniendo en cuenta que el centro del control de las emociones de los niños se encuentra aun inmaduro y necesita de experiencias que les den la oportunidad de desarrollarse adecuadamente. Este blog, titulado *Cocoliseros Felices*, se trata de una herramienta de carácter público cuyo objetivo es que tanto profesores como familiares tengan un fácil acceso a él y trabajen conjuntamente, fomentando así la cooperación familia-escuela, que será beneficiosa para el completo desarrollo del alumnado.

Palabras clave: recursos educativos, Educación Emocional, Educación Infantil, cuentos literarios, competencias emocionales.



RESUM.

L'objectiu principal d'aquest Treball Fi de Grau és presentar i proporcionar un banc de recursos educatius que ajude, tant a les famílies com als professors, a impartir una Educació Emocional entre els alumnes d'Educació Infantil que s'adapte a les seues necessitats de desenvolupament. Per això, s'ha realitzat una investigació i anàlisi de les obres dels principals psicòlegs i pedagogs, com ara Daniel Goleman, Mar Romera o Rafael Bisquerra, que han teoritzat sobre el concepte d' Educació Emocional i els seues beneficis en el desenvolupament continu dels individus. Tot açò, amb la finalitat de presentar una sèrie d'activitats i recursos que afavorisquen les habilitats necessàries per aconseguir una formació integral de la persona. El bloc elaborat es centra principalment en la recopilació de contes literaris que permetran als alumnes, des de la proximitat dels personatges, adquirir un coneixement emocional i fomentar les relacions amb els altres; aconseguint així una sèrie de competències emocionals que els facilitaran adaptar-se i afrontar totes les situacions de la vida, tenint en compte que el centre de control de les emocions dels xiquets es troba immadur i necessita d'experiències que els donen l'oportunitat de desenvolupar-se adequadament. Este bloc, titulat "*Cocoliseros Felices*", es una ferramenta de caràcter públic, l'objectiu del qual és que tant professors com famílies tinguen un fàcil accés a ell i treballen conjuntament, fomentant així la cooperació família-escola, que serà beneficiosa per al complet desenvolupament del alumnat.

Paraules clau: recursos educatius, Educació Emocional, Educació Infantil, contes literaris, competències emocionals.



SUMMARY.

The main objective of this Final Grade Project is to present and provide a bank of educational resources that will help both families and teachers to provide Emotional Education to Infant Education students that is adapted to their developmental needs. For this purpose, research and analysis of the works of the main psychologists and pedagogues, such as Daniel Goleman, Mar Romera or Rafael Bisquerra, who have theorized about the concept of Emotional Education and its benefits in the continuous development of individuals, have been carried out. All this aims to present a series of activities and resources that offer the necessary skills to achieve an integral training of the person. The elaborated blog is mainly focused on the compilation of literary stories that allow the students, from the proximity of the characters' experiences, to acquire an emotional knowledge and to promote the relations with the others obtaining a series of emotional competencies this way that will allow them to adapt and to face all the situations of life, bearing in mind that the centre of control of children's emotions is still immature and needs experiences that give them the opportunity to develop suitably. This blog entitled Cocoliseros Felices is a public tool whose objective is that both, teachers and families, have easy access to it and work together, promoting family-school cooperation, which will be beneficial for the complete development of the students.

Key words: educational resources, Emotional Education, Infant Education, literacy stories, emotional competencies.



2 INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.

Ante la necesidad imprescindible de aprender a relacionarnos con nosotros mismos y con la gente que nos rodea a diario, y como estudiante de Magisterio que se encuentra a dos pasos de hacer realidad aquel sueño que un día de pequeña tuve, me veo en la obligación de aportar mi granito de arena para hacer de esta educación una educación mejor y como consecuencia, un mundo mejor. Es por eso, que con este trabajo pretendo que los pequeños y no tan pequeños sean conscientes de la importancia de reconocer y controlar sus propias emociones y sentimientos. Todo esto con la finalidad de, poco a poco, ir entendiendo las de los demás, empatizando si cabe un poco más con todos aquellos que pasarán por nuestras manos y de los que seremos referentes clave a lo largo de todo su desarrollo.

Pero ¿cómo surgió la idea de realizar este trabajo? Sinceramente surgió por tres simples motivos que a continuación exponemos y explicamos.

Por una parte, la necesidad de una educación integral del individuo. Tal y como se mostrará a lo largo del trabajo son muchos los psicólogos y pedagogos que, siguiendo las palabras de Gardner, consideran la necesidad de una educación integral del individuo, es decir, una educación que tenga en cuenta todos los ámbitos del ser humano y los eduque de acuerdo con sus necesidades. Ya que tal y como afirma López (2005), “educar significa contemplar el desarrollo integral de las personas, desarrollar las capacidades tanto cognitivas, físicas, lingüísticas, morales, como afectivas y emocionales” (p. 155).

Por otra parte, la puesta en práctica de la educación emocional en los centros educativos parece ser un poco deficiente. Son muchos los autores, científicos y pedagogos, como por ejemplo Mar Romero o Rafael Bisquerra, que han investigado la importancia de este tipo de educación desde los primeros años de la Educación Infantil y a lo largo de toda la formación académica y personal; pero, sin embargo, pocas son las muestras prácticas que se observan en las escuelas a diario.



Y, por último, la falta de control emocional que sufrí de pequeña durante mi etapa educativa. He de afirmar que siempre he aparentado ser muy fuerte emocionalmente, pero la realidad dista mucho de las apariencias, es por eso, que una ayuda para sobrellevar mis emociones y las de los demás no hubiera estado mal durante mi infancia.

Uniendo estas razones con la experiencia vivida durante los últimos meses en Finlandia, me ha permitido descubrir la necesidad de una educación que ayude a detectar las emociones, ponerles nombre, saber sobrellevar todo tipo de emociones, saber identificar las emociones de los demás...

Las emociones tienen una elevada influencia tanto en la motivación académica como en las estrategias cognitivas, lo que nos lleva a resumir que las emociones tienen una influencia en el aprendizaje y el rendimiento escolar (Pekrun, 1992). Es por eso, que a lo largo de este trabajo vamos a realizar una breve búsqueda y recopilación de información que corrobora la necesidad de llevar a cabo este tipo de educación dentro de las aulas, especialmente las de Educación Infantil con el objetivo principal de mejorar las relaciones con los demás, pero sobretodo, con uno mismo. Ya que como afirma el propio Gardner (2002) si se conoce a uno mismo es posible entender a los demás y que otros nos entiendan a nosotros.

En la parte práctica del trabajo, aunque al inicio no teníamos muy claro como queríamos orientarlo, ya que pretendíamos elaborar un recurso útil y creativo que nos permitiera ponerlo en práctica tanto en la actualidad como tener unas líneas de futuro; surgió la idea de llevar a cabo un blog educativo titulado *Cocoliseros Felices*. En este se ofrecen una recopilación de actividades y tareas, basándose en los aspectos descubiertos a lo largo de la búsqueda de información sobre inteligencia emocional. Algunos de los recursos que allí proponemos han sido puestos en práctica en el aula de primero de educación Infantil (3 años) en el centro escolar Abad Sola, ubicado en la calle San Francesc de Borja, 32, Gandía, Valencia.

Esta propuesta se centra en la lectura y análisis de cuentos que proporcionan un aprendizaje sobre las emociones y que nos enseñan a cómo sobrellevarlas en nuestro



día a día. Los cuentos son un recurso muy útil en los primeros años de vida ya que permiten al niño evadirse de la realidad y adentrarse en un mundo paralelo donde todo es posible, así como también da paso a su imaginación. Esta característica es muy útil en este tipo de actividades, ya que los alumnos están en todo momento abiertos a dar su opinión o contar historias relacionadas con aquello que estamos hablando, sincerándose y abriéndose un poco más a los demás, consiguiendo así formar un gran grupo donde se respetan, pero sobretodo, se quieren. “Hay que escuchar e invitar a los niños a participar y que se sientan implicados para mejorar su mundo” (Bona, 2018, 3m 14s).

Para conseguirlo se precisa de un trabajo colaborativo entre familia y escuela, “lo que no hay que olvidar es que ni la familia sola, ni la escuela sola, educan. Educa la sociedad que incluye la familia y la escuela. Tal y como dice un proverbio africano: un niño es educado por una tribu entera” (Teixidor, 2007, p. 183), esto quiere decir que la educación integral de la persona no es solo cosa de los centros educativos, sino también de las familias, y estos dos colectivos deben trabajar conjuntamente a fin de conseguir el mejor resultado posible.

Es por eso, por lo que, en el blog propuesto, junto con las actividades y tareas, se ofrecen una serie de entradas orientadas a las familias, con la finalidad de explicarles la necesidad de este tipo de educación y la importancia de llevarla a cabo también desde casa. A lo largo de estas entradas se ofrecen explicaciones breves pero concisas de muchos aspectos importantes que hay que tener en cuenta a fin de que nuestros hijos o alumnos crezcan con un buen control y una buena regulación de sus propias emociones.

Aunque la primera idea de realizar el blog fue planteada previo al confinamiento que estamos viviendo toda la sociedad, no se ha podido desaprovechar la oportunidad de darle un giro al proyecto con el objetivo de que nos permitiera adaptarnos a la realidad que se está viviendo. Estos meses han afectado tanto a los adultos como también a los niños física, psíquica y psicológicamente; por lo tanto, a lo largo del blog se presentan gran cantidad de entradas y post orientados a trabajar con los más



pequeños la situación que se está viviendo. A lo largo de todos los post, se exponen variados tipos de cuentos, actividades, manualidades y consejos que a nuestro entender pueden resultar muy útiles para aquellas familias que están confinadas con niños y niñas pequeños en casa.

A modo de conclusión de esta introducción, me gustaría afirmar que con este trabajo lo que se pretende es que tanto alumnos como profesores, miembros de la Comunidad Educativa y familiares sean conscientes de este tema que, aunque lleva mucho tiempo instaurado en nuestras mentes, parece que no le damos la importancia que requiere, aun siendo de extrema necesidad para el desarrollo personal de todo individuo a lo largo de toda su vida. Tal y como afirma Matsumoto (2004), “se ha mostrado que la regulación emocional es extremadamente útil para predecir no sólo la aptitud y la adaptación intercultural, sino también la adaptación en muy distintos contextos” (p. 280).



3 OBJETIVOS.

A continuación, se detallan los objetivos planteados para llevar a cabo este trabajo de investigación. En un primer lugar se expondrá el objetivo general y, en segundo lugar, listaremos los diferentes objetivos específicos surgidos del anterior objetivo mencionado.

3.1 OBJETIVO GENERAL.

Este trabajo está elaborado basándonos en un objetivo claro y conciso que se quiere conseguir con la puesta en práctica de ciertas actividades elaboradas basándonos en lo previamente investigado y analizado, y que más adelante se detallan. El objetivo general aparece descrito a continuación:

O.G.1. Elaborar un banco de recursos educativos basado en la educación emocional y que fomente en los alumnos de educación infantil las habilidades necesarias para poder conocer y gestionar tanto nuestras propias emociones como las de los demás a través de los cuentos infantiles.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

El objetivo general anteriormente descrito se divide en cuatro objetivos específicos que explican más detalladamente aquello que se pretende abordar a lo largo de todo este trabajo de investigación y análisis sobre la educación emocional.

Los objetivos específicos son los siguientes:

O.E.1. Analizar las diferentes corrientes y teorías que hablan de la importancia y necesidad de la educación emocional a lo largo del proceso educativo.

O.E.2. Realizar un estudio sobre el enfoque adecuado de la educación emocional en las aulas de educación infantil.



O.E.3. Presentar un catálogo de actividades y tareas con la finalidad de trabajar las emociones y sentimientos en el aula basándonos en los cuentos narrativos infantiles.

O.E.4. Difundir entre las familias la importancia de una educación emocional también desde casa a través de un banco de recursos y actividades.



4 PLAN DE TRABAJO.

Este Trabajo de Final de Grado se inicia con una investigación acerca del término Educación Emocional teniendo como referencia autores relevantes en este campo de estudio.

Aunque el planteamiento previo para realizar la búsqueda era emplear la herramienta de internet, también he realizado búsquedas en diversos manuales de Psicología, que han permitido profundizar en conceptos mucho más específicos y concretos relacionados con el tema principal del trabajo.

A partir de estas indagaciones, he descubierto la importancia de este tema en la educación continua del alumnado, pero en especial, en los primeros años de educación. Así también, he reflexionado sobre la necesidad de contribuir a la formación tanto de profesores como de padres a fin de que fomenten en sus hijos y alumnos ese conocimiento de las emociones, tanto personales como de los demás.

Muchos son los autores que, como Howard Gardner, Daniel Goleman, Rafael Bisquerra o Mar Romera, han desarrollado científicamente este tema y han señalado, en consecuencia, la importancia de no solo teorizar sobre él, sino de llevarlo a cabo día a día tanto en las aulas como en todas las casas.

De entre los investigadores sobre esta cuestión, Daniel Goleman tiene el mérito de haber desarrollado el término “Inteligencia Emocional”. Se le reconoce como uno de los pilares en el estudio científico de la educación emocional y su aplicación a la realidad escolar y sus ideas han sido posteriormente desarrolladas por sus seguidores.

Todos los autores y psicólogos investigados aportan gran cantidad de ideas y metodologías distintas para llevar a cabo este tipo de educación en las aulas y en las familias. Pero todos ellos coinciden en una metodología en particular, es decir, inciden en la importancia de trabajar este tipo de educación infantil con los más pequeños a través de los cuentos infantiles. De modo que los niños y niñas sean conscientes de que los personajes de los cuentos también tienen emociones y sentimientos y los viven al igual que ellos lo hacen.



Por este motivo, con el compromiso de que este trabajo tenga utilidad, y con el objetivo de contribuir a mejorar la tarea de muchos otros docentes, veo la necesidad de poner al alcance de todos estos una herramienta de la que se pueden servir. Se trata de un banco de recursos, organizados de forma ordenada y coherente en un blog; una serie de materiales educativos adaptados a las necesidades y al periodo de desarrollo de los niños. Ha sido elaborado en relación con todo lo estudiado a lo largo de este trabajo con la pretensión de que puedan servir gran ayuda en los próximos años como docentes.

El blog educativo es de libre acceso para familias y docentes y entre los variados recursos, se trabajan especialmente los cuentos infantiles, que de forma indirecta tratan todo lo comentado a lo largo del trabajo. Las actividades propuestas se centran en la identificación de las emociones tanto propias como de los demás, así como también la adquisición de vocabulario emocional que permita a los más pequeños aprender a expresar aquello que sienten de forma adecuada y coherente. Como parte adicional, se incluyen algunas entradas orientadas a padres, donde de forma breve pero detallada se explican ciertos aspectos considerados como relevantes para la educación de sus hijos, siguiendo las directrices que a lo largo de todo el trabajo se intentan establecer.

Los materiales que se han desarrollado parten con la idea de ser un recurso tanto fácil de utilizar como útil para todos aquellos que lo empleen en su día a día; es decir, que nos permitan contribuir y ayudarnos unos a otros, ya que juntos somos mucho más fuertes y el poder de uno se multiplica si se une con el poder de otros muchos. De este modo intentar llegar al máximo número de gente posible con el objetivo de crear una comunidad que cambie de concepción y se vea con la fuerza suficiente de hacer frente al ideal de educación actual, promoviendo una nueva metodología que se adapte a los alumnos y que por lo tanto eduque para ser y no para saber, es decir, una sociedad que “aprenda a” y no que “aprenda de”.



5 MARCO TEÓRICO.

5.1 INTRODUCCIÓN.

Como ya hemos referido, es muy amplia la investigación acerca del funcionamiento de la mente humana a la hora de adquirir nuevos conocimientos. En consecuencia, se puede llegar a afirmar la importancia de una educación integral de la persona. Sin embargo, la actividad diaria de muchas escuelas, aunque en constante intento de mejora, manifiesta que queda mucho por avanzar en este aspecto.

Desde la perspectiva de las ocho inteligencias enunciadas por Gardner, consideramos que las personales son frecuentemente olvidadas en la actualidad. Por eso, a lo largo de este trabajo, pretendemos estudiar la aportación de diversos autores para llegar a reafirmar la necesidad de tenerlas en cuenta en la educación de los niños desde edades tempranas.

Para ello, en el primer apartado, analizaremos la relación entre dos grandes propulsores de nuestro sistema educativo como son Piaget y Gardner, haciendo especial hincapié en las similitudes y diferencias de sus aportaciones. Así pues, la teoría sobre las Inteligencias Múltiples que Gardner propuso en 1983 está basada en las investigaciones que realizó sobre las afirmaciones de Piaget.

Centrándonos en las inteligencias intrapersonal e interpersonal, estudiaremos algunas de las razones por las cuales se precisa de esta inteligencia emocional dentro de las aulas, pero especialmente, de las de educación Infantil. Para ello, realizaremos una pequeña investigación sobre las afirmaciones que Goleman enunció en su obra literaria *Emotional Intelligence* en 1995 y que muchos otros autores habían observado anteriormente como, por ejemplo, Salovey y Mayer en 1990.

A continuación, realizaremos un análisis de los cambios más significativos que nuestro cerebro sufre como efecto de esta educación, incidiendo en la necesidad de que esta formación sea de carácter continuo a lo largo de toda la evolución del ser humano. Así también, nos detendremos a señalar las situaciones más apropiadas para llevar a cabo la educación emocional en el aula de Educación Infantil.



Para finalizar, presentamos una propuesta práctica cuyo objetivo es aplicar los aspectos mencionados con anterioridad en la realidad de un centro educativo o de una familia, ofreciendo orientaciones de actuación y recursos, dependiendo de la situación en la que se encuentre.

5.2 PIAGET Y GARDNER.

Tal y como el propio Gardner (1997) afirma, su dedicación a la psicología tiene origen en la lectura de las obras de otro psicólogo, Jean Piaget. Es por eso, que a lo largo de toda su trayectoria se encuentran gran cantidad de similitudes con el nombrado autor. Dos de las coincidencias más notables son, por una parte, la necesidad de disponer de procesos adecuados para que el niño tenga la posibilidad de alcanzar una verdadera comprensión de lo que se le intenta transmitir, es decir, ofrecer gran cantidad de recursos que faciliten la adquisición, asimilación y comprensión de los contenidos y valores que se están transmitiendo. Por otra parte, los contenidos acabados en la escuela son totalmente inoperantes para los alumnos, ya que sólo la acción experimental permite adquirir nuevos conocimientos que formarán la base para la creación de nuevos conceptos, con esto quieren decir que las clases magistrales donde el alumno es un mero oyente pasivo no aportan gran cantidad de conocimiento a los niños, estos aprenden mucho más cuando adquieren un contacto directo con aquello que están asimilando y tienen libertad para investigar y equivocarse en sus conocimientos, ya que “el error es una gran fuente de aprendizaje”, tal y como afirma Mar Romera (2018, 1 de febrero).

La teoría de Piaget es una innegable aportación al campo de la educación, especialmente la escolar. El objetivo principal que Piaget pretende conseguir con su teoría es contribuir al desarrollo total del individuo, es por eso por lo que señala que el desarrollo de la inteligencia y la formación de conocimiento van juntos, concibiendo la inteligencia como un proceso y no como un estado. Aquí surge una de las principales discrepancias que se observan en esta teoría. Piaget concibe la inteligencia como un proceso, pero en cambio, hace uso de los test de Inteligencia propuestos por Binet y



Simon (1905). Estos test se encargan de analizar lo que saben y cómo razonan, pero en cambio, no analizan por qué razonan de esa manera y el porqué de sus respuestas, es decir, estos test conciben la inteligencia como un estado y no como un proceso, justo lo contrario que Piaget intentaba transmitir con su teoría.

5.3 GARDNER Y SU TEORÍA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES.

Gardner durante su investigación sobre las afirmaciones de Piaget, encuentra una inconformidad con éste y, por lo tanto, decide oponerse a la visión que Piaget tenía sobre la inteligencia, afirmando que esta está influenciada por la cultura y no es automática tal y como el propio Piaget afirmaba en sus teorías. Es decir, Gardner concibe la inteligencia como un proceso que se encuentra en continuo cambio y se desarrolla en función de las experiencias que el individuo va teniendo a lo largo de su vida (Herrstein & Murray, 1994). Es decir, la inteligencia depende de alguna manera del contexto y la cultura en la que se desarrolla (Brown, Collins, & Duguid, 1989).

Howard Gardner “considera que la inteligencia es la capacidad para resolver problemas o elaborar productos que pueden ser valorados en una determinada cultura” (Gardner, 1983; citado por Ardilla, 2010, p. 99). Tiempo después decidió modificar un poco su definición afirmando que “la inteligencia es un potencial biopsicológico para procesar información que se puede activar en un marco cultural para resolver problemas o crear productos que tienen valor para una cultura” (Gardner, 1999, p. 45). El cambio de una definición a otra viene motivado porque las inteligencias son potenciales neuronales, y estos se activan o no en función de los valores, oportunidades y decisiones tomadas por el individuo.

Actualmente y desde hace ya algunas décadas, han sido muchos los autores que han estudiado la importancia de la educación integral de la persona acuñando como propulsor de esta mentalidad a Howard Gardner y su teoría sobre *Las Inteligencias Múltiples* publicada en 1983. En esta teoría se diferencian ocho Inteligencias distintas. Y afirma que cada persona posee todas las inteligencias y las desarrolla e interrelaciona de forma distinta, otorgándole a cada individuo la cualidad de ser un ser único y



diferente a todos los demás. Pero vamos a hablar especialmente de las inteligencias personales, es decir, la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal; inteligencias que Goleman denomina Inteligencia Emocional.

Cuando se habla de emoción se hace referencia a la reacción que una persona experimenta a partir de un estímulo. Las emociones son universales, y representan un complejo mundo en el que se incluyen tanto las emociones positivas, como, por ejemplo, la alegría, la felicidad, el amor; o las emociones negativas como la ira, el miedo, la tristeza, la ansiedad. Estas están presentes en la vida de la persona desde que nace y desempeñan una función relevante en la formación de la personalidad (Lopez, 2005).

Estas inteligencias tienen una parte biológica y otra cultural, es decir, la preferencia por una o otra estará influenciada por su base biológica, su ADN, y por el entorno donde vive y se desarrolla.

El propósito de Gardner es que el sistema educativo utilizado en las escuelas pase de la profundidad a la extensión y de la memorización a la comprensión, haciendo hincapié en la necesidad de cambio por parte del educador, pasando de la enseñanza tradicional a una enseñanza que permita llegar al máximo número de alumnos posibles, ya que tal y como afirma el propio Gardner en el prólogo del libro de Thomas Armstrong (2006):

La esencia de la teoría es respetar las muchas diferencias que hay entre los individuos, las variaciones múltiples en las maneras como aprenden; los distintos modos por los cuales podemos evaluarlos y el número casi infinito de modos en que éstos pueden dejar huella en el mundo. (Gardner, 1994; citado por Pérez y Beltrán, 2006, p. 152).

El nuevo papel del profesor viene representado por lo que Gardner (1993) llama experiencia cristalizadora, es decir, ante una situación agradable el niño experimenta una reacción afectiva. Pero también existe la experiencia paralizante, esto ocurre cuando los niños entran en contacto con conductas y actitudes desagradables, que ellos mismos consideran injustas o molestas.

Como ya hemos referido, en la teoría de Gardner se diferencian ocho inteligencias distintas; inteligencia lingüística, inteligencia lógico-matemática,



inteligencia espacial, inteligencia corporal-kinestésica, inteligencia musical, inteligencia interpersonal, inteligencia intrapersonal e inteligencia espacial. Relacionando esto con lo mencionado previamente sobre la importancia y la necesidad de transmitir los conocimientos según los distintos modos que emplean nuestros alumnos para el aprendizaje y observando la realidad en las aulas, se llega a la conclusión de que la escuela sigue utilizando el método tradicional de enseñanza.

En los últimos años se han empezado a incluir ciertas estrategias para el desarrollo de las inteligencias distintas a la lógico-matemática y la lingüística como son, la espacial, la musical, la corporal...; pero desafortunadamente las inteligencias que menos se han considerado son las personales: la intrapersonal y la interpersonal. Inteligencias que, aunque la insistencia en su aplicación se remonta a más de cuatro décadas atrás, apenas han sido incluidas en el trabajo educativo del aula.

5.3.1 LA INTELIGENCIA INTERPERSONAL Y LA INTELIGENCIA INTRAPERSONAL.

A continuación, nos vamos a centrar en dos inteligencias, la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal, inteligencias que Goleman acuñó como inteligencia emocional. Con la finalidad principal de descubrir su importancia y necesidad en la formación continua del individuo, es necesario señalar las principales características que determinan cada una de estas inteligencias.

Por una parte, la inteligencia interpersonal, consiste en establecer una relación con los demás, entendiendo tanto lo que dicen como aquello que representan mediante su expresión facial o su postura, con el fin de responder de la mejor manera posible a sus necesidades o peticiones. Este tipo de inteligencia se puede observar en aquellos que son buenos en trabajos en grupo, muestran una actitud convincente y sociable con los que se encuentran a su alrededor, permiten que el resto desarrolle y ponga en práctica sus habilidades a fin de maximizar sus potenciales, establecen unos vínculos de amistad fuerte y hacen frente a conflictos sociales siendo buenos mediadores.



Por lo que respecta a la inteligencia intrapersonal, la presentan aquellos individuos que poseen una gran capacidad para conocerse a si mismos, en ellos destacan la autocomprensión, la autoconfianza, la automotivación y la autoestima; por todo esto, son personas reflexivas y con un razonamiento certero. Este colectivo se caracteriza por ser personas asertivas y reflexivas, que son conscientes de sus propios cambios de humor, y que poseen gran cantidad de sueños y motivaciones que son guiadas por sus intenciones y sentimientos.

Estas dos inteligencias confluyen mutuamente, es decir, que una no puede ir sin la otra y educando una vamos a estar inconscientemente educando la otra, ya que, si me conozco a mi mismo, estaré en condiciones de poder entender a los demás.

A lo largo de todo este apartado hemos hablado de la inteligencia emocional, si juntamos esta afirmación con el hecho de ofrecer a nuestros alumnos una educación integral de la persona, podemos considerar que nuestro sistema educativo precisa de una educación emocional que cumpla con las necesidades exigidas por nuestros alumnos. Ayudándoles a conocer sus emociones y a gestionarlas de la forma más adecuada, ya que tal y como afirma Aristóteles (349 a.C.), cualquier persona puede enfadarse, eso es algo muy sencillo. Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, no resulta tan sencillo.

Los niños, además de información y formación intelectual, precisan aprender habilidades no cognitivas, sufren una falta de habilidades emocionales y sociales para afrontar y resolver los dilemas de su vida cotidiana (Fernández-Berrocal y Extremera, 2004). De ahí surge la idea de la importancia del aprendizaje de los aspectos emocionales y sociales para facilitar la adaptación global de los ciudadanos en un mundo cambiante, con constantes y peligrosos desafíos (Lopes y Salovey, 2004).



5.4 DANIEL GOLEMAN: EMOTIONAL INTELLIGENCE (1995)

La inteligencia emocional tiene sus orígenes en el siglo XX cuando en 1990 Salovey y Mayer publicaron su obra titulada *Emotional Intelligence*. Este fue el primer artículo que empleó el término inteligencia emocional, pero pasó desapercibido y no tuvo gran divulgación en la sociedad del momento. Poco tiempo después, Daniel Goleman, en 1995, publicó una obra titulada *Emotional Intelligence*, que tal y como el propio autor afirma, se basa en las hipótesis estudiadas y publicadas por Salovey y Mayer (Goleman, 1995), y que sí que tuvo un notable éxito y una difusión.

El motivo del éxito de esta obra se debe a la situación en la que se encontraba la sociedad en dicho momento. Por una parte, la publicación de una obra titulada *The Bell Curve* (Hernstein y Murray, 1994) donde se defendía la postura elitista en tiempos de polémica entre igualitarismo y elitismo. Por otra parte, el antagonismo presente entre emoción y razón resultando que la mayoría de los avances se decantaban más por la emoción.

En esta situación se presenta la obra de Goleman, en la que pone sobre papel sus ideas en contra del elitismo y a favor del igualitarismo, contrastando la inteligencia emocional con la inteligencia cognitiva y afirmando que la primera podía ser mucho más poderosa que la segunda. En su obra, también se muestra la inconformidad con el Coeficiente Intelectual (CI). Es por eso, por lo que presenta un nuevo método, el Cociente Emocional (EQ), ya que tal y como él mismo afirma, las competencias emocionales también se pueden aprender y, por lo tanto, toda persona puede ser emocionalmente inteligente (Goleman, 1995).

El modelo que propone Goleman en su obra es un modelo mixto que concibe la Inteligencia Emocional como un conjunto de rasgos estables de personalidad, competencias socioemocionales, aspectos motivacionales y diversas habilidades cognitivas (Boyatzis, Goleman, y Rhee, 2000). Es el modelo más utilizado en España. Según sus consideraciones, la inteligencia emocional consiste en:



1. *Conocer las propias emociones:* tener conciencia de las emociones propias reconociendo el sentimiento en el momento exacto en el que ocurre. Tal y como el mismísimo Sócrates afirmaba “conócete a ti mismo”.
2. *Manejar las emociones:* tener control de los propios sentimientos para poder expresarlos de la manera apropiada. A fin de controlar y manejar nuestras emociones, se precisa tener un control de ellas.
3. *La motivación:* por una parte, la emoción conduce a una acción, y por otra, la emoción y la motivación están interrelacionadas. Es por eso por lo que debemos aprender a encaminar nuestras emociones y motivaciones hacia el logro de objetivos establecidos. El autocontrol emocional requiere de un aprendizaje en la demora de las gratificaciones y en el control de la impulsividad y agresividad.
4. *Reconocer las emociones de los demás:* ser empático, pero para ello debemos conocer nuestras propias emociones.
5. *Establecer relaciones:* para establecer buenas relaciones debemos manejar las emociones y sentimientos de los demás. Esta capacidad la suele poseer aquellas personas con gran popularidad y liderazgo.

Estas habilidades o aptitudes se dividen en dos grandes grupos, habilidades personales y habilidades sociales tal y como aparecen clasificadas en la siguiente tabla (1).

HABILIDADES PERSONALES	HABILIDADES SOCIALES
Conocer las propias emociones	Reconocer las emociones de los demás
Manejar las emociones	Establecer relaciones
La motivación	

Tabla 1. *Habilidades emocionales.*

Fuente: elaboración propia.



En resumen, se necesitan siete ingredientes clave para llevar a cabo una buena inteligencia emocional; autoconfianza, curiosidad, intencionalidad, auto-control, relaciones, capacidad de comunicar y cooperación, tal y como afirma el propio Goleman en su obra *Emotional Intelligence* (1995).

Siete años más tarde, el propio Goleman junto con Boyatzis, y Mckee (2002) proponen cuatro habilidades o dominios y dieciocho competencias que se recogen en la siguiente tabla (2):

Dominios de la inteligencia emocional y competencias asociadas	
COMPETENCIA PERSONAL	COMPETENCIA SOCIAL
<p>CONCIENCIA DE SÍ MISMO</p> <ul style="list-style-type: none">• Conciencia emocional de uno mismo.• Valoración adecuada de uno mismo.• Confianza en uno mismo. <p>AUTOGESTIÓN</p> <ul style="list-style-type: none">• Autocontrol emocional.• Transparencia.• Adaptabilidad.• Logro.• Iniciativa.• Optimismo.	<p>CONCIENCIA SOCIAL</p> <ul style="list-style-type: none">• Empatía.• Conciencia de la organización.• Servicio. <p>GESTIÓN DE LAS RELACIONES</p> <ul style="list-style-type: none">• Liderazgo inspirado.• Influencia.• Desarrollo de los demás.• Catalizar el cambio.• Gestión de los conflictos.• Establecer vínculos.• Trabajo en equipo y colaboración.

Tabla 2. *Dominios de la inteligencia emocional y competencias asociadas.*

Fuente: tomado de Goleman, Boyatzis y Mckee (2002, pp.72-73).



5.5 EL MODELO DE SALOVEY Y MAYER.

Estos autores se dieron cuenta que resultaba completamente insuficiente la definición que habían proporcionado en 1990, en la que afirmaban que no existía relación entre los sentimientos y el pensamiento. Dejando de lado el fracaso que tuvieron en su primera obra y siguiendo los pasos que Daniel Goleman presentaba en la suya, en el año 1997 publicaron una segunda edición titulada *What is emotional intelligence?, Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*.

En dicha obra estos dos autores diferencian cuatro habilidades o capacidades sociales:

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

Las habilidades anteriormente mencionadas podrían estar divididas en dos niveles. Uno más sencillo incluiría las de percibir y expresar las emociones, y otro más complejo conllevaría esa capacidad reflexiva y consciente de la emoción (Guil, Larran, Gil-Olarte y Serrano, 2014). A diferencia de Daniel Goleman, estos escritores promueven un modelo basado en habilidades, que concibe la inteligencia emocional como una inteligencia basada en el uso de las emociones adaptadas a las situaciones y su aplicación al pensamiento. En este modelo se conceptualizan las cuatro habilidades básicas mencionadas con anterioridad.

5.6 EL CEREBRO EMOCIONAL.

El cerebro es el músculo principal de nuestro cuerpo y el que rige todas las cosas que hacemos y sentimos. Pero, como bien sabemos el cerebro está dividido en varias zonas o áreas, cada una de las cuales se encarga de determinadas funciones. Por eso tal

y como afirma Daniel Goleman en su libro titulado *El cerebro y la inteligencia emocional* “la inteligencia emocional reside en áreas del cerebro distintas a las del coeficiente intelectual” (Goleman, 2016, p. 12). Es por eso por lo que los indicadores de inteligencia y el cociente intelectual de una persona, no resumen la capacidad cognitiva total de esa persona, ya que no tienen en cuenta las inteligencias emocionales, es decir, la inteligencia intrapersonal y la interpersonal (Gardner, 1993)

Las principales zonas del cerebro encargadas de las emociones son la amígdala derecha, “que está especializada en las cuestiones emocionales y se considera una estructura límbica muy ligada a los procesos del aprendizaje y la memoria” (Goleman, 2001, p. 37), “constituye una especie de depósito de la memoria emocional” (idem, p. 38); el córtex somatosensorial derecho que se encarga principalmente de la autoconciencia y de la empatía (que también depende de la ínsula o córtex insular); la circunvolución del cíngulo anterior que está encargada del control de los impulsos controlando las emociones más angustiosas y los sentimientos internos; y finalmente, el córtex orbitofrontal, es decir, el centro de control de la mente, en esta zona reside la capacidad para resolver los problemas expresar los sentimientos, controlar los impulsos y relacionarse. En la siguiente ilustración (1) se reflejan las distintas áreas explicadas.

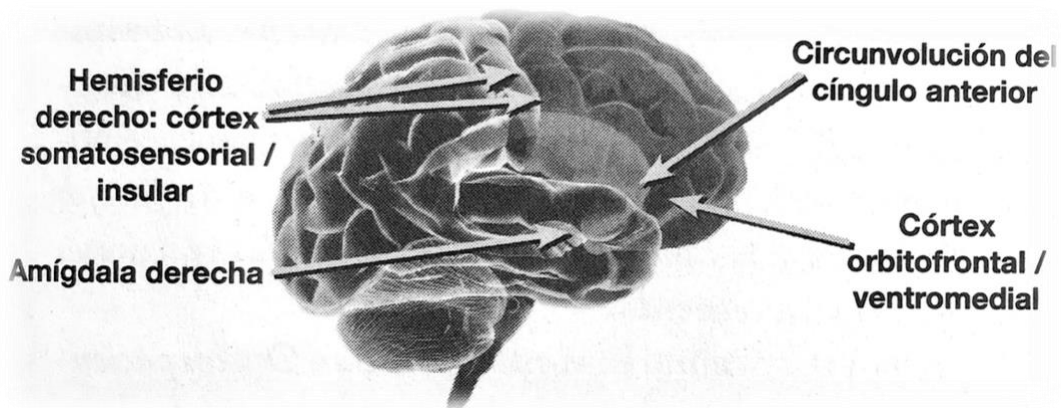


Ilustración 1. Áreas del cerebro

Fuente: Goleman D. , *El cerebro y la inteligencia emocional*, 2016, p. 13



Observando estos hechos, podemos afirmar que la educación emocional y el coeficiente intelectual no son lo mismo ya que se rigen por áreas distintas del cerebro, pero en cambio sí que están conectadas y para tomar una decisión tenemos que aplicar sentimientos a los pensamientos. Tal y como afirma el propio Goleman (2001) “que el cerebro emocional sea muy anterior al racional y que este sea una derivación de aquel, revela con claridad las auténticas relaciones existentes entre el pensamiento y el sentimiento” (p. 31). Por lo tanto, deducimos que toda persona es una combinación entre inteligencia emocional y coeficiente intelectual en distintas proporciones.

Goleman (2001) afirmaba que “tenemos dos cerebros y dos clases diferentes de inteligencia: la inteligencia racional y la inteligencia emocional y nuestro funcionamiento vital está determinado por ambos” (p. 56). Por el contrario, el psicólogo John Maxtell (Teoría de la Evolución Auto-condicionada) afirma que nuestro pensamiento racional ha sido desarrollado con el objetivo de cubrir nuestro lado emocional, el cómo es proporcionado por la razón. Con esta afirmación el autor quiere romper con la concepción que se tiene de dos cerebros o inteligencias distintas.

Por lo que respecta al autodomnio, sus principios básicos son la autoconciencia y la autorregulación de las emociones e impulsos y esto depende de la interacción que se produce entre el córtex prefrontal (centro ejecutivo) y los centros emocionales (amígdala e hipocampo). La interacción equilibrada de estas dos áreas es la base del autodomnio. Aunque mayoritariamente, no podemos decidir qué emociones sentir, ya que estas surgen de manera involuntaria; un mayor control del córtex prefrontal nos permitirá reducir las posibilidades de “secuestros amigdalares”, es decir, que la amígdala tome el control de todo nuestro cerebro en situaciones de amenaza, haciéndonos incapaces de aprender. El córtex prefrontal se divide en córtex prefrontal derecho (sistema nervioso simpático) que tiene gran actividad durante el secuestro amigdalares y el córtex prefrontal izquierdo (sistema nervioso parasimpático) que posee circuitos que permiten inhibir los impulsos de la amígdala y mantener un equilibrio emocional. En otras palabras, “la función ejecutiva del encéfalo poco a poco adquiere el control del sistema límbico” (Berger, 2007, p. 292). Por lo tanto, cuando hablamos de la

necesidad de un control prefrontal nos referimos al control del córtex prefrontal izquierdo. Una de las vías más importantes para activar ese córtex prefrontal izquierdo es la motivación, es decir, el impulso necesario para conseguir los propios objetivos.

Cabe tener en cuenta que la amígdala cerebral es la parte del sistema límbico que antes se desarrolla y durante la primera infancia podemos observar un aumento considerable de su actividad. Como ya se ha explicado, esta se encarga de la regulación de las emociones, pero sobre todo esta involucrada en el miedo y la ansiedad. Poniendo en relación estos dos aspectos, no es de extrañar que los niños pequeños pasen por periodos de pesadillas y terrores, ya que la amígdala está mucho más desarrollada que el córtex prefrontal izquierdo.

La ley de Yerkes-Dodson relaciona el estrés y el rendimiento y se expresa mediante una curva en la que el punto más elevado correspondería al rendimiento óptimo, a lo que denomina “flujo”.

“El estado de flujo representa un pico de autorregulación, el punto de aprovechamiento máximo de las emociones al servicio del rendimiento o el aprendizaje (...) si se hiciera una exploración cerebral en pleno estado de flujo, aparecería una notable actividad prefrontal izquierda” (Goleman, 2016, p. 64)

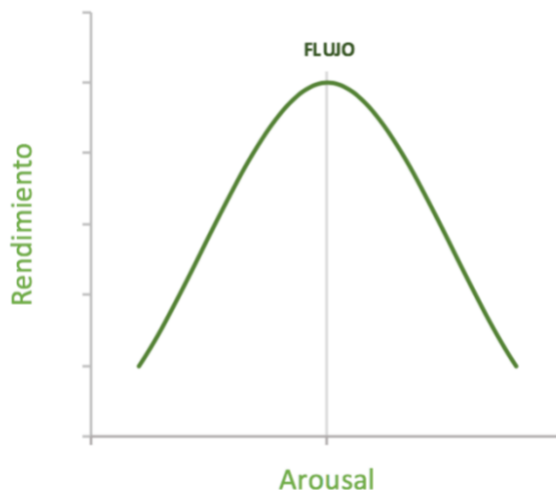


Gráfico 1. Curva de Yerkes-Dodson.

Fuente: Elaboración propia.



Por lo tanto, se evidencia que un nivel moderado de estrés ayuda en el proceso de enseñanza-aprendizaje, pero si se sobrepasa lo perjudica, de lo que concluimos que la poca actividad de la amígdala puede ser casi igual de nociva que la elevada actividad de esta. Experiencias estresantes estimulan el crecimiento del niño siempre y cuando tenga proximidad con alguien capaz de disminuir ese estrés, normalmente los padres o profesores.

Con todo lo desarrollado hasta aquí, podemos afirmar la influencia que tiene en nuestro cerebro la educación emocional intrapersonal. Pero ¿qué pasa con la interpersonal?

En nuestro día a día estamos en un continuo contacto con otros seres humanos y su situación emocional puede influir en la nuestra y viceversa; es lo que se conoce como cerebro social y que Daniel Siegel denominó “mindsight” (2009). “El cerebro social cuenta con infinidad de circuitos, todos ellos concebidos para adaptarse a la mente de otra persona e interactuar con ella” (Goleman, 2016, p. 71).

Por lo tanto, las experiencias o emociones que una persona está viviendo pueden ser transmitidas a otras personas. “Las experiencias de una persona pueden activar las mismas áreas encefálicas en el observador” (Berger, 2007, p. 293). Las denominadas “neuronas espejo” son las que nos permiten hacer estas conexiones. Estas son las encargadas de representar en nuestro cerebro aquello que vemos en los demás: sentimientos, emociones, movimientos... “Debido a ese canal furtivo existe en todas y cada una de nuestras interacciones un subcontexto emocional que determina enormemente todo lo demás (...) y es mucho más fuerte en muchos sentidos que la interacción aparente y manifiesta” (Goleman, 2016, p. 73).

Es el emisor más expresivo emocionalmente el que suele transmitir las emociones al resto en el caso de una relación de igualdad. Pero cuando existe una relación de superioridad, suele ser el individuo más poderoso el que influye en el resto, como es el caso de la relación entre profesorado y alumnado. Afirmamos así la necesidad de un control emocional adecuado por parte del profesor para poder llevar a cabo una educación emocional adecuada para los alumnos. Además de ese control



emocional del profesor, es importante que este eduque en la mutualidad y no tanto en la individualidad con el objetivo de proporcionar una educación empática a los alumnos, es decir, que comprendan las preocupaciones y sentimientos de otra persona desarrollando así una conducta prosocial hacia los demás.

5.7 EMOCIONES PRIMARIAS Y LAS EMOCIONES SECUNDARIAS.

Según se ha señalado anteriormente, durante toda su vida, el ser humano se enfrenta a experiencias difíciles, que generan un conjunto de emociones distintas que precisan de ser controladas. Son muchos los autores como Thompson, Lazarus o Izard, los que han intentado investigar las características y causas de las emociones con la finalidad de clasificarlas de algún modo específico. Todas las investigaciones realizadas se clasifican en dos corrientes principales: la biologicista y la cognitivista.

La primera se centra en aquellas emociones primarias, innatas: el miedo, la rabia, la alegría, la tristeza, la sorpresa y la angustia. En cambio, la cognitivista se centra en las emociones secundarias, es decir, aquellas que surgen a partir de las emociones primarias y que tienen que ver con la forma en que se interpretan las experiencias.

Tal y como afirma Chabot (2009): “la palabra emoción deriva del verbo *emocionar*, que significa poner en movimiento. La palabra emoción comprende también el término *moción*, que tiene la misma raíz que la palabra motor” (p.37). Así, que las acciones motoras que realiza el ser humano están movidas por las emociones de este, de tal modo que dependiendo de la emoción que sienta el individuo llevará a cabo una acción determinada.

Con lo desarrollado, podemos concluir que “las emociones influyen en lo que pensamos y en lo que hacemos. A su vez, los pensamientos influyen en la forma de experimentar las emociones y en las acciones” (Redorta, 2006, p. 27).

En la figura 2 que se presenta a continuación, se resumen las ideas anteriores, mostrando tanto las características principales de cada uno de los movimientos, así como también algunos de los autores pioneros de cada uno de ellos.

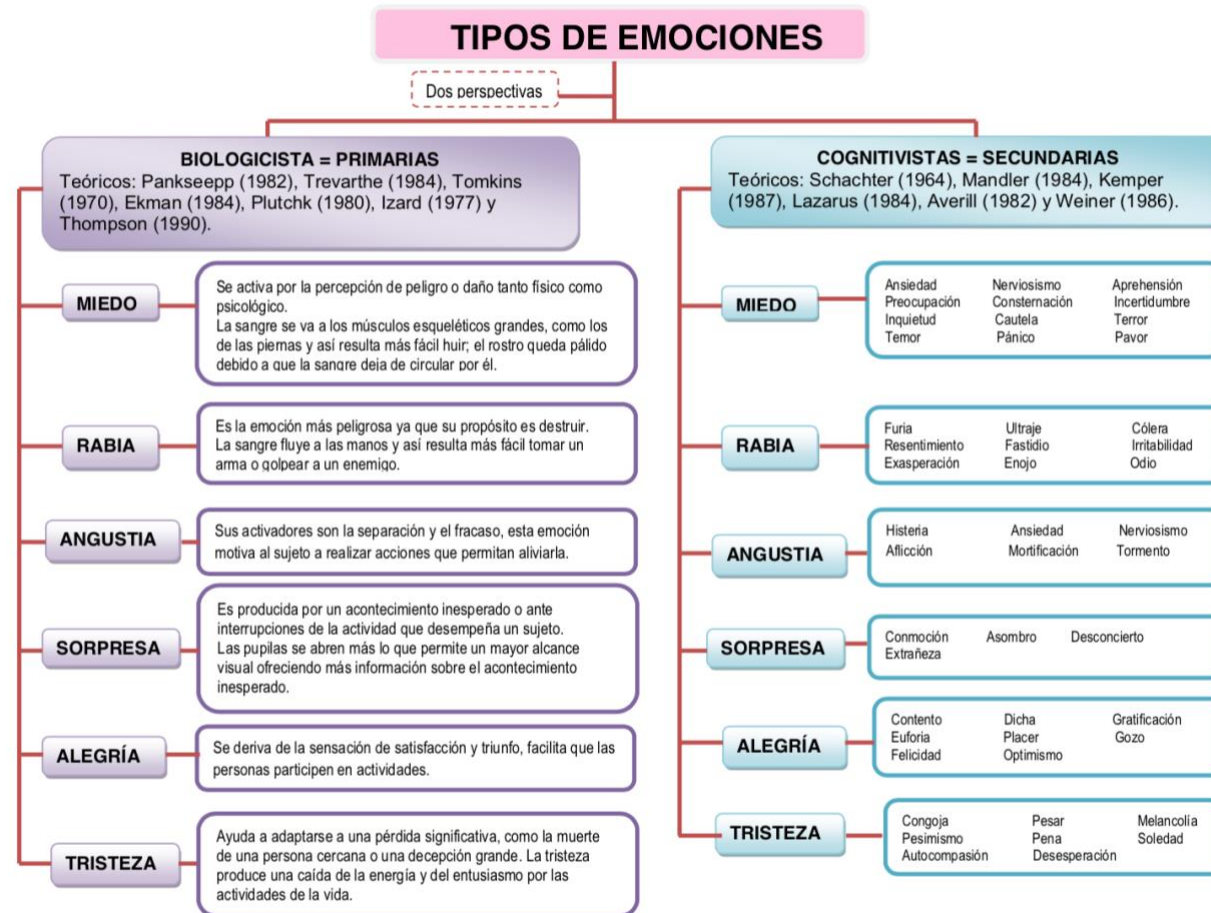


Ilustración 2. Tipos de emociones.

Fuente: Tomado de López-Lazcano (2010, p. 37).



5.8 LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA FORMACIÓN CONTINUA.

Haciendo nuestra la afirmación de Rafael Bisquerra (2019), “muchos problemas de la sociedad actual están relacionados con el analfabetismo emocional. Entre ellos están la prevalencia de ansiedad, estrés, depresión, consumo de drogas, violencia, etcétera” (p. 34); afirmamos que la educación emocional debe de ser desarrollada a lo largo de toda la vida, ya que mejora el rendimiento académico, así como también otras habilidades sociales.

Durante mucho tiempo la expresión y control emocional ha estado condicionado y regulado por el ambiente social, y así se ha diferenciado entre emociones buenas como la alegría y emociones malas como el enfado o la ira. Pero estas concepciones han ido evolucionando a medida que ha avanzado la comprensión del proceso emocional; tal y como señala la psicóloga Mar Romera (2018) en una de sus conferencias, hay que enfadarse, otra cosa muy distinta es cómo gestionas ese enfado. Para ello, los alumnos desde su infancia deben de trabajar el autoconcepto, es decir, conocerse y descubrir cuáles son sus habilidades y fuerzas, su concepto, el elemento. Tal y como afirma Ken Robinson (2017) las personas solo tenemos que encontrar nuestro elemento. Por eso, debemos saber que no hay emociones positivas o negativas, sino emociones; es decir, respuestas adaptativas ante situaciones determinadas. Y deben conocerse todas a fin de aprender cuáles son las reacciones cognitivas, fisiológicas y físicas ante una determinada vivencia emocional y así poder utilizar las emociones en su propio beneficio.

Se puede aprender a regular las respuestas emocionales, es decir, controlar esos impulsos, esto es un signo de madurez e inteligencia. Durante los primeros años de infancia no somos capaces de regular nuestras respuestas emocionales debido a la poca maduración del córtex prefrontal. Pero a medida que crecemos y llegamos a nuestra madurez, se empieza a exigir cierta regulación y control emocional, así como también una tolerancia ante la inmediatez de respuesta; es decir, se trata de hacerles conscientes de la necesidad de autorregularse a fin de tener una buena convivencia con el medio que nos rodea. Ese aprendizaje emocional nos permite equilibrar dos fuerzas



imprescindibles, por una parte, la necesidad de una respuesta emocional, y por otra, la necesidad de respetar las normas de convivencia. Aquellos niños que no demuestran un control suficiente de las emociones lo expresan mediante dos acciones; “la externalización de los problemas: dan rienda suelta a su enojo, atacando a otras personas, (...) otros niños tienen internalización de problemas: son temerosos e introvertidos, y expresan sus aflicciones emocionales interiormente” (Berger, 2007, p. 289).

Lo que los niños necesitan es aprender a elegir sus emociones, y para ello, deben vivir todas y cada una de estas. La educación del siglo XXI no puede ser la educación del “saber”, sino que tiene que ser la educación del “ser” en todas sus dimensiones. De este modo, ofreceremos a nuestros alumnos la posibilidad de ser personas inteligentes emocionalmente hablando, es decir, que sean capaces de elegir la emoción oportuna, en el momento oportuno, en la intensidad oportuna y en el contexto adecuado, parafraseando a Aristóteles.

Tal y como afirma Manel Güell Barceló (2013) no tenemos emociones positivas o negativas, simplemente tenemos emociones. Es mejor diferenciar entre respuestas emocionales útiles, efectivas y adaptativas y respuestas emocionales poco útiles, no efectivas y poco adaptativas, ya que ciertas emociones son útiles y traen cierto beneficio al individuo y otras no. Otra autora, Myriam Muñoz (2009), afirma en su libro *Emociones, sentimientos y necesidades*, que es nuestra propia vida emocional la que nos mueve a comportarnos y reaccionar de una determinada manera. Esta diferencia cinco emociones básicas que esconde bajo la palabra MATEA: miedo, afecto, tristeza, enojo y alegría.

Actualmente a partir del tema de inteligencia emocional se habla de competencias emocionales. Para entenderlo debemos tener en cuenta lo que implica una competencia a fin de relacionarlo con la inteligencia emocional. Perrenoud (2004) define competencia como la movilización que hace el ser humano de conocimientos, habilidades o actitudes. Implican procesos mentales complejos que permiten movilizar estos recursos con el objetivo de solucionar un problema específico dentro de un



contexto determinado. La inteligencia emocional sabemos que es la habilidad de tomar consciencia tanto de las propias emociones como de las de los demás. Teniendo en cuenta estas dos definiciones, Bisquerra (2000) considera la competencia emocional como la capacidad de poner en uso una serie de recursos, identificando las propias emociones y las de los demás, con el objetivo de resolver problemas en situaciones determinadas. Este investigador, pocos años después señalaba que las competencias se pueden aprender, es decir, son educables, por lo que se considera imprescindible que la educación emocional comience desde el nacimiento y acompañe al individuo a lo largo de toda su vida (Bisquerra, 2009).

El propio autor diferencia cinco competencias distintas:

- Conciencia emocional.
- Regulación de las emociones.
- Autonomía emocional.
- Habilidades socioemocionales.
- Competencias para la vida y el bienestar.

Estas competencias se pueden llevar a cabo en cualquier nivel de estudios, eso sí, adaptando las variaciones al tipo de estudiante y al nivel educativo en el que se encuentre.

En conclusión, “el desarrollo emocional se inicia desde el nacimiento en la familia y debería estar presente en Educación Infantil, Primaria, Secundaria, Superior y a lo largo de toda la vida” (Bisquerra, 2019, p. 35).

5.9 INTERACCIÓN DEL NIÑO CON LOS CUIDADORES PRINCIPALES.

Los dos primeros años de vida son un periodo donde los niños sufren un progreso notable por lo que respecta a la expresión de las emociones. La interacción que se produce entre el niño y los cuidadores principales durante estos años de vida constituye un aprendizaje emocional que marcará la evolución emocional de este individuo. Se



trata de un periodo de gran sensibilidad emocional. A continuación, en la tabla 3 se presenta de forma resumida la aparición de las distintas emociones.

EDAD	EXPRESIÓN EMOCIONAL
Nacimiento	Llanto, satisfacción.
6 semanas	Sonrisa social.
3 meses	Risa, curiosidad.
4 meses	Sonrisa franca.
4-8 meses	Enojo.
9-14 meses	Temor a sucesos sociales (extraños, separación del cuidador)
12 meses	Miedos a visiones o sonidos inesperados
18 meses	Autoconciencia, orgullo, vergüenza, pena.

Tabla 3. Edades en las que aparecen las emociones.

Fuente: tomado de Berger (2007, p. 192).

A partir del nacimiento son dos las emociones que se identifican en el recién nacido, satisfacción y disgusto, pero a medida que pasan las semanas, otras emociones empiezan a aflorar en ellos como son la curiosidad, la alegría o el interés. Con estas emociones surge la distinción entre aquello extraño y que, por lo tanto, genera curiosidad, y lo familiar; generándose un gran interés por los rostros que provocarán las primeras sonrisas, también conocidas como sonrisas sociales. Durante el primer año de vida, alrededor de los 8 meses, surge el enojo suscitado mayoritariamente por la frustración, “el enojo en la primera infancia es considerado como una respuesta



saludable a la frustración” (Berger, 2007, p. 193); así como también se pueden observar las primeras muestras de temor.

En el segundo año surgen otras emociones como son el orgullo, la pena, la vergüenza y la culpa. Estas son consecuencia de la autoconciencia, ya que para que estas surjan, el niño ha de ser consciente de la presencia y, por lo tanto, existencia de las otras personas. Por autoconciencia se concibe la capacidad de los niños para experimentar emociones sobre las otras personas y expresarlas ante estas, surgiendo de esta manera el concepto sobre sí mismo como ser con propio conocimiento.

Durante esta etapa es muy importante que se favorezca en el niño la creación de su propia autoestima, pero tenemos que tener en cuenta que “esta no es el resultado de las alabanzas a los niños pequeños, sino de permitirles lograr cosas que los hacen sentir orgullosos” (Berger, 2007, p. 195). Es decir, debemos darles la oportunidad de poco a poco ir consiguiendo logros por ellos mismos, sin animarles, sino más bien, estando a su lado de forma que puedan arriesgarse de manera segura, sabiendo que si lo necesitan les vamos a ayudar.

Durante esta primera etapa de la vida, en la que el niño pasa la mayor parte del tiempo que está despierto en contacto con sus cuidadores principales, tanto el hipocampo como el neocórtex aún no se encuentran lo suficientemente desarrollados, pero en cambio, la amígdala está casi desarrollada. Este hecho conlleva que la amígdala controle la gran mayoría del funcionamiento cerebral del niño. “Las interacciones del niño con los adultos y personas que lo rodean le proporcionan lecciones emocionales basadas en su adaptación y dificultades en sus relaciones” (Goleman, 2001, p. 42).

A lo largo de este periodo, también cabe destacar el desarrollo del apego, es decir, el vínculo afectivo que se produce entre dos personas. Este se desarrolla en la infancia y persistirá a lo largo de toda la vida. En los niños más pequeños, este apego es expresado mediante conductas que buscan de la proximidad y el contacto con los cuidadores principales. Es importante que transmitamos a nuestros hijos un apego seguro, es decir, ofrecerles una confianza y seguridad que permita que estos quieran experimentar, eso sí, manteniendo siempre el contacto con el cuidador.



Las condiciones de nuestra evolución son impuestas por la sociedad misma, es decir, nosotros mismos somos lo que condicionamos nuestra propia evolución, tal y como afirma John Maxtell, en la actualidad somos el resultado del producto de nuestra evolución auto-condicionada (Valladares, 2013).

5.10 LA FORMACIÓN DEL PROFESORADO EN EDUCACIÓN EMOCIONAL.

Cuando un centro pretende desarrollar un programa de educación emocional, uno de los requisitos indispensables es “la sensibilización de los docentes como paso previo a su formación, porque solamente profesorado sensibilizado y formado está en condiciones de una puesta en práctica efectiva” (Bisquerra, 2019, p. 35). Tal y como afirma López (2005): “la puesta en práctica de programas de educación emocional requiere una formación previa del profesorado (...), se puede afirmar que el desarrollo de competencias emocionales de forma intencional y sistemática está bastante ausente en los programas de formación de maestros” (p. 158). Este es un aspecto que refuerza la necesidad de llevar a cabo programas de formación de profesorado como es el caso del programa de educación emocional para la etapa de educación infantil que propone López (2003), con el objetivo de que se ponga en práctica durante la formación universitaria del profesorado y así garantizar una formación adecuada a las necesidades del momento.

Se precisa, por tanto, de profesores que presenten un buen control de sus emociones, ya que serán referentes clave de los alumnos a lo largo de todo su desarrollo, y sin quererlo, estos copiarán y adquirirán gran parte de sus quehaceres diarios. Los niños no aprenden lo que se les enseña, sino que aprenden al que enseña, por lo tanto, la transformación no es el “saber”, sino más bien del “ser”. Si el maestro se conoce emocionalmente se encontrará capacitado para transmitir esa educación emocional a los alumnos (Fernández-Martínez y Montero-García, 2016).

Los profesores viven una relación de amor con sus alumnos y por eso, deben aprenderlos, ya que “solo cuando te aprendo te estoy amando, y cuando te amo estoy en condiciones de compartir y poder enseñarte alguna cosa” (Romera, 2018, 4m 47s).



Claramente, los maestros no son terapeutas, pero al ser educadores, deben considerar y trabajar el desarrollo integral de la persona con los alumnos; ya que el cerebro de estos requiere de un entrenamiento que les permitirá hacer frente a situaciones tanto agradables como traumáticas. Es por eso, por lo que no deben evitarles situaciones como enfados, peleas, fallecimientos de mascotas...; ya que así les estarán entrenando y haciendo más fuertes para posibles golpes que la vida les pueda dar.

En relación con este, un tema que parece tabú en las escuelas, especialmente en los primeros años de educación infantil, es la muerte. Pero, los niños han de hablar de este tema como de otros muchos, eso sí, adaptándolo a su nivel cognitivo y de desarrollo. Tal y como afirman muchos psicólogos infantiles, no debemos evitarle las caídas a un niño, sino más bien necesitamos someterlo a estas a fin de hacerlo más fuerte levantándose y no levantarlo nosotros. El doctor Earl A. Grollman en su libro *Explaining Death to Children* (1998) afirma que la muerte se puede explicar con términos sencillos ayudándoles a entender que esa pérdida y ese dolor es un proceso que todos debemos sufrir y superar.

Por todo lo mencionado anteriormente, tal y como afirma Mar Romera (2018) el sistema educativo necesita personas amorosas con ojos grandes que no se encarguen de vigilar, sino de admirar y que se van a convertir en referentes clave para los niños. Se precisa de educadores que huyan de los modelos tradicionales de transmisión de conocimientos, que no les den más información, sino más bien, que los enseñen a hacer uso de toda esa información que poseen, ya que afortunadamente, las nuevas generaciones tienen el mundo en sus manos.

En una entrevista que Mar Romera (2018) realizó junto con BBVA para la plataforma *Aprendemos Juntos* mencionó algunas de las características principales que un buen profesor debe tener. Las traemos a consideración en este momento ya que engloban todo lo anteriormente mencionado. Estas son las siguientes: debe de mirar con ojos de niño (Tonucci, 1981), es decir, mirar a la altura de un niño. Ha de poseer una oreja verde (Rodari) para poder oír las cosas que los niños tienen que decir. Un olfato muy audaz que le permita intuir aquello que necesitas y abrazarte cuando lo pidas sin



pedirlo. Su paladar debe ser del mejor de los cocineros para saborear cada minuto transcurrido en la escuela como si fuera el último. Y finalmente, debe tener un tacto muy preciso que permita a los alumnos vivir su propia experiencia. A parte de estos cinco sentidos, la psicóloga añade dos más; por una parte, mucho humor para ser capaz de reír y hacer reír a los demás y, por otra parte, sentido común.

Confrontando estas afirmaciones con la realidad, observamos que nos encontramos lejos de lo que hemos planteado, por lo que “el reto en la actualidad es sensibilizar al profesorado, a las familias, a la Administración Pública y a la sociedad en general de la importancia y necesidad de la educación emocional, para proceder a una implantación generalizada” (Bisquerra, 2019, p. 35).

5.11 SITUACIONES APROPIADAS PARA TRABAJAR LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL AULA DE EDUCACIÓN INFANTIL.

Los alumnos están en todo momento en continuo aprendizaje y no solo aprenden cuando se les plantean actividades; por eso, debemos aprovechar todas las oportunidades posibles para trabajar con ellos las emociones. “La Educación emocional debe de estar presente en tutoría, pero también de forma transversal en todas las áreas académicas; incluso en el patio, los pasillos, el comedor, la biblioteca, la calle, la familia y en todo momento” (Bisquerra, 2019, p. 35). Esto quiere decir que no debemos reducir la educación emocional a ciertas horas a las semanas sino más bien, debe ser un trabajo interdisciplinar donde participen todas las asignaturas y colectivos del centro educativo, ya que las emociones forman parte del día a día del ser humano. De este modo conseguiremos que nuestros alumnos las interioricen más, siendo así más significativas y efectivas.

Dentro de un aula de educación infantil son muchas las posibilidades que se brindan para trabajar la educación emocional; como, por ejemplo, la asamblea, donde se favorecen el intercambio de experiencias expresando emociones y estados de ánimo; la hora del cuento, donde los alumnos descubren las emociones de los personajes y



cómo estos actúan para resolver los conflictos; y finalmente, la expresión corporal y la dramatización, con estas actividades los alumnos descubren sus propias reacciones ante situaciones determinadas. El objetivo principal es “potenciar la adquisición de competencias emocionales mediante estrategias emocionales y vivencias como cuentos, títeres y algunas dramatizaciones, así como la utilización de recursos de la vida cotidiana” (Lopez, 2005, p. 163).

En el blog que hemos elaborado como parte práctica para este trabajo, se pondrán en relación estas tres situaciones, con la finalidad de presentar una educación emocional que se adapte a las circunstancias y al grupo en cuestión, no olvidando que la educación emocional no deben ser actividades puntuales, sino más bien un proceso continuo a lo largo de todo el proceso educativo.

Otro aspecto que debemos tener en cuenta es el hecho de exponer todas las emociones en el momento que ocurren, por ejemplo: ¡Estoy muy contenta con Diego porque ha hecho todos los deberes! ¡Qué triste estoy con vosotros, no paráis de gritar! Carlota está enfadada porque Juan no quiere compartir el juguete... De este modo los niños poco a poco irán aprendiendo a verbalizar sus emociones.

Por todo lo mencionado anteriormente, llegamos a la conclusión de que es posible analizar contenidos relacionados con las emociones en todas las materias, solo se precisa de un auténtico trabajo en equipo por parte del profesorado, comprometiéndose a fomentar una escucha activa y empática, promoviendo así en los alumnos esas competencias emocionales.

5.11.1 LA HORA DEL CUENTO.

Desde ya hace mucho tiempo, los cuentos se han convertido en un gran recurso para entretener a los más pequeños, así como también para explicar ciertos fenómenos que por condiciones externas son más difíciles de comprender.

Al hablar de cuentos aludimos a todo tipo de historias como pueden ser cuentos de hadas, fábulas, leyendas..., historias que nos permiten observar la vida de los



personajes y así poder reflexionar sobre las nuestras propias. Por ello, consideramos que se deberían englobar a todos los tipos de cuentos y no solo a la paraliteratura (libros diseñados con un fin específico).

Cualquier historia que narre un suceso determinado relacionado indirectamente con las vivencias de los alumnos creará un gran impacto en sus vidas y les ayudará a resolver sus problemas, superando esa dificultad. Tal y como afirma Susan Perrow, maestra y escritora australiana, en su libro *Cuentos sanadores*, los cuentos tienen la capacidad o “poder” de tocar el alma, son capaces de tocar nuestro corazón. Se comunican con nosotros, nos ayudan a sanar muchas de las heridas que nos surgen en muchos niveles... son como una medicina (Perrow, 2016).

Muchas veces, el uso de un cuento y su función holística permiten que el niño realice un viaje imaginativo y obtenga un mensaje subyacente que provoque un cambio significativo en su manera de pensar y reaccionar ante situaciones determinadas. Las buenas historias permiten a los oyentes detenerse, reflexionar y analizar, es decir, tienen la capacidad de impactar tanto en el lector como en el oyente, ya que generan gran cantidad de preguntas que buscan respuestas adecuadas. Pero no debemos olvidar ciertas premisas importantes que Aguamarina (2018) nos recuerda acerca de los cuentos como, por ejemplo:

- Su función principal es lúdica, es decir, el placer de leer por leer y de entretener.
- Cualquier narración tiene una función educativa, es decir, pretende enseñar tanto a lector como oyente.
- Los cuentos deben poseer historias que emocionen, pero también con un trasfondo donde el lector u oyente pueda sentirse identificado.
- Ofrecen un entrenamiento emocional, pero desde la distancia, es más fácil hablar de lo que está sucediendo a través de un cuento que hacerlo sin ayuda de este recurso.

Por estas premisas y por muchas otras se recomienda huir de los “emocionarios”, ya que no es lo mismo un cuento que emociona que un cuento de emociones; y hacer



uso de historias infantiles que a través de las hazañas de los personajes presentan unas emociones y su regulación adquiriendo tanto una autonomía como habilidades emocionales.

“Un buen cuento es aquel que nos emociona, nos toca por algún motivo u otro y nos acompaña en nuestro crecimiento personal y colectivo. Inevitablemente, un buen cuento siempre nos ayuda a progresar emocionalmente y a elevar nuestra inteligencia emocional” (Franch-Alaudell, 2017, 11 de enero)

5.11.2 OTRAS SITUACIONES.

Tal y como hemos comentado anteriormente, además de la hora del cuento, existen otras situaciones en las que podemos fomentar y trabajar el tema de las emociones con nuestros alumnos en el aula o bien desde casa con nuestros hijos, sobrinos o conocidos.

Einstein ya afirmó que “la única fuente de conocimiento es la experiencia” y nosotros “somos arquitectos de nuestro propio destino”. Él, desde su propia experiencia, ya nos acercaba a la importancia de tener en cuenta nuestra realidad a fin de aprender de ella y también de las emociones y sentimientos que nos afloran en relación con nuestra realidad.

La asamblea en el aula constituye un momento idóneo donde poder expresar tus propias emociones y sentirte acogido por los demás, “la asamblea, se constituye como un momento en el que todos y todas, nos mostramos tal y como somos, con nuestras dudas, miedos, euforias, debilidades, posibilidades, momentos..., intentando verbalizarlos” (Romera, 2018, p. 10); porque tal y como comenta Daniel Goleman (1996): no disponer de palabras para describir nuestros sentimientos, significa que no vamos a poder apropiarnos de ellos. Por lo tanto, las asambleas se convierten en periodos de tiempo donde, desde la cercanía, los alumnos se sienten con completa libertad de comentar aquello que bien les tormenta o les suscita en su interior. Estas deben estar promovidas en ambiente de cercanía, confianza y comprensión que facilita



que tanto ellos como el adulto, puedan intervenir, hablando desde su experiencia personal, sabiendo que pueden contar con los demás.

Son muchas las actividades que, desde esta situación, se pueden llevar a cabo con el objetivo de facilitar la expresión de sentimientos y emociones. Algunos ejemplos básicos son: “La Mascota Viajera” que, facilita la expresión de rutinas y emociones personales desde el ambiente más cercano al alumno, y el “Diario del Mundo”, cuyo objetivo es que los niños aprendan a mirar más allá de su propio yo, es decir, dejar atrás el egocentrismo, aprendiendo a ser más empáticos con los demás.

Además de la asamblea, también se ha investigado acerca de la importancia de la dramatización y de las actividades de expresión corporal. En ambas, el elemento principal es la expresión del cuerpo, es decir, el comportamiento externo de forma intencional que se encarga de traducir nuestras propias emociones y sentimientos. Tal y como afirma Montesinos (2004), la expresión corporal es “el conjunto de técnicas corporales, espaciales y temporales que me permiten de forma artística expresar al otro los contenidos de mi mundo interior” (p. 15).

“La expresión corporal, así como la danza, la música y las otras artes, es una manera de exteriorizar estados anímicos (...); libera energías, orientándolas hacia la expresión del ser a través de la unión orgánica del movimiento, del uso de la voz y de sonidos percusivos” (Stokoe, 1967, en Motos Teruel, 2001, p. 8).

De estas afirmaciones se deduce la necesidad de promover en el aula actividades que fomenten tanto la dramatización como la expresión corporal, con la única finalidad de que nuestros alumnos expresen libremente sus emociones y sentimientos así como también que aprendan a identificar y conocer las emociones de los demás.



5.12 RECAPITULACIÓN DE LOS CONTENIDOS.

Antes de finalizar con el marco teórico del trabajo, hemos considerado oportuno hacer una recapitulación de los contenidos más importantes mencionados a lo largo de todo este.

Al inicio, se ha explicado la cuna de las primeras ideas sobre la importancia de la educación emocional. En esta etapa destaca especialmente Gardner y su teoría de las Inteligencias Múltiples, que fue elaborada siguiendo los pasos de Piaget. En esta teoría se empezó a hablar de la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal.

Poco tiempo después apareció Daniel Goleman que acuñó estas inteligencias como Inteligencia Emocional y siguiendo los pasos de Salovey y Mayer, inició un movimiento educativo en el cual daba importancia a la educación emocional. Estableciendo como contenidos principales de esta la importancia de conocer y reconocer nuestras propias emociones y las de los demás, adquirir un vocabulario emocional que nos permita expresarnos adecuadamente, trabajar la motivación tanto intrínseca como extrínseca y establecer relaciones sólidas y duraderas basadas en la sinceridad, la aceptación y la empatía.

Después, se ha procedido a analizar la repercusión que este tipo de educación tiene en el cerebro, descubriendo cuáles son las zonas que intervienen en la identificación de las emociones y así como la importancia de aprender a conocer e identificar las emociones evitando así que la amígdala se apodere de todo nuestro cerebro en situaciones de riesgo o miedo. En esta fase del trabajo se le ha dado mucha importancia al hecho de la educación emocional, especialmente en la etapa de educación infantil, periodo evolutivo donde la amígdala está completamente desarrollada, pero, en cambio, el córtex prefrontal se encuentra todavía muy inmaduro.

También nos hemos encargado de diferenciar entre aquellas emociones que son consideradas como principales y las emociones secundarias. Entre las principales diferenciamos el miedo, la rabia, la angustia, la sorpresa, la alegría y la tristeza; las cuales



combinadas y acentuadas dan lugar una gran cantidad de emociones conocidas como emociones secundarias.

Para finalizar con el marco teórico, hemos realizado una investigación sobre la aplicación de este tipo de educación en las realidades de los centros educativos proporcionando tanto los recursos que podemos utilizar para llevarla a cabo, así como también las mejores situaciones para implantarla.

El estudio llevado a cabo en este marco teórico se verá reflejado en la parte práctica del mismo mediante una propuesta de recursos de recursos para la educación emocional en la etapa de infantil.



6 DESARROLLO DEL TRABAJO Y RESULTADOS.

En los siguientes apartados procedemos a explicar la parte práctica de este trabajo, que ha sido elaborada con la finalidad de poner en uso todos aquellos aspectos investigados y comentados en el marco teórico, así como también las metodologías y objetivos que hemos utilizado para llevarla a cabo.

Para la elaboración de este banco de recursos, nos hemos centrado en nuestra propia experiencia y en todo lo investigado en el marco teórico, así como también en los objetivos y contenidos que se recogen en el currículo de Educación Infantil. Con la finalidad de elaborar un recurso útil y creativo que permitiera ponerlo en práctica tanto en las aulas como también en las familias. Buscando siempre unas líneas de futuro que nos permitieran continuar trabajando con él y que no fuera olvidado una vez finalizado el trabajo, es decir, que se pudiera trabajar con él a largo plazo, adaptándolo a las necesidades del momento.

Primeramente, nos adentraremos en la parte estética de esta propuesta práctica, explicando tanto las herramientas empleadas como el método de organización de los contenidos para elaborar el blog titulado *Cocoliseros Felices*. Seguidamente estudiaremos el uso que tanto familias como escuela pueden darle en la actualidad a este recurso en su día a día. A continuación, y con objetivo de ver que utilidad tendría este en la realidad de los centros educativos y familias, procedemos a analizar el cuestionario que se ha elaborado, orientado tanto a profesores como a padres y madres de familia. En él se recogen algunos de los aspectos más importantes de este recurso y se obtiene una perspectiva de si realmente este va a tener uso diario entre los usuarios. Finalmente, expondremos algunas líneas de futuro que pueden surgir tanto de este trabajo escrito como del recurso planteado para la puesta en práctica. El enlace directo al blog elaborado, *Cocoliseros Felices*, se encuentra en el Anexo 1.

Aunque son muchas las entradas distintas que podemos encontrar en este blog, si nos dirigimos al Anexo 3 podremos observar algunos ejemplos diversos de los posts publicados periódicamente.



6.1 RELACIÓN CON EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN INFANTIL.

Tanto el recurso como todo lo investigado en el marco teórico se ha elaborado con la finalidad de cumplir una serie de necesidades que se recogen en el Real Decreto 38/2008, es decir, el currículo de Educación Infantil. En este, los objetivos de etapa que aparecen recogidos se clasifican en tres grandes bloques: el conocimiento de sí mismo y la autonomía personal, el medio físico, natural social y cultural, y los lenguajes: comunicación y representación.

En todos estos bloques podemos encontrar objetivos orientados a inculcar en nuestros alumnos una educación emocional que les permita tanto conocerse a sí mismos como vivir en sociedad, empleando un lenguaje adecuado que permita una comunicación fructífera entre los distintos miembros de esa sociedad. A continuación, podemos encontrar algunos ejemplos extraídos del currículo de Educación Infantil para la comunidad Valenciana:

EL CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y LA AUTONOMÍA PERSONAL.

- Conocer, manifestar y explicitar los propios sentimientos, emociones y necesidades, y respetar las de los demás.

EL MIEDO FÍSICO, NATURAL, SOCIAL Y CULTURAL.

- Actuar de forma cada vez más autónoma en sus actividades más habituales, con el fin de adquirir progresivamente seguridad afectiva y emocional para desarrollar sus capacidades de iniciativa y autoconfianza.
- Establecer relaciones con los adultos y con sus iguales, que respondan a los sentimientos de afecto que le expresan y ser capaces de respetar la diversidad y desarrollar actitudes de ayuda y colaboración.

LOS LENGUAJES: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN.

- Expresar sentimientos, deseos e ideas mediante la expresión artística a través de los distintos lenguajes.



Este hecho nos remite a un aspecto muy importante ya mencionado, la interdisciplinariedad de este tipo de formación. Es decir, que esta educación emocional se de en todos los ámbitos educativos, consiguiendo de este modo ofrecer a nuestros hijos y alumnos una educación integral que les permita desarrollarse y dar fruto a lo largo de su vida.

6.2 INTRODUCCIÓN A LA HERRAMIENTA.

El blog que se ha elaborado como la puesta en práctica de los conceptos trabajados en la parte teórica de este trabajo. En él se proporcionan un elenco de recursos necesarios para trabajar la educación emocional con los niños de Educación Infantil. Se basa principalmente en el uso de los cuentos infantiles, así como también, otras actividades que fomentan tanto la expresión corporal como la expresión verbal de los sentimientos y emociones de los más pequeños.

Para la elaboración de este blog, hemos recurrido a la web Blogger, un servicio gratuito que desde 2003 pertenece a Google y que te permite crear de forma fácil y gratuita un blog, al cual todo el mundo tiene acceso directo. Esta herramienta permite crear blogs desde el inicio dándole el formato y aspecto que mejor se adapte a las necesidades personales. Con esta herramienta se puede dar formato tanto al aspecto físico del blog como también a los contenidos que periódicamente se pueden ir publicando tanto en entradas como en las diferentes páginas de contenidos del blog. Para ello, el creador y editor del blog dispone de una página personal donde puede encontrar todos los aspectos que pueden ser modificados del blog, dándoles el formato y organización que más se ajuste a sus condiciones y situación personal.

A continuación, en la siguiente ilustración (3) podemos observar a la derecha las distintas entradas publicadas, organizadas de la más reciente a la más antigua. En la zona de la izquierda aparece el menú de edición del blog; desde allí se nos permite acceder a los distintos apartados que forman parte de este blog como son, el tema, el diseño, las entradas, las páginas, la configuración...; así como también, el acceso directo al Blog real que está al alcance de cualquiera que quiera visitarlo.

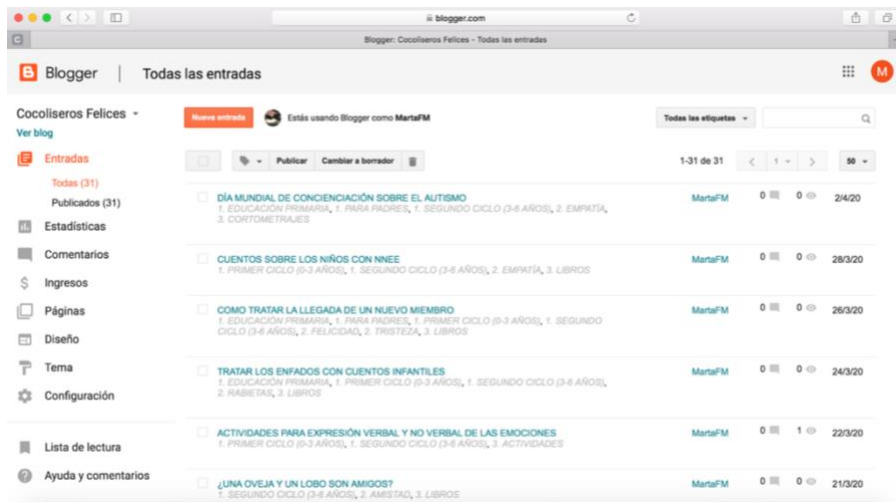


Ilustración 3. Página de edición de Blogger

Fuente: elaboración propia, blog Cocoliseros Felices.

En la ilustración 4 se observa el aspecto del blog creado. En la parte superior encontramos el encabezado del blog con toda la información relevante de este, como es el título y la descripción, el menú principal y las opciones de suscribirse al blog o de realizar una búsqueda específica dentro de este. En la parte inferior, encontramos la imagen que forma parte de la portada de nuestro blog.



Ilustración 4. Página principal del Blog Cocoliseros Felices.

Fuente: elaboración propia, blog Cocoliseros Felices.



6.3 OBJETIVOS PRINCIPALES.

Al inicio de este trabajo, encontramos los objetivos sobre los cuales íbamos a basar toda la investigación y elaboración de dicho trabajo. El objetivo general que allí se describe aparece dividido en cuatro objetivos específicos distintos que explican de forma más detallada aquello que se pretende conseguir. Para esta parte del trabajo en concreto, nos interesan los dos últimos objetivos específicos, que a continuación os recordamos:

O.E.3. Presentar un catálogo de actividades y tareas con la finalidad de trabajar las emociones y sentimientos en el aula basándonos en los cuentos narrativos infantiles.

O.E.4. Difundir entre las familias la importancia de una educación emocional también desde casa a través de un banco de recursos y actividades.

Estos son los dos objetivos principales sobre los que ha basado la elaboración de este blog: ofrecer recursos tanto a familias como a profesores para que puedan trabajar con los niños de Educación Infantil la educación de las emociones. Esto se llevará a cabo mediante la identificación y reconocimiento de los propios sentimientos y emociones, así como también trabajando las emociones de los niños e incidiendo en la expresión de estas con el objetivo de que poco a poco vayan adquiriendo un vocabulario emocional que les permita expresarse de una forma correcta y adecuada.

El blog se ha planteado con la finalidad principal de servir como recurso útil y fácil de acceder en todo momento, para que padres o docentes puedan escoger en cualquier ocasión, los recursos que mejor se adapten a la situación y los sentimientos que están viviendo. Para ello, se clasifican del modo que se explica en el siguiente apartado.

6.4 ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.

Tanto los contenidos como las entradas que aparecen en el blog están relacionados con una serie de etiquetas que nos permiten clasificarlos de forma



ordenada facilitando en todo momento la búsqueda y el encuentro de aquello que necesitamos en ese momento. Para ello se ha empleado una clasificación numerada y dividida en tres grandes grupos:

1. Colectivo al cual van dirigidos los contenidos. Se establecen varios subgrupos:
 - Para padres.
 - Primer ciclo de educación infantil (0-3 años).
 - Segundo ciclo de educación Infantil (3-6 años).
 - Educación Primaria.

2. Los sentimientos que se trabajan son los siguientes:
 - Amistad.
 - Empatía.
 - Felicidad.
 - Muerte.
 - Rabietas.
 - Admiración.
 - Autoconfianza.
 - Y muchos más.

3. Los recursos que se ofrecen. Dentro de este encontramos varios subgrupos diferentes:
 - Actividades.
 - Cortometrajes.
 - Libros.
 - Películas.
 - Recursos.
 - Valenciano.

Cada una de las entradas que a lo largo de este blog se presentan, están clasificadas según estas tres características principales, aunque algunas de ellas pueden pertenecer a más de un subgrupo dentro del mismo grupo, ya que es muy difícil que con un recurso solo se trabaje una emoción o solo pueda ser utilizada por un periodo de edad. Cabe ser prácticos y aprender a optimizar esos recursos de modo que nos puedan servir para cuantas más ocasiones mejor. En la ilustración 5 podemos observar cómo en el menú desplegable de la izquierda aparecen todas las etiquetas que agrupan las distintas entradas del blog. Estas están clasificadas utilizando los criterios anteriormente mencionados.



Ilustración 5. Página de etiquetas del blog

Fuente: elaboración propia, blog Cocoliseros Felices.

Es importante señalar que, aunque el trabajo esté orientado a los alumnos de Educación Infantil, también podemos encontrar algunos recursos orientados a alumnos de Educación Primaria. Esto se debe a que, en la fase de investigación, se han encontrado materiales y recursos educativos para trabajar la educación emocional que me servían tanto para un periodo educativo como para el otro; así como también, algunos muy buenos pero orientados para la Educación Primaria, debido al contenido cognitivo que de estos emanaban. Dado que se pretende la proyección de futuro de esta propuesta, se decidió aprovechar la oportunidad de ampliar los límites del blog para poder incluir otros recursos que, aunque no pertenecían al periodo educativo trabajado, podrían ser muy aprovechables para alumnos de mayor edad.



6.5 METODOLOGÍA.

El blog pretende servir para trabajar la educación emocional tanto en el ámbito escolar como en el familiar. Sin embargo, la metodología será diversa dependiendo de dónde se realice. Por ello, a continuación, vamos a exponer detalladamente algunas ideas de metodología recomendada para el aula y para casa.

Independientemente del contexto en el que nos encontremos, es importante, que nunca se deje pasar una oportunidad para trabajar con los niños, y con aquellos que ya no son tan niños, algo tan importante como son las emociones y sentimientos. Aunque en todos los casos un recurso nos sirve de ayuda como base para llevar a cabo ese aprendizaje; debemos saber que, si nos encontramos en situaciones donde, por causas externas, no podemos acceder a ninguno de los recursos presentados, una conversación podría ser suficiente. Aunque es recomendable que esa conversación, sobre todo si es con niños, se retome posteriormente con algún recurso que lo refuerce.

6.5.1 METODOLOGÍA EN EL AULA.

Todos los recursos presentados a lo largo del blog se pueden llevar a cabo en las aulas, adaptándolos a las necesidades y las situaciones en las que nos encontremos.

Es importante que además de trabajar las emociones cuando surgen en situaciones determinadas, periódicamente trabajemos con los niños en gran grupo determinados sentimientos y emociones dándoles en todo momento la oportunidad de intervenir y de proporcionar su propio punto de vista sobre el tema que se está tratando.

Es recomendable que las emociones las trabajamos en un ambiente distinto al habitual, es decir, en asamblea en el suelo o en el rincón de las emociones. De modo que los alumnos comprendan que estas también deben tener un lugar en nuestra formación ya que forman parte de nuestros día a día y de nuestro qué hacer diario.

Cuando se lleve a cabo una actividad sobre emociones es muy importante que esta tenga tres apartados o fases. Una fase previa, donde el maestro junto con los alumnos entabla una conversación, casi siempre iniciada y controlada por el maestro,

aspecto que favorece el control de esta hacia aquel sentimiento o emoción que se quiere trabajar. En esta fase, los alumnos están abiertos a contar sus propias experiencias y a dar su opinión, siempre controlando los turnos de palabras y el respeto hacia las opiniones de los demás. Una segunda fase donde se hace uso del recurso bien sea un juego, un cuento o cualquier otra herramienta. A lo largo de esta los alumnos pueden preguntar cualquier duda que les surja. Y una fase final, donde se exponga aquello trabajado con el recurso. El objetivo principal es afianzar los conocimientos trabajados y que los alumnos aporten su perspectiva sobre lo comentado y trabajado.

Todo lo mencionado debe de estar orientado y controlado por el maestro, el cual se debe mostrar en todo momento cercano a los alumnos ofreciéndoles su confianza y respeto absoluto, motivándoles en todo momento a expresarse y aprender todo cuanto puedan.

En relación con las actividades plásticas propuestas a lo largo del blog, se recomienda llevarlas a cabo después de la hora del patio o en el horario de tardes, ya que se requiere más tiempo para desarrollarlas y unos niveles más bajos de atención. En este tipo de actividades es muy importante que se les deje completa libertad a los niños para que se expresan libremente sin que se les motive ni se les anime a dibujar, sino más bien, el alumno tiene la completa libertad de escoger aquello que quiere realizar, así como los colores o utensilios que quiere utilizar.

En la ilustración 6, se presenta un ejemplo de entrada del blog sobre este tipo de actividades.



Ilustración 6. Actividad: Expreso mis emociones

Fuente: elaboración propia, blog Cocoliseros Felices.



6.5.2 METODOLOGÍA EN CASA.

Tal y como pasa en la escuela, los recursos que se exponen a lo largo del blog también pueden ser usados en casa, bien cuando surgen situaciones determinadas o bien para fomentar o reforzar alguna emoción.

Como ya se ha mencionado en la metodología del aula, en casa también se recomienda realizar las tres fases, es decir, antes, durante y después del recurso. Pero en estos casos entablado la conversación entre los niños y los adultos, que se tienen que mostrar cercanos e interesados por aquello que el niño nos cuenta. Es importante que nuestros hijos nos vean como alguien que se preocupa por ellos y con el cual pueden confiar sus preocupaciones y emociones.

Pero, en cambio, en el blog podemos encontrar algunas entradas orientadas más para los padres, en la etiqueta “parar padres”. En estas se presentan ciertos contenidos explicados de forma más teórica, todos ellos basados en artículos y documentos científicos, el objetivo principal es acercar a las familias a la realidad de estas emociones y sentimientos de modo que puedan dar lo mejor de ellos a la hora de implantar los contenidos y recursos en casa.

Estas entradas están más orientadas para padres ya que en ellas se recogen de forma breve y sencilla consejos y contenidos que cabe tener en cuenta a fin de ofrecer la mejor educación emocional a sus hijos. Aunque estas se encuentren bajo la etiqueta “para padres” los profesores también pueden acceder a ellas en caso de que tuvieran alguna duda o quisieran información más detallada sobre determinados conceptos, ya que son de libre acceso. A continuación, podemos encontrar un ejemplo sobre una entrada orientada a padres. En este caso se trata de una entrada mixta, ya que en ella se recoge información teórica sobre el cáncer y cómo los niños reaccionan ante esta enfermedad; así como también, recursos muy útiles que se pueden llevar a la práctica en casa a fin de explicarles a los niños dicha enfermedad.



Ilustración 7. Entrada orientada a padres.

Fuente: elaboración propia, blog Cocoliseros Felices.

6.6 MUESTRA DE ANÁLISIS.

Con el objetivo de analizar la utilidad que el recurso elaborado podría tener en las situaciones reales, así como también promocionarlo entre los posibles usuarios, se ha llevado a cabo un cuestionario elaborado con la plataforma de Google Forms.

Este consta de 16 preguntas que se refieren a tres aspectos importantes sobre la materia. En primer lugar, la importancia que le dan a la educación emocional en el niño en su día a día. En segundo lugar, la concepción que tienen sobre esta materia dentro de los centros educativos. Y finalmente, la utilidad que tendría un banco de recursos para su quehacer diario tanto dentro de los colegios como en las familias. En el Anexo 2 de este documento se encuentra el cuestionario que se ha elaborado.

En los siguientes apartados, procedemos a comentar con más detalles aquellos elementos más relevantes del cuestionario. Es importante señalar, que en ningún momento se trata de una investigación científica, ni se pretende hacer un análisis exhaustivo de los resultados; sino más bien se trata de un sondeo que nos permite recabar información preliminar para comprobar si la herramienta elaborada podría tener uso entre la sociedad actual.

6.6.1 DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA.

El cuestionario ha sido respondido por 474 personas, número que nos parece interesante destacar. Han participado madres y padres, así como maestros de Educación Infantil y algunos de Educación Primaria pero que, a lo largo de su trayectoria, han trabajado en dicha etapa educativa.

Del total de los cuestionarios respondidos, el 75,1% corresponden a padres o madres de niños con edades próximas a la etapa de Educación Infantil (gráfico 2). No nos hemos centrado solo con el grupo de entre (0-6 años), ya que consideramos que la educación de las emociones debe interesar a todos los progenitores, independientemente de la etapa evolutiva de sus hijos, pues se debe extender a lo largo de toda la vida del ser humano.

¿Eres padre o madre?
474 respuestas

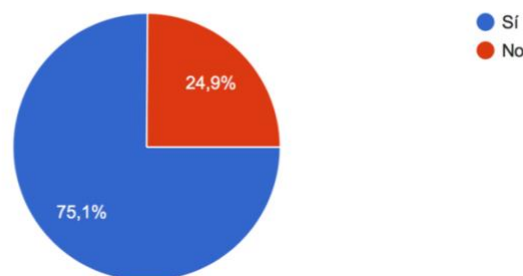


Gráfico 2. Padre/madre

Fuente: elaboración propia.

Del total de la muestra analizada, un 41,1% son maestros/as (gráfico 3). Al contrario que con los progenitores, en esta ocasión sí que nos hemos centrado en profesores de Educación Infantil ya que son ellos, los que mayoritariamente harán uso de estos recursos. Aunque entre los encuestados también se encuentran algunos maestros que, aunque ejercen su tarea en la etapa de Educación Primaria, bien han trabajado en la etapa investigada o poseen una doble titulación, así como estudiantes de Magisterio a punto de salir al mercado laboral.

¿Eres maestro/a?
474 respuestas

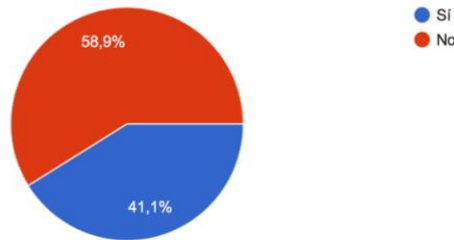


Gráfico 3. Maestro/a.

Fuente: elaboración propia.

6.6.2 IMPORTANCIA QUE SE LE DA A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL DE LOS NIÑOS.

En este apartado nos dedicamos a detectar la experiencia e importancia que los encuestados otorgan a la educación emocional de los más pequeños en su día a día, centrándonos en aspectos más generales sin adentrarnos en la realidad de los colegios. Por una parte, hemos analizado el interés por las emociones de sus hijos o alumnos y, por otra parte, si consideran necesaria una educación emocional en los más pequeños y a lo largo de su proceso de desarrollo. Así, del total de la muestra analizada, un 98,3% afirma que le preocupan de las emociones de sus hijos o alumnos, frente a un 1,7% que lo niega (gráfico 4). Esto confirma una de las principales premisas de este trabajo, la importancia de las emociones, pues este trabajo no tendría sentido si la sociedad no le otorgara la importancia que se merecen a las emociones y sentimientos.

¿Te preocupan las emociones de tus hijos/alumnos?
474 respuestas

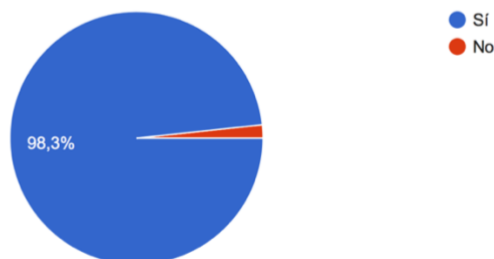


Gráfico 4. Preocupación sobre las emociones.

Fuente: elaboración propia.

Sin embargo, los resultados son diversos al preguntar si consideran necesaria una educación emocional que les ayuda a conocer y reconocer tanto las emociones propias, así como las demás, adquiriendo vocabulario y afianzando relaciones más sólidas. Por una parte, un 93,5% la consideran necesaria e imprescindible, y un 5,7% afirma que “tal vez” sería necesario. Por otra parte, solo un 0,8% no lo considera necesario (gráfico 5).

¿Consideras necesaria la educación emocional de los más pequeños?
474 respuestas

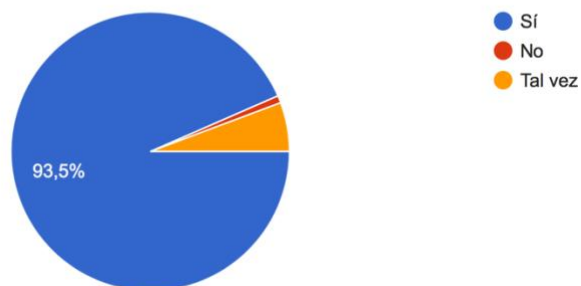


Gráfico 5. Necesidad de la educación emocional.

Fuente: elaboración propia.

Uniando estos dos resultados, se puede observar que la población que ha participado como muestra se preocupa por las emociones de sus hijos y alumnos y además consideran necesaria una educación emocional que les ayude a conocerlas y sobrellevarlas. Remitiéndonos una vez más a la necesidad de implantar una buena educación emocional tanto en los centros educativos como en las familias.

6.6.3 CONCEPCIÓN DE LA MUESTRA SOBRE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.

Por lo que respecta a este apartado del cuestionario, son varias las preguntas realizadas y que se consideran importantes a fin de descubrir la concepción que se tiene sobre la educación emocional en las aulas a diario. Una de las primeras premisas importantes de analizar, es la consideración que se le debe dar a la educación emocional dentro del horario escolar. En el gráfico 6 se puede observar como un 83,5% la ha

considerado como una asignatura interdisciplinar; pero, en cambio, un 16,5% continúa considerándola como una asignatura en particular e independiente del resto.

¿Cómo considerarías la educación emocional dentro del calendario escolar?
474 respuestas



Gráfico 6. La educación emocional dentro del horario escolar.

Fuente: elaboración propia.

Aunque la gran mayoría están en lo cierto, aun se puede observar un elevado número de personas que continúa considerándola como una asignatura independiente del resto. Pero, en cambio, al preguntarles por las situaciones apropiadas, tal y como se puede observar en el siguiente gráfico (7), hay una prevalencia importante a tratarlas en cualquier situación en que sea necesario. Y afortunadamente, el tanto por ciento que considera tratarlas solo en la asignatura de Educación Emocional es el más reducido y solo con un 6,5% de la puntuación total.

En el aula, ¿qué situaciones consideras interesantes para trabajar la educación emocional?
(Selecciona las que consideres oportunas)

474 respuestas

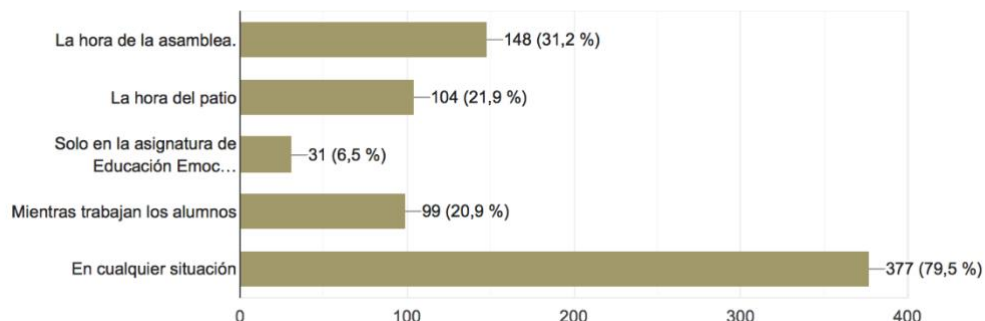


Gráfico 7. Situaciones para trabajar la educación emocional.

Fuente: elaboración propia.

Los contenidos presentados en las preguntas del cuestionario se corresponden con los contenidos que el mismo Goleman presentaba en su libro Inteligencia Emocional. Aunque todos ellos reciben gran cantidad de votación, es interesante comprobar que tanto el conocimiento y reconocimiento de las propias emociones, como la empatía, es decir, el conocimiento y reconocimiento e las emociones de los demás, reciben las mismas puntuaciones, siendo las más elevadas.

De los siguientes contenidos, ¿cuáles consideras imprescindibles en la educación emocional?

474 respuestas

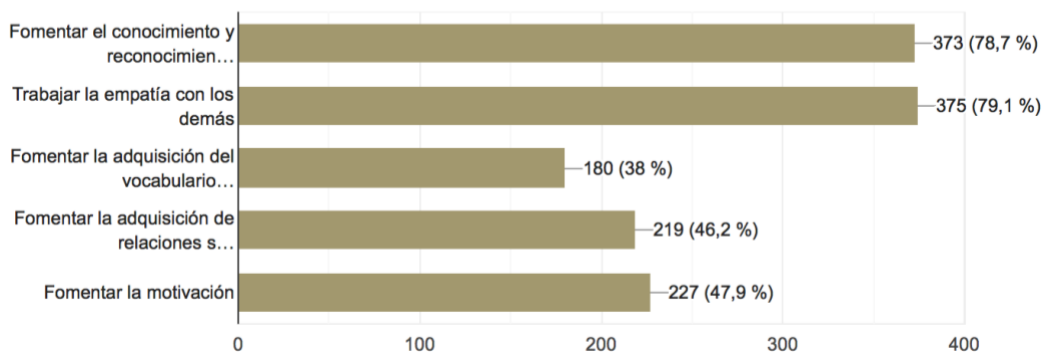


Gráfico 8. *Contenidos de la educación emocional.*

Fuente: elaboración propia.

Tal y como podemos observar en el gráfico anterior (8) todos los componentes de la educación emocional adquieren puntuaciones bastante elevadas y significativas, aspecto que nos remite a comprender que gran mayoría de la muestra encuestada los considera a todos como parte de esta educación.

Otro aspecto que cabe mencionar es la respuesta que se daría ante situaciones inesperadas que precisan de una sesión orientada a la educación emociones. Por lo que se puede observar en el siguiente gráfico (9), un 82,1% del total está a favor de parar la sesión y tratar el tema y el 15% considera oportuno continuar con la sesión y retomar esa situación una vez finalizada. Por otra parte, solo el 2,9% considera que se debería pasar por alto la situación y continuar con la situación. Cabe mencionar que, aunque hay

un tanto por ciento que son profesores, también hay quien no; pero, aun así, se encuentra en lo cierto, ya que no se debe dejar pasar la oportunidad de trabajar los sentimientos y las emociones que surgen a diario en las aulas. Todo lo mencionado podemos observarlo en el siguiente gráfico.

En un aula, ante una situación determinada (una pelea, un niño llorando, un niño triste...) ¿Qué consideras más oportuno?
474 respuestas

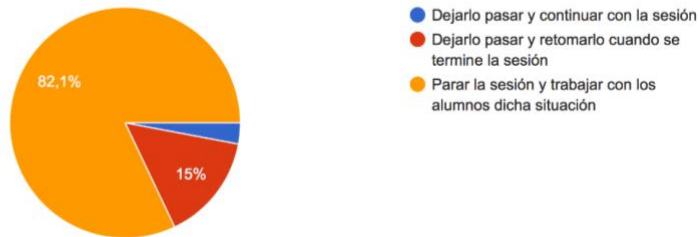


Gráfico 9. *Cómo reaccionar ante situaciones emocionales.*

Fuente: elaboración propia.

Para finalizar con este apartado sobre la concepción que se tiene de la educación emocional, nos falta comentar la necesidad de la formación previa del profesorado. Aunque la gran mayoría (86,3%) lo considera como necesario, hay un tanto por ciento elevado que no está completamente seguro, y un grupo muy reducido (3%) que no lo considera necesario (gráfico 10). Tal y como hemos mencionado a lo largo del trabajo, es necesario que el maestro se forme, a fin de que presente un buen control emocional que le permite encontrarse en plenas capacidades como para educar emocionalmente a los niños que se encuentran bajo su tutela.

¿Consideras necesaria una formación previa del profesorado para trabajar la educación emocional con los alumnos?
474 respuestas

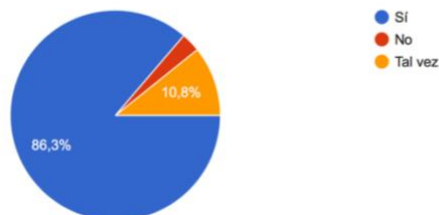


Gráfico 10. *Formación previa del profesorado.*

Fuente: elaboración propia.

6.6.4 UTILIDAD DEL RECURSO ELABORADO.

Nos adentramos en la última parte de este análisis del cuestionario, y en ella, vamos a analizar la utilidad que la muestra cuestionada posiblemente sacaría del blog que se ha elaborado para este Trabajo de Final de Grado. Para ello, se ha investigado sobre tres aspectos importantes a los que la muestra debía dar respuesta. Primero nos hemos interesado por el hecho de si en casa hablan de las emociones con su familia, es decir, que si es habitual en su día a día tener conversaciones sobre las emociones que han sentido en determinadas situaciones. Después, nos hemos interesado por saber si en ocasiones se han encontrados en situaciones donde una ayuda para tratar las emociones les habría venido bien. Y ya, finalmente, les hemos cuestionado por el hecho de si utilizarían un recurso elaborado con ese fin y les hemos acercado a nuestro propio recurso, ofreciéndoles el enlace para que pudieran utilizarlo siempre que lo necesitaran. En los siguientes gráficos circulares podemos encontrar sus respuestas.

En relación con la pregunta de hablar de las emociones en casa, los porcentajes positivos se han reducido notablemente, siendo un 69,6% y en cambio tanto los indecisos como los negativos han aumentado, siendo estos 18,8% y 11,6% respectivamente (gráfico 11). Este hecho nos remite a pensar que, aunque la gran mayoría acepta que se deben tratar las emociones, a la hora de la verdad son un gran porcentaje los que prefieren evitarlo o bien no disponen de los recursos que se necesitan para hacerlo.

En casa, ¿sueles hablar de las emociones o sentimientos con tu familia?
474 respuestas

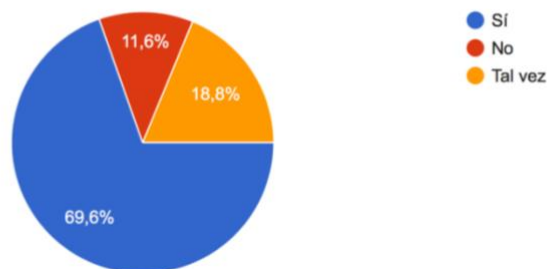


Gráfico 11. Se habla de las emociones en casa.

Fuente: elaboración propia.

Por otra parte, tal y como podemos observar en el gráfico 12, el 74,1% afirman haberse encontrado en situaciones donde una ayuda o recurso le hubiera venido bien para tratar las emociones y los sentimientos de los más pequeños; y un 18,8% no lo desmienten. Estos resultados nos remiten una vez más a la necesidad de poner al alcance de todos ellos una herramienta práctica y útil que les ofrezca recursos diversos y fácilmente desarrollables para que en cualquier situación pueden ponerlo en uso si así lo desean.

¿Te has encontrado en situaciones donde una ayuda te hubiera ido bien para lidiar con las emociones de los más pequeños?
474 respuestas

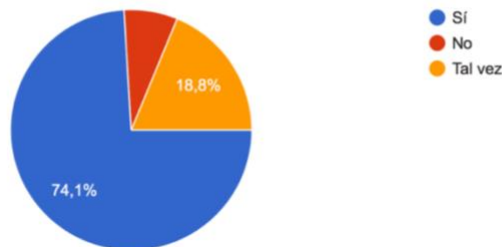


Gráfico 12. El blog como herramienta útil en situaciones emocionales.

Fuente: elaboración propia.

Las dos preguntas finales confirman la utilidad que tendría el recurso elaborado, y está teniendo, entre los encuestados y entre aquellos que, aun no siendo encuestados, lo han descubierto a través de las redes sociales o a través del boca a boca de la gente que lo ha ido comentando. En este sentido deseamos indicar que son muchos los mensajes que se han recibido hasta la fecha felicitando por el trabajo realizado y la utilidad que le van a sacar en su día a día, las visitas que esta recibiendo el blog lo corroboran.

En el siguiente gráfico (13) se puede observar cómo un 82,5% de los cuestionados afirma que encontraría interesante un banco de recursos y un 15% no lo desmienten, dejando un porcentaje casi inexistente de gente que no lo considera interesante o útil para su día a día.

¿Encontrarías interesante un banco de recursos que te ayudara a trabajar esa educación emocional con tus hijos/alumnos?

474 respuestas

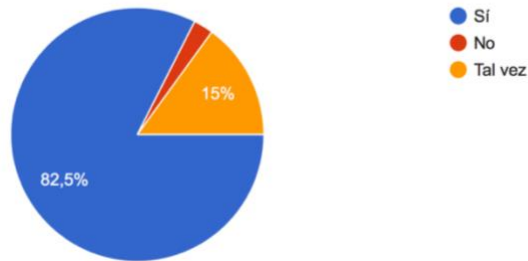


Gráfico 13. Un banco de recursos es una herramienta interesante.

Fuente: elaboración propia.

En el último gráfico que se presenta, al preguntarles por si utilizarían el recurso habitualmente se puede observar que, aunque el porcentaje de respuestas positivas a descendido un poco (66,7%) y las indecisas han aumentado (30,6%), las negativas aun se siguen manteniendo en niveles muy bajos. Aspecto que nos redirige una vez más a pensar que esta herramienta sí que podría tener utilidad en el mercado.

Si dispusieras de un banco de recursos sobre educación emocional, ¿lo utilizarías habitualmente?

474 respuestas

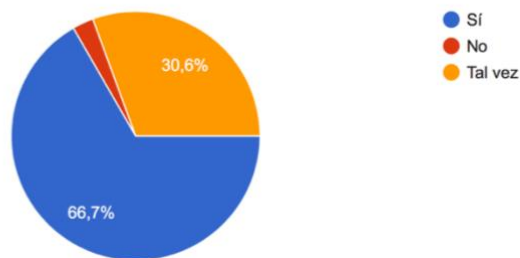


Gráfico 14. Utilizar el blog habitualmente.

Fuente: elaboración propia.



6.7 LÍNEAS DE FUTURO.

El trabajo hasta aquí llevado a cabo permite plantear diversas líneas de seguimiento de la investigación desarrollados en dos aspectos: por un lado, una mayor profundización de los conceptos trabajados en el marco teórico, y por otro, la apertura del blog a recursos orientados a niños de edades superiores a la etapa de infantil.

Como ya hemos indicado, la educación emocional ha sido en cierto modo descuidada en la práctica educativa. Es nuestro deseo que la herramienta que se ha presentado contribuya a generar un cambio en este aspecto, introduciendo este tipo de educación, cada vez más, en la realidad del proceso educativo humano.

Por otra parte, mi interés por esta cuestión me estimula a seguir formándome, teniendo como referencia a algunos investigadores en los que me he basado, tales como Rafael Bisquerra y Mar Romera, dada su notable contribución. Con el objetivo de conseguir una formación continua del tema que me permita aprender y actualizar los conocimientos con el objetivo de ofrecer una educación lo más adecuada posible a mis alumnos. Destaco en este momento las conferencias, como las realizadas durante Semana Santa por el grupo Integratek. Que, desde la situación en la que nos encontrábamos, han permitido de forma altruista ofrecer su conocimiento sobre determinados conceptos a todos aquellos que quisieran asistir a los cursos formativos.

Finalmente, me gustaría tener la oportunidad de implantar todo lo aquí recogido de forma profundizada y a largo plazo en un grupo aula a fin de poder observar de primera mano los cambios que paso a paso se van dando en las reacciones emocionales de los allí presentes.



7 CONCLUSIONES.

Como bien sabemos a lo largo del currículo 38/2008, es decir, el currículo de Educación Infantil son varias las ocasiones en que se menciona o hace referencia a la importancia de la educación de las emociones y sentimientos tanto personales como de los demás. Consiguiéndose así una formación integral de la persona en singular, y de esta, en sintonía con el grupo.

Es por eso, que a lo largo de todo este trabajo nos hemos propuesta hacer una investigación y lectura de numerosas obras de distintos autores que se unen con un objetivo común, afirmar la importancia de la educación emocional en el proceso de desarrollo, estableciendo los parámetros sobre los cuales esta se debe desarrollar. Pero, aun así, dejando cierta libertad para que este tipo de educación sea transmitido y compartido desde la cercanía y realidad de nuestro camino en el día a día que compartimos con todos aquellos que nos rodean.

Con este objetivo, se ha elaborado el Blog titulado Cocoliseros Felices, cuya finalidad principal es facilitar tanto a profesores como a padres y madres las herramientas que se precisen a fin de ofrecer una educación cercana que se adapte a las necesidades del momento, del grupo y del contexto en el que se va a dar. Este pone al alcance de todos, un banco de recursos centrandose en los cuentos literarios ofreciendo así una visión innovadora y educativa de los cuentos más allá de una actividad lúdica y entretenida para los niños.

Ciñiéndonos a los objetivos propuestos al inicio del trabajo, vamos a analizar si hemos cumplido todos los objetivos específicos, descubriendo así si hemos alcanzado el objetivo general y principal. Dentro de los objetivos específicos, encontramos cuatro que se pueden dividir en dos grandes bloques.

Por una parte, los dos primeros (*OE1* y *OE2*) centrados en lo realizado en el marco teórico, es decir, analizar la cuna sobre la cual nació el término de educación emocional, así como una investigación acerca de la adecuada implementación de esta en los procesos educativos de los niños en la actualidad. En relación con el análisis de la cuna,



hay que afirmar que son dos psicólogos y escritores principales, Gardner con su Teoría sobre las Inteligencias Múltiples, especialmente la inteligencia intrapersonal y la interpersonal; y Goleman con su obra Inteligencia Emocional y toda su investigación realizada acerca de este término y su importancia en todo desarrollo educativo y evolutivo del ser humano a lo largo de su existencia. En relación con la implementación en la realidad actual, hay que destacar la importancia de considerarla como una actividad interdisciplinar y que se tiene que dar de forma continuada a lo largo de todo el proceso de desarrollo del ser humano. En esta etapa, me gustaría mencionar la actividad de dos grandes psicólogos como son Mar Romera y Rafael Bisquerra que han puesto al alcance de todos nosotros gran cantidad de recursos educativos y situaciones apropiadas en las que se debe dar este tipo de educación.

Por otra parte, los dos segundos objetivos específicos (*OE3* y *OE4*) más orientados a la parte práctica de este trabajo. La elaboración y la puesta en marcha del blog con todos los recursos presentados, nos ha permitido satisfacer ambos, ya que los recursos, especialmente cuentos literarios, se pueden llevar a la práctica tanto en la escuela como en las familias. Este también nos ha servido para difundir entre estos dos colectivos la importancia de llevar a cabo de forma regular en nuestra vida una educación emocional, haciendo uso de cuentos narrativos que, además de su función lúdica también poseen una función didáctica que nos permitirán desde la cercanía de compartir una buena historia, ir poco a poco poniendo al alcance de los más pequeños todas las herramientas necesarias para que pueden desarrollar una buena formación emocional.

En definitiva, el trabajo cumple con las expectativas y los objetivos tanto específicos como general que se habían planteado desde un inicio y sobre los cuales se ha basado toda la investigación y elaboración llevada a cabo durante meses de duro trabajo.

Aunque llegados a este punto, el resultado obtenido es de lo más satisfactorio, no se debe olvidar el trayecto que hemos realizado a fin de conseguirlo. El inicio no fue demasiado sencillo ya que del día a la mañana llegaron a mi vida gran cantidad de



terminología que hasta el momento desconocía, pero que poco a poco ha entrado a formar parte ya de mi vocabulario cotidiano. Personalmente, con esfuerzo y constancia he conseguido todo lo planeado, cumpliendo así, una vez más, el sueño de enriquecerme y aprender nuevas formas de educar basadas en el amor y el respeto hacia el prójimo.

Pero todo lo realizado no acaba aquí, sin duda alguna son muchas las puertas y ventanas de interrogación las que he dejado a lo largo del camino, cuestiones que una vez finalizado con este proyecto me gustaría retomar, ya que tal y como afirman muchos de los autores mencionados a lo largo de este trabajo, nuestra vida es un camino de aprendizajes, desde que nacemos hasta que desaparecemos.

Llegados a este punto, solo me queda animar a todos los docentes y padres, a echar un vistazo a atrás, a todo ese camino realizado, a darse cuenta de los detalles y de todas las experiencias vividas, descubriendo que lo que las hace especiales son todas y cada una de las emociones que de ellas florecen.

Para finalizar, solo he de decir que esta experiencia me ha permitido crecer a nivel profesional, pero también a nivel personal; podría ser definido con la palabra ilusión, ilusión por finalizar una etapa, ilusión por empezar una nueva, pero sobretodo, ilusión por dejar huella en el camino que voy realizando.



8 BIBLIOGRAFÍA.

- Aguamarina. (28 de Junio de 2018). *Cómo utilizar los cuentos como herramienta para la educación emocional*. Obtenido de De mi casa al mundo: <https://www.demicasaalmundo.com/blog/como-utilizar-los-cuentos-como-herramienta-para-la-educacion-emocional/>
- Ardilla, R. (2010). Inteligencia. ¿Qué sabemos y qué nos falta por investigar? *Revista Académica Colombiana de Ciencias*, 97-103.
- Aristóteles. (349 a.C.). *Ética a Nicomaco*. Antigua Grecia.
- Armstrong, T. (2006). *Inteligencia Múltiples en el aula: guía práctica para educadores*. Barcelona: Paidós.
- Barceló, M. G. (2013). *¿Tengo Inteligencia Emocional?* Paidós.
- Berger, K. S. (2007). *Psicología del Desarrollo Infancia y Adolescencia*. Panamericana.
- Binet, A., & Simon, T. (1905). *Méthodes nouvelles pour le diagnostic du niveau intellectuel des anormaux*. L'année Psychologique.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (septiembre-octubre 2019). La educación emocional debe desarrollarse toda la vida. *Educación 3.0*, 34-36.
- Bona, C. (2018 de Febrero de 2018). *Hay que escuchar e invitar a los niños a participar*. Obtenido de Aprendemos Juntos BBVA: <https://aprendemosjuntos.elpais.com/especial/aprender-a-conectar-con-los-ninos-cesar-bona/>
- Boyatzis, R., Goleman, D., & Rhee, K. (2000). Handbook of Emotional Intelligence. En *Clustering competence in emotional intelligence: Insights from the emotional competence inventory (ECI)* (págs. 343-362). San Francisco: Jossey-Bass.



- Brown, J. S., Collins, A., & Duguid, P. (1989). Situated cognition and culture of learning. *Educational Researcher*, 32-42.
- Chabot, D. (2009). *Pedagogía emocional. Sentir para aprender. Integración de la inteligencia emocional en el aprendizaje*. México: Alfaomega.
- DECRETO 38/2008, de 28 de marzo, del Consell, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en la Comunidad Valenciana. 2008-3838.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2004). *Desarrolla tu Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Fernández-Martínez, A. M., & Montero-García, I. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. *Revista Latino americana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 53-66.
- Franch-Alaudell, J. (11 de Enero de 2017). *Cuentos de emociones VS Cuentos que emocionan*. Obtenido de Club Peques Lectores: <http://www.clubpequeslectores.com/>
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The theory in practice*. New York: Basic Books.
- Gardner, H. (1994). *Prólogo al libro de Th. Armstrong: Multiple Intelligences in the classroom*. Alexandria: ASCD.
- Gardner, H. (1997). *Mentes creativas: una anatomía de la creatividad*. Barcelona: Paidós.
- Gardner, H. (1999). *Intelligence reframed: Multiple Intelligences for the 21st century*. New York: Basic Books.
- Gardner, H. (2002). Inteligencias múltiples. *Brainstorm online*.
- Goleman, D. (2001). *Inteligencia Emocional*. Kairós.



- Goleman, D. (2016). *El cerebro y la inteligencia emocional*. Barcelona: Penguin Random House.
- Goleman, D., Boyatzis, R., & Mckee, A. (2002). *El líder resonante crea más*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Grollman, E. (1998). *Explaining Death to Children*. Forward Movement.
- Guil , R., Larran, C., Gil-Olarte, P., & Serrano, N. (2014). Inteligencia Emocional en el currículo de Educación Infantil: Propuesta didáctica de las competencias emocionales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1).
- Hernstein, & Murray. (1994). *The Bell Curve* .
- Herrstein , R., & Murray, C. (1994). *The Bell Curve*. New York: Free Press.
- Lopes, P., & Salovey, P. (2004). Building school success on social and emotional learning. *Teacher College Press*, 79-93.
- Lopez, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19, 153-157.
- López, E. C. (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Práxis.
- López-Lazcano, S. B. (2010). *Sobre la importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el adolescente. Tesina*. México, D.F.: Universidad Pedagógica Nacional.
- Matsumoto, D. (2004). Reflections on culture and competence. En R. J. Stenberg, & E. L. Grigorenko, *Culture and competence: Contexts of life success* (págs. 273-282). Washington DC: American Psychological Association.
- Maxtell, J. (s.f.). *Teoría de la Evolución Auto-condicionada*.
- Maxtell, J. (s.f.). *Yo, tu lado emocional*.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* New York: Basic Books.



- Montesinos, D. (2004). *La expresión corporal: su enseñanza por el método natural evolutivo*. Barcelona: Inde Publicaciones.
- Motos Teruel, T. A. (2001). *Práctica de la expresión corporal*. Ciudad Real: Ñaque.
- Muñoz, M. (2009). *Emociones, sentimientos y necesidades*. México: Idea Zapato.
- Pekrun, R. (1992). The impact of emotions on learning and achievement: towards a theory of cognitive/aemotional mediators. *Applied Psychology: An International Review*. 41, 359-376.
- Pérez Sánchez, L. y. (2006). Dos décadas de "inteligencias múltiples": implicaciones para la psicología de la educación. *Peoples del Psicólogo*, 3 (27), 147-174.
- Perrenoud, P. (2004). *Diez nuevas competencias para enseñar*. SEP.
- Perrow, S. (2016). *Cuentos Sanadores*. Ing Ediciones.
- Pueyo, A. (10 de enero de 2002). *La biblioteca infantil. Cuadernos de educación*. Obtenido de Las Inteligencias Múltiples: la importancia de las diferencias individuales en el rendimiento.: <http://www.indexnet.santillana.es/racs/archivos/primaria/biblioteca/cuadernos/intelul.pdf>
- Redorta, J. (2006). *Emoción y conflicto: aprenda a manejar las emociones*. México: Paidós.
- Robinson, K. (2017). *El elemento, descubrir tu pasión lo cambia todo*. Debolsillo Clave.
- Rodari, G. (s.f.). *La Oreja Verde*.
- Romera, M. (Diciembre de 2018). *Asamblea: Programa de Infancia (Diapositivas de Power Point)*. Obtenido de Con Recursos: <https://www.conrecursos.org/wp-content/uploads/2018/12/Asamblea-Mar-Romera.pdf>
- Romera, M. (1 de febrero de 2018). La profesión docente es la más importante del mundo. (S. Velasco, Entrevistador) Obtenido de <https://www.educacionrespuntocero.com/entrevistas/mar-romera/71350.html>



Romera, M. (31 de enero de 2018). *Las emociones no se aprenden por los apuntes, hay que vivirlas*. Obtenido de Aprendemos Juntos BBVA: <https://aprendemosjuntos.elpais.com/especial/sobreproteger-a-los-ninos-les-hace-mas-debiles-emocionalmente-mar-romera/>

Siegel, D. J. (2009). *Mindsight*. Paidós.

Teixidor, E. (2007). *La lectura i la vida. Com incitar als nens i els adolescents a la lectura: una guía per a pares i mestres*. Barcelona: Columna.

Tonucci, F. (1981). *Con ojos de niño*.

Valladares, E. O. (2013). *La fuerza de las emociones*. León: Universidad de León.



9 ANEXOS.

9.1 ANEXO 1: ENLACE DEL BLOG.

En el siguiente enlace podéis encontrar el blog elaborado para este Trabajo Final de Grado:

Blog Cocoliseros Felices: <https://cocoliserosfelices.blogspot.com/>



9.2 ANEXO 2: CUESTIONARIO.

¿Qué opinas sobre la Educación Emocional?

Agradecería que rellenaran este formulario maestros de Educación Infantil o bien padres con hijos que se encuentren previo/durante/después a este período de desarrollo educativo.

1. ¿Eres maestro/a?

- Sí.
- No.

2. ¿Eres padre o madre?

- Sí.
- No.

3. ¿Te preocupan las emociones de tus hijos/alumnos?

- Sí.
- No.

4. ¿Te has encontrado en situaciones donde una ayuda te hubiera ido bien para lidiar con las emociones de los demás?

- Sí.
- No.
- Tal vez.

5. En el aula, ¿qué situaciones consideras interesantes para trabajar la educación emocional? (Selecciona las que consideres oportunas).

- La hora de la asamblea.
- La hora del patio.
- Solo en la asignatura de Educación Emocional.
- Mientras trabajan los alumnos.
- En cualquier situación.

6. En el aula, ante una situación determinada (una pelea, un niño llorando, un niño triste...) ¿Qué consideras más oportuno?

- Dejarlo pasar y continuar con la sesión.
- Dejarlo pasar y retomarla cuando se termine la sesión.
- Parar la sesión y trabajar con los alumnos dicha situación.

7. ¿Qué recursos consideras más oportunos para trabajar la educación emocional? (Selecciona las opciones que consideres más oportunas)

- Cuentos infantiles diversos.
- Emocionarios (cuentos infantiles orientados a las emociones)
- Teatro o expresión corporal.



- Actividades plásticas.
 - Juegos.
8. ¿Cuáles de los siguientes contenidos crees que pertenecen a la educación emocional? (Selecciona las que consideres oportunas)
- Reconocer las propias emociones.
 - Reconocer las emociones de los demás.
 - Adquirir vocabulario emocional.
 - Manejar las emociones.
 - Motivación (tanto intrínseca como extrínseca).
 - Adquirir relaciones sólidas con los demás.
9. De los siguientes contenidos, ¿cuáles consideras imprescindibles en la educación emocional?
- Fomentar el conocimiento y el reconocimiento de las propias emociones.
 - Trabajar la empatía con los demás.
 - Fomentar la adquisición del vocabulario emocional.
 - Fomentar la adquisición de las relaciones sólidas con los que te rodean.
 - Fomentar la motivación.
10. ¿Consideras necesaria una formación previa del profesorado para trabajar la educación emocional con los alumnos?
- Sí.
 - No.
 - Tal vez.
11. En casa, ¿sueles hablar de las emociones o sentimientos con tu familia?
- Sí.
 - No.
 - Tal vez.
12. ¿Consideras necesaria la educación emocional de los más pequeños?
- Sí.
 - No.
 - Tal vez.
13. ¿Cómo considerarías la educación emocional dentro del calendario escolar?
- Como una asignatura en particular.
 - Como una asignatura interdisciplinar (que se trabaje en todas las asignaturas).



14. ¿Encontrarías interesante un banco de recursos que te ayudara a trabajar esa educación emocional con tus hijos/alumnos?

- Sí.
- No.
- Tal vez.

15. Si dispusieras de un banco de recursos sobre educación emocional, ¿lo utilizarías habitualmente?

- Sí.
- No.
- Tal vez.

16. ¿Te gustaría conseguir el banco de recursos que yo misma he elaborado?

- Sí.
- No.
- Tal vez.

9.3 ANEXO 3: ENTRADAS DEL BLOG.


Compartir

marzo 05, 2020

CUENTOS PARA NIÑAS Y NIÑOS FELICES

Muchas veces decimos que nuestro mayor deseo es ser feliz, o que nuestros hijos y alumnos sean felices. Afirmando esto, comprendemos que la felicidad es un destino, pero estamos muy equivocados. La felicidad no es un destino, LA FELICIDAD ES UN PROCESO, es una actitud con la que afrontamos nuestro día a día, la felicidad se encuentra en las pequeñas cosas, en los abrazos, las caricias, los besos, los "buenos días, ¿cómo estás?", los "tengo ganas de verte", los "te quiero"...

Como adultos debemos aprender a saborear todos estos pequeños sorbitos de felicidad, y como guías y acompañantes del proceso de enseñanza-aprendizaje, debemos enseñar a nuestros hijos y alumnos a disfrutar también de estos.



Como ya es de costumbre, si soy seguidores de este blog, el recurso que más nos gusta para

Compartir

marzo 24, 2020

TRATAR LOS ENFADOS CON CUENTOS INFANTILES

Nos encontramos en el día X de confinamiento, y digo X por que no sé si a vosotros os pasa lo mismo que a mi, ya no sé ni en qué día vivimos.

Como el objetivo es no parar y seguir con nuestras vidas adaptándonos a esta nueva situación, hoy os traigo una pequeña recopilación de cuentos infantiles para tratar con los más pequeños los enfados y rabietas que sufren casi diariamente.

En post anteriores, os he mostrado tanto cómo debemos actuar (RABIETAAAAAAAAS), así como también, algunos libros interesantes para este tipo de situaciones (DRAGONES ENFADADOS), aunque estos cuentos se centraban más en la preferencia por los dragones.

Hoy os traigo cuentos diversos que, aun hablando del mismo tema, no están tan orientados a un gusto en particular, sino, más bien, se adaptan a casi todas las situaciones y preferencias de los más pequeños de la casa o de la escuela.

En esta recopilación encontramos 4 cuentos distintos, pero a la vez fantásticos para trabajar con los más pequeños el tema de las rabietas y los enfados; consiguiendo así, poco





Compartir

Etiquetas

1. SEGUNDO CICLO (3-6 AÑOS)
2. AMISTAD
3. LIBROS

marzo 21, 2020

¿UNA OVEJA Y UN LOBO SON AMIGOS?

Buenos días por la mañana cocoliseros, antes de nada, espero que todos estéis bien y llevéis de la mejor manera posible este confinamiento que estamos viviendo durante estos últimos días. Recordad que juntos somos más fuertes, por eso mismo, #yomequedoencasa.



En el post de hoy, os traigo una colección un tanto divertida que pondrá al alcance de los más pequeños los valores como la amistad, la generosidad y la aceptación. ¿Quién nos iba a decir que una oveja y unos lobos podían llegar a ser amigos?

Esta colección del autor Steve Smallman cuenta con dos obras infantiles, la primera publicada en 2007 y titulada *La ovejita que vino a cenar*; y una segunda entrega en 2019, *Los lobos que vinieron a cenar*.

El objetivo del autor en su primera entrega, *La ovejita que vino a cenar*, es nada más ni nada menos que acercar a los más pequeños a la ternura y el instinto de protección tan característico de los humanos pero también de los animales.

Compartir

Etiquetas

1. SEGUNDO CICLO (3-6 AÑOS)
3. LIBROS

febrero 18, 2020

DE MAYOR QUIERO SER FELIZ

¡Buenos días mañaneros! En la sección de hoy os traigo un libro, buenos mejor dicho, dos libros que llegan al corazón de los pequeños y de los no tan pequeños.

Se trata nada más ni nada menos que de la colección *De mayor quiero ser feliz*, colección escrita por Anna Morató, formada por dos libros que en total recogen una colección de 12 cuentos cortos que narran historias diferentes y divertidas, con el objetivo de enseñar a todo aquel que los lea lecciones sobre las emociones y sentimientos.



En el primer libro, *De mayor quiero ser feliz*, se recogen seis historias que hablan a los más



cocoliserosfeliges.blogspot.com
CÓMO AFRONTAR EL BULLYING MEDIANTE LIBROS

Compartir

Etiquetas

1. SEGUNDO CICLO (3-6 AÑOS)
2. BULLYING
2. COMPAÑERISMO
2. EMPATÍA
3. LIBROS

abril 21, 2020

CÓMO AFRONTAR EL BULLYING MEDIANTE LIBROS

Buenos días Cocoliseros, aunque ya hacía unos días que no nos "veíamos", ya estamos de vuelta con recursos que nos van ayudar en nuestro día a día con los peques.

Como ya habréis podido deducir por el título de este post, hoy vamos a hablar del Bullying en las escuelas, centrándonos en la Educación Infantil; porque, aunque no lo creáis, sucede mucho más de lo que nos gustaría, y nuestros niños, al igual que los mayores, también sufren. Para ello, y como viene siendo costumbre, hemos hecho una recopilación de obras diversas que se adapten al nivel de desarrollo de los peques.



Pero antes, me gustaría comentar un poco sobre el tema en cuestión, el Bullying. Se entiende por Bullying, un acoso tanto físico como psicológico por parte de un grupo de alumnos a otro de su misma clase o de clases distintas. Nosotros, como adulto que se encuentran diariamente con ellos, debemos aprender a observar todos los indicios que

cocoliserosfeliges.blogspot.com
LA NIÑA PARCHE

Compartir

Etiquetas

1. SEGUNDO CICLO (3-6 AÑOS)
2. TRISTEZA
3. LIBROS

abril 11, 2020

LA NIÑA PARCHE

Buenas tardes Cocoliseros, espero sigáis llevando la cuarentena de la mejor forma posible. Sois unos campeones y vuestros hijos no pueden estar más orgullosos de los padres que tienen. Hoy vamos a iniciar esta entrada con una serie de preguntas:

- ¿A quién le gusta estar triste?
- ¿Qué color crees que aparece en tu interior cuando estas triste?

Aunque no me gusta mucho relacionar las emociones con los colores, en esta ocasión no lo he podido evitar, ya que no sé si a vosotros os pasa, pero yo cuando estoy triste todo se hace gris y seguir hacia adelante me cuesta mucho. Pero sabéis que, debemos sacar las fuerzas de donde no las haya y junto a nuestros familiares y amigos, seguir el camino con más fuerza e ilusión.

Hoy os traigo un cuento que habla nada más y nada menos que de esto que hemos estado comentando. El cuento se llama *La niña del parche en la ciudad de los colores olvidados*, y en él su protagonista nos acercará a esta realidad que parece ficticia pero que, en cambio, se encuentra en nuestro día a día.

