



Universidad
Católica de
Valencia
San Vicente Mártir



Universidad
**Católica de
Valencia**
San Vicente Mártir

EDUCACIÓN EMOCIONAL Y AMISTAD: CÓMO ENFRENTAR SITUACIONES DE RIESGO

Presentado por:

D./D^a RUTH PALOP GARCÍA

Dirigido por:

Dr. ENRIQUE ESTELLÉS AROLAS

Valencia, a 26 de mayo de 2022

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



AGRADECIMIENTOS

A mis padres, porque han sido el apoyo incondicional para poder luchar por lo que siempre he querido. Sin su ayuda y apoyo esto no hubiera sido posible.

A mis cuatro abuelos, que seguro que desde el cielo están orgullosos de ver hasta dónde he llegado.

A todas las personas que me han ayudado y acompañado a lo largo de este proceso, pareja, amigos y familiares.

Gracias.



RESUMEN

En el transcurso de los años, la educación emocional ha experimentado un gran auge dentro de las aulas de Educación Primaria. Es cierto que cada vez existen y se llevan a cabo más planes de intervención para conseguir que los alumnos sean competentes emocionalmente, sin embargo, todavía no son suficientes, ya que la educación emocional es un proceso de crecimiento constante. Gracias a esta se pueden fomentar vínculos interpersonales entre los alumnos que a su vez nos ayuden a prevenir y solventar posibles situaciones de riesgo que pueden surgir dentro de un aula, así como el acoso escolar, la falta de motivación, el bajo rendimiento académico o la desigualdad entre hombres y mujeres. Por este motivo, se plantea una programación didáctica interdisciplinar en la cual mediante la educación emocional y la amistad se prevean estas situaciones para que no puedan convertirse en una realidad. Para llevar esta propuesta a cabo, se ha orientado esta intervención hacia los alumnos del segundo curso de Educación Primaria, ya que es importante trabajar las emociones desde una edad temprana. En definitiva, la programación presentada tiene por objetivo dotar de herramientas y estrategias concretas y factibles para dotar a los alumnos de una educación emocional competente y cualificada.

PALABRAS CLAVE: emociones, amistad, educación emocional, situación de riesgo, y Educación Primaria.



RESUM

En el transcurs dels anys, l'educació emocional ha experimentat un gran auge dins de les aules d'Educació Primària. És cert que cada vegada existeixen i es duen a terme més plans d'intervenció per a aconseguir que els alumnes siguen competents emocionalment, no obstant això, encara no són suficients, ja que l'educació emocional és un procés de creixement constant. Gràcies a aquesta es poden fomentar vincles interpersonals entre els alumnes que al seu torn ens ajuden a previndre i solucionar possibles situacions de risc que poden sorgir dins d'una aula, així com l'assetjament escolar, la falta de motivació, el baix rendiment acadèmic o la desigualtat entre homes i dones. Per aquest motiu, es planteja una programació didàctica interdisciplinària en la qual mitjançant l'educació emocional i l'amistat es prevegen aquestes situacions perquè no puguin convertir-se en una realitat. Per a portar aquesta proposta a cap, s'ha orientat aquesta intervenció cap als alumnes del segon curs d'Educació Primària, ja que és important treballar les emocions des d'una edat primerenca. En definitiva, la programació presentada té per objectiu dotar d'eines i estratègies concretes i factibles per a dotar als alumnes d'una educació emocional competent i qualificada.

PARAULES CLAU: emocions, amistat, educació emocional, situació de risc, i Educació Primària.



ABSTRACT

Over the years, emotional education has experienced a great boom in Primary Education classrooms. It is true that there are more and more intervention plans to make pupils emotionally competent, but they are still not enough, as emotional education is a process of constant growth. Thanks to this, interpersonal links can be fostered between pupils which can help us to prevent and solve possible risk situations that may arise in the classroom, such as bullying, lack of motivation, poor academic performance or inequality between men and women. For this reason, an interdisciplinary didactic programme is proposed in which, through emotional education and friendship, these situations are foreseen so that they cannot become a reality. In order to carry out this proposal, this intervention has been oriented towards pupils in the second year of Primary Education, as it is important to work on emotions from an early age. Therefore, the aim of the programme presented is to provide students concrete and feasible tools and strategies to offer them a competent and qualified emotional education.

KEY WORDS: emotions, friendship, emotional education, risk situation, and Primary Education.

ÍNDICE

1. JUSTIFICACIÓN.....	1
1. OBJETIVOS.....	3
2. METODOLOGIA.....	4
3. MARCO TEÓRICO	6
4.1 Qué es la educación emocional.....	6
4.2.1 Qué son las emociones	7
4.2.2 Competencias emocionales	9
4.2.3 Beneficios e importancia de integrar la educación emocional dentro del aula de E.P	11
4.3 Qué es la amistad.....	12
4.3.1 Tipos de amistad	13
4.3.2 Influencia/ Relación de la amistad en la educación emocional	14
4.3.3 Amistad en la etapa de Educación Primaria.....	15
4.4 La amistad y la educación emocional como herramienta	16
4.4.1 El acoso escolar.....	17
4.4.2 Falta de motivación y bajo rendimiento escolar	19
4.4.3 La lucha contra la desigualdad	21
4.5 Implementación de la educación emocional en las aulas : Marco legal	23
5. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	28
5.1 Introducción	28
5.2 Objetivos	30
5.2.1 Objetivo general de la propuesta.....	30
5.2.2 Objetivos específicos de la propuesta	30
5.3 Temporalización.....	31
5.4 Desarrollo de las sesiones	36
5.5 Evaluación.....	45
6. CONCLUSIONES.....	51
7. REFERENCIAS.....	53
8. ANEXOS.....	59



Anexo 1.....	59
Anexo 2.....	60
Anexo 3.....	60
Anexo 4.....	60
Anexo 5.....	62
Anexo 6.....	62
Anexo 7.....	64
Anexo 8.....	65

1. JUSTIFICACIÓN

Según el informe *Replantear la información* (Unesco, 2015) es cada vez más necesario avanzar en la educación para poder dejar a un lado el aprendizaje académico tradicional y favorecer una educación integral en el alumnado y en su aprendizaje. Para conseguir de este modo, dejar a un lado las tradicionales dicotomías entre las dimensiones éticas, cognitivas y emocionales.

A lo largo de los años, se ha creído que poseer un alto coeficiente intelectual y un buen desarrollo académico era determinante para tener éxito en la vida. Hoy en día, se ha demostrado que no es del todo cierto, ya que en este proceso intervienen también otros factores. Por ejemplo, a la hora de buscar un trabajo, se da por hecho que muchas de las personas ya tienen esta capacidad, y por ello, el perfil requerido suele ser aquel que sepa resolver conflictos, manejar situaciones complejas o que demuestre confianza en sí mismo (García, 2007).

Nages et.,al (2011) expone que poco a poco se incrementa el número de personas interesadas en la educación emocional dentro de la comunidad educativa. El objetivo es aproximarse a la educación como un procedimiento que eduque a ser, relacionarse y convivir aparte de enseñar a conocer. Algunos temas que se tienen cada vez más en cuenta en la educación son: la educación emocional y afectiva, las relaciones interpersonales y en consecuencia, la formación la de estos factores para ofrecer una educación integral y acorde de los alumnos.

De acuerdo con Fernández (2003), el aprendizaje y el conocimiento de la inteligencia emocional tiene una importancia relevante para el desarrollo personal y profesional en todas las personas. El buen desarrollo y funcionamiento de esta es básico para que las personas podamos comprender la diferencia entre la dimensión cognitiva y emocional, esto supone la adquisición de valores como la tolerancia, flexibilidad o aprender de la diversidad.



Es importante ofrecer a los niños una educación integral que incluya la competencia emocional desde las escuelas ya que junto a las familias, es el entorno donde el niño adquirirá la mayoría de sus referentes y patrones que configurarán su futuro. Por este motivo, una de las cualidades que se espera de los colegios es que tengan un compromiso con los educandos para que puedan obtener ciertas habilidades emocionales desde una edad temprana (García, 2007)

El objetivo de este trabajo es ilustrar y proponer una manera de trabajar las emociones y la amistad para que los alumnos de Educación Primaria sean competentemente emocionales y así poder evitar posibles situaciones de riesgo en el aula y en el entorno que les rodea. Es importante tener en cuenta sus necesidades y saber adaptar estas estrategias para que los alumnos puedan alcanzar sus objetivos sin que estos sean inaccesibles.



1. OBJETIVOS

El objetivo principal de este Trabajo de Fin de Grado es :

- Elaborar una propuesta didáctica en la cual se fomente e integre la educación emocional y la amistad en un aula mediante actividades que permitan evitar y resolver posibles situaciones de riesgo.

Para cumplir con el objetivo principal propuesto, es necesario realizar y adquirir los siguientes objetivos secundarios :

- Llevar a cabo una investigación bibliográfica sobre la Educación Emocional y su relación con la amistad.
- Relacionar los conocimientos adquiridos con una propuesta didáctica que se pueda llevar a un aula de Educación Primaria.
- Diseñar actividades que fomenten la amistad, con el objetivo de conseguir un control de las emociones y prevenir así situaciones de riesgo para el bienestar emocional de los alumnos.

2. METODOLOGIA

En primer lugar, en cuanto a la elección del tema de este Trabajo Final de Grado, tenía claro que quería enfocarlo hacia la educación emocional, sin embargo, quería profundizar un poco en algún tema más concreto y no realizarlo de manera tan general. Por este motivo, realice una lluvia de ideas sobre los temas que me resultaban más relevantes y que pudieran afectar a las emociones de los niños y a la Educación Emocional en un aula de manera significativa. Durante los cuatro años que he realizado prácticas en centros escolares, he podido observar los vínculos que surgen dentro un aula, sin embargo, donde más relevancia toma la amistad es en Educación Primaria. Por eso, decidí centrar mi TFG (Trabajo Final de Grado) en la influencia que tiene la educación emocional y la amistad en niños de Educación Primaria.

Una vez había concretado el tema sobre el que quería desarrollar mi trabajo y tenía claro los puntos sobre los que quería puntualizar y concretar, precisé los objetivos que quería que formara este trabajo y estructuré mi marco teórico con los puntos que consideraba más relevantes sobre este tema. Llevé a cabo una investigación sobre la educación emocional y la influencia de la amistad en esta, intenté buscar toda la información posible en cada uno de los puntos. Además, tuve la gran suerte de ser aconsejada y orientada por mi tutora de prácticas de este año, la cual me ayudó a ver y entender desde diferentes perspectivas los vínculos de amistad que surgen en una clase. Asimismo, los conocimientos que he obtenido durante el grado y los cuatros años de prácticas en diferentes colegios me han servido de gran ayuda aunque ha sido indispensable realizar una búsqueda bibliográfica que complementara y corroborara todos estos conocimientos adquiridos para realizar el marco teórico de este trabajo. Este apartado, se compone de los siguientes grandes bloques :

Para poder localizar la información necesaria del marco teórico, se ha llevado a cabo una búsqueda por las plataformas *Google Académico*, *SciELO*, *Dialnet* y *Academia.edu*, además de una lectura de diversos libros relacionados con la amistad y la educación emocional. Las palabras claves en las que se ha basado la búsqueda han sido “emociones”, “educación emocional”, ”tipos de emociones”, “clasificación de las emociones”, “función de las emociones”, “influencia de las emociones”, “amistad”, “tipos de amistad” e “influencia de la amistad”. Además, concretando un poco más sobre el tema escogido para este trabajo, se han consultado documentos y artículos que trataban sobre “acoso escolar”, “motivación”, “bajo rendimiento académico”, “igualdad de género”, y “coeducación”.



En cuanto a la elaboración de la programación didáctica, el objetivo principal ha sido educar e integrar la educación emocional y la amistad para resolver posibles situaciones de riesgo que surjan en un aula de Educación Primaria. El propósito fue definir y concretar las actividades que iban a formar parte de esta programación, ya que cada una tiene un objetivo diferente. Para ello, el primer paso fue definir cuantas actividades quería utilizar para abordar cada una de las situaciones de riesgo. Escogí en total seis actividades, algunas de estas se ponen en práctica una única vez en el aula, aunque las herramientas y habilidades pueden ser utilizadas por los alumnos siempre que sea necesario. En cambio, otras actividades se mantienen como recursos ilimitados dentro del aula, de manera que los alumnos pueden realizar esta actividad en cualquier momento o circunstancia que precise el uso de estas.

Una vez realizada la programación, se dio paso a planificar y estructurar la evaluación y el seguimiento de las actividades. Debido a que se va a realizar un seguimiento, se escogió la rúbrica ya que se trata de un método que evalúa mediante observación directa y el nivel de desempeño de los alumnos. Además, se trata de una rúbrica individual de cada alumno donde es posible ver si se ha producido o no una evolución en la adquisición de lo propuesto.

Para finalizar, es importante mencionar que este Trabajo de Fin de Grado está elaborado y redactado de acuerdo a las normas a APA (Asociación Americana de Psicología).

3. MARCO TEÓRICO

4.1 Qué es la educación emocional

La educación emocional es un concepto que actualmente tenemos cada vez más presente en la sociedad, pero sobre todo en los centros escolares. Para poder entenderlo, también debemos de comprender en primer lugar lo que significa inteligencia emocional.

La primera vez que se nombró el concepto Inteligencia Emocional (IE) fue en el año 1990, en el artículo “*Emotional Intelligence*” de Salovey y Mayer. Estos autores definían la inteligencia emocional como la capacidad para entender y controlar las emociones y los sentimientos en las demás personas y en uno mismo. Unos años más tarde, Daniel Goleman (1995, como citado en Fernández, 2003) sacó a la luz su *best seller* “*Inteligencia Emocional*”, en el cual definía la IE como un conjunto de capacidades que sirven para manifestar y controlar los sentimientos y emociones de la mejor manera posible en el terreno social y personal adecuado.

Mestre *et al.* (2008) explican que comprendemos la Inteligencia Emocional como un conjunto de habilidades que tienen como objetivo: entender las emociones, utilizar las emociones para favorecer la actividad cognitiva, organizar y regular las emociones para el crecimiento emocional y personal y tener la capacidad de expresar y percibir las emociones de manera concreta.

Por otro lado, centrándonos en el concepto de educación emocional, Bisquerra (2003) lo define como un proceso educativo y constante que tiene por objetivo favorecer el desarrollo de las competencias emocionales como factor indispensable en el crecimiento íntegro de la persona. Este proceso tiene por finalidad aumentar el bienestar social y personal. El autor explica que la educación emocional también tiene como finalidad evitar situaciones entre el alumnado como la agresividad, la impulsividad o la depresión.

En la misma línea, Casassus (2017) define la educación emocional como un proceso educativo dirigido al desarrollo de la comprensión (entre dos o más personas) y consciencia (exclusiva de esa persona) emocional. Para poder llevar a cabo este proceso, es necesario incentivar unas competencias emocionales concretas así como, la conexión, la interpretación o la modulación entre otras mediante la escucha de la experiencia emocional.

De acuerdo con Bisquerra *et al.* (2011) los docentes y la interacción que estos tienen con el alumnado juega un papel muy relevante para su buen desarrollo emocional. El buen uso de estímulos y de refuerzos (positivos y negativos) pueden ser valiosas herramientas para contribuir a manejar los problemas o conflictos que manen dentro de un aula, y además, favorecen la adecuación de comportamientos por parte del alumnado. Por este motivo, el docente debe de tener la capacidad de compaginar los refuerzos positivos con los refuerzos negativos, con el objetivo de que los alumnos aprendan a aceptar los refuerzos negativos sin que estos les influyan en su desarrollo personal. Entendemos por refuerzo positivo aquel que se asocia a una respuesta con un efecto positivo, es decir, premiar una conducta concreta. Por el contrario, el refuerzo negativo hace referencia a la eliminación de una consecuencia negativa.

4.2.1 Qué son las emociones

Para poder entender el mundo de las emociones, debemos de saber primero qué significado tiene la palabra “emoción”.

Según la RAE (Real Academia Española), entendemos por emoción a la “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”.

Según Bisquerra *et al.* (2011), las emociones son respuestas de nuestro organismo que elaboran experiencias personales que nosotros captamos y conocemos de manera inmaterial. Si las personas no tuviéramos ni conociéramos las emociones nos comportaríamos como simples máquinas, ya que las emociones forman una parte esencial en nuestra vida.

Rodríguez *et al.* (2009) definen las emociones como reacciones psicofisiológicas de los sujetos frente a situaciones y circunstancias significativas desde una postura adaptativa. Los autores explican que las emociones tienen carácter universal, son mayoritariamente independientes al tipo de cultura que posea la persona y estas ocasionan alteraciones en el comportamiento expresivo, en la experiencia afectiva y en el funcionamiento fisiológico de cada individuo.

Sutil (2013) explica que es importante conocer e identificar lo que significa una emoción puesto que saberlo generaría múltiples beneficios al autoconocimiento y al de las demás personas. El autor explica que la emoción no es un suceso individual sino que se trata de una comunicación entre

dos o más personas en un lugar y contexto concreto del comportamiento comunicativo y su significado.

De otra forma, Montañés (2005) explica que normalmente se entiende por emoción la vivencia multidimensional que tiene como mínimo tres métodos de respuesta, los cuales son: el conductual/expresivo, el cognitivo/subjetivo, y el fisiológico/adaptativo. Por lo tanto, la reacción o respuesta emocional en un proceso psicológico esta siempre presente, aunque no en todo el mundo con la misma naturaleza ni intensidad.

Centrándonos en los tipos de emociones que existen, se pueden diferenciar las emociones primarias (también conocidas como emociones básicas) y las emociones secundarias.

Por un lado, Bericat (2012) expone que las emociones primarias son entendidas como respuestas generalmente biológicas, fisiológicas, progresivas y neurológicamente congénitas. Por otro lado, explica que las emociones secundarias están formadas por la combinación de las emociones primarias ya que estas, se encuentran influenciadas por las condiciones sociales y culturales en las que se encuentra el sujeto.

Martínez *et al.* (2017) detallan cuales son las emociones que forman parte de las primarias y cuales forman parte de las secundarias. Por un lado, dentro de las emociones primarias encontramos la ira, el asco, la felicidad, el miedo, la sorpresa y la tristeza. Por otro lado, entendemos por emociones secundarias a los celos, la culpa, la envidia, la admiración, la vergüenza, la simpatía, la indiferencia, la gratitud, la turbación y la indignación.

Podemos organizar todas las emociones dentro de una serie de grupos concretos ya que este conjunto posee cualidades semejantes, aunque algunos parezcan sinónimos cada uno puede aportar un matiz diferente. Por ejemplo, en el grupo de la ira podemos incluir también el enfado, el desprecio, la rabia o la furia, entre muchos otros. Existen diferentes grandes grupos, los cuales son, el miedo, el amor, la ira, la felicidad, la tristeza, la alegría, la sorpresa, el asco y la ansiedad. Además también se integran las emociones estéticas y las emociones sociales (Bisquerra, 2011).

Desde otra perspectiva, podemos diferenciar las emociones positivas y las emociones negativas. De acuerdo con García (2016), tanto las emociones positivas como las negativas, forman parte de un papel importante en nuestra vida, aunque cada una desarrolla una función distinta. Las

emociones positivas componen y amplían nuestros repertorios sociales, conductuales y psicológicos, mientras que las emociones negativas asisten a sustentar nuestra seguridad e instinto de supervivencia.

Dentro del grupo de las emociones negativas, forman parte aquellas que se caracterizan por ofrecer al sujeto una experiencia no muy agradable y una alta activación fisiológica, como el miedo, la ira o la tristeza, entre otras (Rodríguez *et al.*, 2009). En cambio, dentro del grupo de las emociones positivas, forman parte aquellas que se caracterizan por garantizar al individuo un estado de bienestar y resiliencia, como la alegría, la gratitud o el amor, entre otras (García, 2016).

En ese mismo contexto, Bisquerra (2011) realiza una distinción entre las emociones positivas y las emociones negativas. Las emociones negativas no deben de ser confundidas o interpretadas como “emociones malas” ya que todas las emociones son buenas, la cuestión está en saber qué hacemos y como interpretamos cada uno las emociones que sentimos. Saber o no saber gestionarlas tiene una gran influencia en nuestro bienestar y en el de los demás. Sin embargo, es importante entender que a pesar de que todas las emociones son buenas para nuestra persona, no todas tienen la misma influencia en nuestra vida, es por este motivo que aquellas que contribuyen a fortalecer nuestro bienestar las denominamos “emociones positivas” y aquellas que nos generan malestar las denominamos “emociones negativas”.

Atendiendo a estas consideraciones, Bisquerra (2011) adjunta a esta clasificación las emociones ambiguas, las cuales no se puede clasificar ni dentro de las emociones positivas ni de las negativas, un ejemplo de las emociones ambiguas sería la sorpresa.

4.2.2 Competencias emocionales

Una de las formas más comunes y lógicas de implicar o llevar a cabo una educación emocional en el aula de Educación Primaria es de manera práctica. Esto se debe a que es una manera muy útil de que los alumnos comprendan y asimilen estos conceptos. El modo más habitual es mediante juegos, reflexiones grupales o individuales y diálogos, entre otros. De este modo, se facilita la adquisición de competencias emocionales (Bisquerra, 2003).

Bisquerra (2003) explica que deben de existir unas nociones básicas en el alumnado antes de poder adquirir las diferentes competencias emocionales, se trata de unos conocimientos generales así como saber qué son las emociones, cuáles son sus características, conocer los tipos de emociones que existen, entre otras cosas.

Existen varias competencias emocionales, la primera de las cuales es la conciencia emocional. Cepa *et al.* (2016) definen la conciencia emocional como el hecho de concienciarse de las emociones que experimentamos, identificarlas, entender las emociones que sienten los demás, diferenciar entre acciones, pensamientos y emociones, y comprender la interrelación entre el comportamiento, la cognición y la emoción.

Otra de las competencias emocionales es la regulación emocional. Para Bisquerra (2003), este es uno de los elementos más importantes para que se lleve a cabo una educación emocional ya que es la habilidad para saber emplear las emociones de una manera adecuada. Esta capacidad incluye disponer de técnicas que nos puedan beneficiar como, el dialogo interno, el control y la regulación del estrés, la imaginación emotiva, etcétera.

De otro modo, Berrocal y Díaz (2002) explican que la regulación emocional es una de las habilidades más complicadas de adquirir ya que se considera la facultad para prevenir situaciones y reacciones emocionales descontroladas en momentos que la persona puede sentir miedo, ira, provocación y demás. Asimismo, la regulación emocional se basa en entender o sentir nuestro propio estado emocional sin sentirse agobiado o superado por este de modo que no llegue a estropear ni ofuscar nuestra propia manera de discurrir o razonar.

Según Pérez y Filella (2019) la competencia social también forma parte de las competencias emocionales de una educación emocional. Las autoras la definen como la destreza para tener buenas relaciones con las personas, esto supone poseer y controlar habilidades sociales, actitudes de respeto, tener una conducta activa socialmente, entre otras.

Asimismo, Cepa *et al.* (2016) y Pérez y Filella (2019) están de acuerdo en que para poder ser competente emocionalmente se deben de adquirir una serie de habilidades socioemocionales que influyen directamente en el bienestar propio ya que nos ayudan a ordenar nuestra vida de manera equilibrada y coherente. Por ejemplo: la capacidad de resolver problemas, ser capaces de enfrentar desafíos, saber tomar decisiones apropiadas o superar nuestras posibles frustraciones y demás. Esta

competencia además tiene una gran relación con la inteligencia interpersonal, lo que aporta un gran beneficio a la hora de fomentar valores como la empatía y la escucha activa hacia las demás personas.

Adicionalmente, Bisquerra (2003) hace referencia también a la motivación como un elemento de las competencias emocionales. El autor explica que las emociones tienen un vínculo muy estrecho con la motivación, y es que esta se adquiere mediante la emoción. Gracias a la conexión entre estas se puede llegar a adquirir la automotivación, la cual ayuda en gran medida autonomía personal y el interés.

4.2.3 Beneficios e importancia de integrar la educación emocional dentro del aula de E.P

Las emociones forman parte de nuestra vida y por este motivo, condicionan nuestra salud y ejercen un papel relevante en el comportamiento, aprendizaje o interacción social de las personas entre otras cosas. Es por esto por lo que saber gestionar y actuar en base a nuestras emociones puede traernos múltiples beneficios en nuestra salud y bienestar y por consiguiente, educar a los niños de Educación Primaria en una educación emocional puede ayudarles en su desarrollo y crecimiento (Navas, 2010).

Cada vez son más las investigaciones (Carpena, 2008; Fernández-Abascal 2003; Fredrickson y Branigan, 2000, como citado en Navas (2010) que defienden que las emociones influyen en la salud de las personas. Estas investigaciones sostienen que nuestro organismo y las emociones interaccionan entre ellas, produciendo así reacciones químicas que tienen la capacidad de modificar nuestra respuesta inmunitaria y la actividad de los sistemas de nuestro cuerpo y los diversos órganos, tanto a nivel físico como mental.

Tal y como añade García (2012) los alumnos que han finalizado sus estudios de Educación Primaria deben de haber progresado y desarrollado la empatía suficiente para saber identificar, sin usar un lenguaje verbal, qué emociones está sintiendo otra persona y saber cómo relacionarse con ella. La importancia de la educación emocional reside en ofrecer herramientas a los alumnos con el fin de que adopten comportamientos adecuados para poder anticiparse y prevenir futuros problemas emocionales, personales o sociales, entre otros.

4.3 Qué es la amistad

Durante muchos años, la amistad ha sido campo de interés en muchos ámbitos. Ha sido estudiado por psicólogos, escritores y filósofos, entre otros. Desde una perspectiva común en una sociedad, solemos entender la amistad como un vínculo que une a dos o más personas. Se trata de uno de los valores que tenemos más incorporados en nuestra vida diaria y que nos acompaña desde una edad muy temprana hasta la vejez. La amistad tiene un papel y significado muy relevante en la vida de la mayoría de las personas.

Actualmente según la RAE la amistad es el “afecto personal, puro y desinteresado, compartido con otra persona, que nace y se fortalece con el trato”. En cambio, durante los años, se han ido recogiendo más definiciones sobre qué es la amistad. Cada una de las personas que ha ido exponiendo su definición sobre la amistad lo hace con un sello personal concreto. Sin embargo, la mayoría de las definiciones encontradas tienen muchas características en común.

Visto desde el punto de vista de la psicología, varios autores coinciden en que la amistad tiene una gran relevancia para el desarrollo íntegro. Una definición muy completa al respecto es la siguiente,

“Desde la psicología del desarrollo, la amistad es considerada como una experiencia humana de vital importancia que se da en las distintas etapas de la vida. Las relaciones de amistad van evolucionando a lo largo del ciclo vital, así cambia el significado de la amistad, los sentimientos hacia los amigos, lo que se piensa, espera y exige de ellos, la forma de definir dicho vínculo” (Moreno y Resett 2011, p.97)

Calvo (1999), haciendo referencia a Aristóteles, explica la importancia que este le daba a la amistad en muchas de sus reflexiones éticas, ya que entendía la amistad como algo verdaderamente único, valioso e importante. Explica que algunas personas pueden pensar que la amistad es puramente interesada y buscan beneficio de este vínculo, en cambio, otra parte de la sociedad puede pensar que dentro de la amistad verdadera, no hay sitio para el interés, simplemente que ese vínculo es generoso y desinteresado. A pesar de esto, existen dos características que cualquier tipo de amistad, desde cualquier perspectiva o visión, deben de tener en común. La primera de ellas es que, la palabra “amistad” se determina por el querer, por lo tanto debe de haber afecto en esta relación, y en segundo

lugar, porque el querer que define esta palabra debe de ser correspondido por ambas partes, además de reconocido por las dos partes iguales.

En otro orden, Manzanedo (1994) exponiendo los pensamientos de Santo Tomás, explica que la amistad es un modo de amar, por lo tanto un afecto. Es amar a otra persona y además, sentirse correspondido por esta. Expone que en todas las amistades existe cierto interés, pero que una verdadera amistad se diferencia de una falsa amistad por su objetivo, el cual debe de ser querer al amigo.

Por otro lado, Pironio (1957), explica que algo propio que conlleva la amistad es amar más que sentirse amado. Por lo tanto, la amistad entre dos personas se puede medir por la intensidad en la que se ama. Según el autor, es importante insistir en la amistad conlleva a adquirir una gran riqueza interior de las personas que establecen el vínculo de la amistad.

Berndt y McCandless (2009, como citado en García *et al.*, 2013) definen a un amigo como esa persona a la que conoces y te gusta por lo que es. De esta manera, queda asumido que la preferencia y el conocimiento de este hecho es recíproco. Estas amistades surgen en grandes grupos, como las clases, y derivan en pequeños grupos que van formándose de manera más estable.

4. 3. 1 Tipos de amistad

Es evidente que la amistad está presente durante toda nuestra vida y a lo largo de nuestro desarrollo como personas. Pero, no siempre se manifiesta de la misma manera, ya que dependiendo de diversas circunstancias, así como por ejemplo nuestra edad, se presenta de diferente forma. Aun así, existen muchas cosas en común que tiene la amistad en las etapas que se va atravesando a lo largo de nuestra vida.

Calvo (1999) mencionando a Aristóteles explica los tipos de amistad que existen para el filósofo. Existen tres tipos de amistad, los cuales son, la amistad basada en el placer, la amistad basada en el bien (en la virtud de la persona, por lo que es) y la amistad basada en la utilidad. Se debe puntualizar en que en la amistad basada por la utilidad y en el placer, no se quiere al amigo por lo que realmente es como persona, sino porque nos resulta práctico y útil. En la amistad basada en el placer, se busca al amigo por mera satisfacción propia, y en la amistad basada en la utilidad por el provecho que obtenemos de esta relación. En cambio, en la amistad basada en el bien, se busca al amigo porque

de verdad existe un afecto y se le quiere por lo que es él mismo. Además, se quiere al amigo y también se quiere su propio bien sin ningún tipo de envidia.

Por otro lado, Manzanedo (1994) hace referencia a los tipos de amistad que comprende Santo Tomás. En primer lugar, clasifica a la amistad según el motivo de amor, por lo cual surgen tres tipos de amistad. La primera de ellas es la amistad virtuosa, la cual es el tipo de amistad que más se acerca a la perfección, puesto que se ama al amigo por lo que es. La segunda de estas es la amistad deleitable, la cual se basa en mera complacencia. Por último, la tercera de ellas es la amistad basada en la mutua utilidad, con el fin de encontrar interés y provecho.

4.3.2 Influencia/ Relación de la amistad en la educación emocional

Como bien sabemos, la amistad mantiene una gran relación con la Educación Emocional, puesto que influye directamente en nuestras emociones y de estas, pueden depender en un futuro algunos factores como nuestro bienestar, seguridad o confianza, entre otros. Por eso, sabemos que la amistad tiene una gran influencia en la salud mental de las personas.

Como afirman los autores Morelato, *et al.* (2011) “las relaciones sociales en la infancia permiten la adquisición progresiva de una serie de capacidades y competencias fundamentales para el logro de una autopercepción satisfactoria y un adecuado funcionamiento global” (p.151)

De acuerdo con ellos, Sullivan (1953, como citado en García *et al.*, 2013) apunta que la amistad entre dos personas ofrece y garantiza una serie de percepciones así como, bienestar y validación de sí mismo. Esto tiene una influencia directamente en el desarrollo del autoconcepto. Por lo que es importante desarrollar cierta inteligencia interpersonal para obtener un buen desarrollo de la personalidad.

Asimismo, la amistad conlleva beneficios como el desarrollo emocional, social, cognitivo y moral. Está demostrado que la amistad ofrece beneficios de manera directa, ya que en todo momento se está desarrollando nuestra disposición social, por lo que conlleva a desarrollarse aspectos básicos como : el apego (el aprecio, la seguridad o la revelación íntima), la confianza (un vínculo duradero y confiable), el compañerismo y cuidado entre otros (Bukowski *et al.*, 2009).

Bukowski *et al.* (2009, como citado en García *et al.*, 2013) explica que la amistad desempeña una función que sirve como barrera protectora y defensora en muchas ocasiones, así como pueden ser problemas de exclusión social, circunstancias donde un niño sufre problemas familiares o de victimización.

Según Bierman (2004) el rechazo que puede sufrir un niño por parte de otro puede convertirse en un factor relevante para el desajuste psicosocial en su infancia, que más tarde podrían desembocar en problemas externalizados o internalizados en su vida.

Además, Bukowski *et al.* (2009) explican que se ha comprobado que el mero hecho de que el niño no sepa formar una amistad o conservar un amigo, puede desembocar en situaciones en el que el niño se sienta rechazado o aislado, llegando a convertirse en una persona agresiva. Incluso, la falta de unión con amistades puede suponer un desajuste emocional y social.

4.3.3 Amistad en la etapa de Educación Primaria

Una vez hemos podido investigar y entender sobre qué es la amistad y sus tipos, es importante también entender como los niños en Educación Primaria entienden lo qué es la amistad y como lo interpretan y desarrollan en su vida cotidiana. Este concepto en los niños va modificándose a lo largo de su desarrollo, a través de la amistad el niño consigue socializar y aprender a relacionarse con los demás.

Cuando los niños cursan la etapa de Educación Infantil tienen un concepto de la amistad mucho menos duradero, puesto que como afirman los autores Furman y Bierman (1984, como citados en Fuentes y Melero, 1992), los niños en esa edad suelen concebir la amistad de manera momentánea que no tiene duración a lo largo del tiempo. Estas amistades se sustentan mayoritariamente gracias a actividades o juegos en los cuales los niños eligen a su compañero. Esta búsqueda se basa en elegir amigo a aquel niño o niña que no se comporte de manera desagradable con ellos, es decir, que no se peguen o que no discutan por juguetes, entre otras cosas.

En cambio, los niños a partir de los 7 años, en el comienzo de la Educación Primaria, empiezan a tener empatía y a darse cuenta de los sentimientos del otro. Como explica Hartup (1990), en etapa escolar, desde los 7 hasta los 12 años, los niños que tienen más amistades son aquellos que realizan una serie de acciones concretas con sus iguales. Estos niños suelen tratar con cariño a los demás,

prestan más atención a lo que dicen y suelen aceptar todo aquello que les proponen los otros. En cambio, los niños más rechazados y que tienen menos amistades son aquellos que se oponen a colaborar con los demás, toman una actitud de burla y amenazan o ignoran a sus cercanos.

Cabe destacar como explican Bacete *et al.* (2013) que la amistad desarrolla un papel importante en los niños de Educación Primaria. Por un lado, la amistad alienta el desarrollo cognitivo del niño, ya que este trata de empatizar con su amigo para poder entender lo que él siente y desea, así como también pretende interpretar sus pensamientos e intenciones. Para el niño es más sencillo intentar reconocer los sentimientos y pensamientos de su amigo con el que ya ha creado un vínculo, que con un adulto o un desconocido. Por otro lado, las amistades en Educación Primaria son muy útiles para obtener múltiples habilidades y estrategias sociales que formarán al niño para enfrentarse a futuras situaciones, así como a afianzar capacidades concretas como el argumentar en una situación de conflicto, llegar a acuerdos, expresar sus propios pensamientos o deseos, entre otras. Además, los amigos contribuyen en gran medida a formar la dimensión emocional de los niños ya que entre otras cosas, aportan seguridad para que el niño pueda enfrentarse a resolver diversas situaciones de conflicto o difíciles de resolver para ellos. Sin olvidar que este vínculo refuerza en gran medida la autoestima y el autoconcepto de estos puesto que, esta relación les permite componer una imagen de ellos mismos valiosa, capacitada y atractiva. Por último, la amistad en Educación Primaria es esencial ya que esta unión les ayuda a solucionar diferencias entre iguales empleando herramientas morales basadas en principios como la lealtad y la justicia.

4. 4 La amistad y la educación emocional como herramienta

La amistad y la educación emocional se pueden considerar grandes herramientas para combatir muchos de los problemas que surgen habitualmente tanto en un colegio como en una sociedad. Estos problemas no deben de dejar indiferente a nadie, porque en mayor o menor medida nos afectan o nos acabaran afectando a todos como personas y como ciudadanos.

Como explican Jiménez y Raméntol (2017), la amistad es un elemento imprescindible para las personas, por lo tanto de manera irremediable se convierte también en un elemento relevante de la sociedad. Esta relación afectiva influye en cada uno de nosotros, tanto en el entorno social como en el ámbito interpersonal.

Según Fuentes y Melero (1992), las amistades fortalecen algunas funciones relevantes en el desarrollo social y afectivo de los niños, por ejemplo, obtienen seguridad afectiva de los amigos, otorgan cariño y afecto, entre otras cosas. Estos autores, apoyándose en lo que desarrolla Sullivan (1953), explican que las amistades tienen una labor fundamental en cuanto al desarrollo moral, el desarrollo del rol sexual, en la competencia social y en la adquisición de normas y valores.

De igual manera, la educación emocional puede enfocarse a su vez, a solucionar situaciones de riesgo en un centro escolar, concretamente en un aula de Educación Primaria. Como explica Barrantes-Elizondo (2016), la inteligencia emocional es un componente esencial para poder obtener justicia e igualdad en una sociedad. Además de abordar también la conciencia emocional, la cual está compuesta por la empatía, el elogio y la recompensa.

Bisquerra (2003) define la conciencia emocional como “ la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado” (p.23). El autor explica que esto se adquiere mediante la autoobservación e interpretación del comportamiento de las personas que nos rodean.

En otro orden, conocemos que la amistad y la educación emocional pueden ofrecernos herramientas para combatir algunas injusticias o situaciones de riesgo que suceden en el ámbito escolar y social, las más comunes como, el acoso escolar (también conocido como *bullying*), la baja autoestima y la desigualdad entre hombres y mujeres, entre otras.

Roldán (2009) explica que una situación de riesgo sucede cuando una situación problemática social, familiar y/o personal impide el desarrollo integral de una o más personas que la sufren. Es necesaria la combinación de diversos factores de riesgo para producirse una problemática, las cuales mediante los indicadores, se determinan estas situaciones en : familiares, individuales y del entorno.

4.4.1 El acoso escolar

Uno de los problemas más habituales que surgen en el aula, es el acoso escolar. Se trata de uno de los mayores problemas que surgen en un aula de Educación Primaria. Por eso, si los alumnos han sido formados en una educación emocional competente, deberían de saber gestionar emocionalmente estas situaciones que pueden aparecer en el aula para que el acoso entre ellos no se lleve a cabo.

Según Nicolás (2011), conocemos como acoso escolar al maltrato psicológico y/o físico que sucede de manera intencionada y constante. Este abuso se produce por uno o varios alumnos hacia otro con la intención de acobardarlo, asustarlo o incluso agredirlo. El objetivo de este acoso suele ser para conseguir satisfacer la propia necesidad del agresor de agredir y desmoronar a la víctima. Como explica el autor, existen diversos tipos de violencia en cuanto al acoso, algunas como: violencia verbal (se hace uso de apodosos despectivos e insultos, generalmente en público. Es el tipo de acoso más habitual en el colegio), violencia psicológica (destruyen el amor propio de la víctima, despreciándole y haciéndole perder su autoestima), violencia física (suele darse en Educación Primaria, se trata de agredir a la víctima con patadas, empujones, entre otras cosas) y por último, la violencia social (cuyo objetivo es aislar a la víctima del resto de sus compañeros).

Para poder prevenir este problema, es importante que en el aula se establezca una educación emocional. Como argumenta Muñoz-Prieto (2017) la educación emocional se muestra como una alternativa para frenar el acoso escolar, es decir, promover en los alumnos habilidades sociales tales como la empatía para prevenir este tipo de situaciones. La autora explica que en Educación Primaria aparecen cada vez más casos de acoso.

Laursen *et al.* (2007, como citadas en García *et al.*, 2013) contemplaron que el rechazo social en un aula era una muestra significativa del aumento de problemas externos e internos para los niños que carecían de amigos, pero no para aquellos niños que se rodeaban de amigos. Es decir, los autores explican que tener o no amistades afecta a otras experiencias sociales y resultados de desarrollo.

García *et al.* (2013, como citado en Laursen y Pursell, 2009), explican que no todos los niños rechazados están faltos de amistades. Sin embargo, aunque mantengan vínculos de amistad con otros niños, estos vínculos carecen de calidad, apenas aparecen intercambios positivos y existen mayores niveles de conflicto entre ellos. Este resultado llega a ser alarmante ya que se le concede un papel importante a la amistad para resolver situaciones de conflicto y rechazo y puede ser que esto no nos ayude a observar todas las situaciones de riesgo.

Existen estrategias para prevenir el acoso escolar que pueden ser tomadas desde la escuela, las familias y los medios de comunicación. De acuerdo con Musri (2012), las podemos enumerar y caracterizar como las siguientes:

El primer lugar, la escuela, como intermediario para la socialización de los alumnos. Suele ser, en gran parte de las ocasiones, el escenario donde se produce este tipo de acoso. Por este motivo, es muy importante tomar estrategias desde la escuela para evitar que el acoso escolar se lleve a cabo. Una de las herramientas más valiosas que puede ofrecer el centro escolar es forjar una educación emocional de sus alumnos competente donde se trabajen valores como la amistad.

En segundo lugar, las familias. Son fundamentalmente las encargadas de las normas de conducta de los alumnos, aunque el colegio colabore en gran medida en la educación de estos, las familias no pueden delegar en el centro escolar esta misión. La relación que tiene la escuela con esta misión es la de reforzar la base moral que la familia le ha inculcado al niño, por lo que si un alumno no ha adquirido normas de convivencia en su regazo familiar probablemente atravesara situaciones de confrontación con compañeros y docentes en el colegio.

Por último, los medios de comunicación tienen una gran transcendencia en nuestra sociedad dado que los valores y conocimientos que vemos en nuestro día a día influyen en gran medida a las personas. Por este motivo, sería de gran ayuda que los medios de información evitaran la popularidad de personas conflictivas o repercusión de situaciones violentas en videojuegos, televisión, series o películas, entre otras.

4.4.2 Falta de motivación y bajo rendimiento escolar

La motivación suele ser una gran ayuda para que los alumnos asistan al colegio con ganas, realicen sus trabajos y actividades entusiasmados y por lo tanto, obtengan buenas calificaciones, es decir, posean un alto rendimiento escolar. Se puede decir, que la variable motivación y el mero hecho de tener buen rendimiento escolar tienen frecuentemente una gran relación (García y Doménech, 1997).

Por un lado, Bisquerra (2000) explica que la baja motivación por parte del alumnado es uno de los grandes problemas que aparecen actualmente en la educación. Existe un claro reto dentro de la educación emocional y es el que tienen los docentes sobre saber motivar mediante la emoción.

Santrock (2002) contempla el concepto de motivación como un grupo de motivos y razones por los cuales actúan las personas y se comportan de una forma concreta, si este se encuentra realmente motivado este proceso será sostenido, coordinado y fuerte.

En la misma línea, Nages *et al.* (2018) explica que la motivación determina el nivel de energía del individuo, la definición de metas, la formulación de estrategias y su planificación para alcanzarlas. Este aspecto es muy importante en una persona, ya que la motivación es clave para obtener bienestar.

Barriga *et al.* (1998, como citado en Valverde y Chavarría, 2002) presentan la motivación como un factor cognitivo-afectivo activo en cualquier proceso pedagógico, no solo como una técnica empleada en los procesos de aprendizaje. Para estos autores, motivar significa estar listo para realizar una acción, ya que el sujeto debe de tener ganas y energía por llevar a cabo aquello que se pretenda. Por ende, centrándonos en un plano pedagógico, motivar consiste en estimular la voluntad e intención de aprender.

Por otro lado, Gil- Olarte *et al.* (2006) han demostrado que ser inteligente emocionalmente tiene una repercusión positiva en el rendimiento académico. Los autores explican que poco a poco se ha ido tomando consciencia de la importancia de enseñar habilidades socioemocionales en un aula para así poder conseguir que los alumnos alcancen un buen rendimiento académico, además de adquirir madurez emocional y un buen clima de aula.

Según Santander (2011) entendemos por rendimiento académico al procedimiento que determina y mide los logros y la construcción de conocimientos de los alumnos.

Asimismo, Peralta y Sánchez (2003) afirman que las variables motivacionales y afectivas influyen en gran medida en el rendimiento académico del alumnado, incluso estas pueden afectar más que las propias habilidades que ya posea el individuo.

Una de las dimensiones más relevantes del proceso educativo lo forma el rendimiento académico. Cuando el alumno no alcanza los objetivos planteados, se trata de analizar qué factores le han influido para no lograr alcanzar las metas propuestas, algunos factores suelen ser la adquisición de conceptos previos o sus circunstancias sociales y emocionales, entre otros (Navarro, 2003).

Una de las herramientas que se puede llevar a cabo en el aula para aumentar el rendimiento académico es el trabajo cooperativo. Domingo (2008) expone que cuando una persona trabaja junto a otras personas su amplitud de miras y empatía aumenta ya que esta dinámica se caracteriza por la comunicación fluida, la confianza y el soporte mutuo. Asimismo, en el trabajo cooperativo se fomentan habilidades interpersonales que fomentan la amistad, así como la negociación, el respeto, el consenso o la capacidad de expresar y argumentar coherentemente sin herir ni menospreciar la opinión de los demás.

De acuerdo con lo que expone Núñez (2009) el rendimiento alcanzado por un alumno equivaldrá a sus capacidades (ámbito cognitivo) y de sus conocimientos, así como de otros factores que se enmarcan en el término “motivación”. Estos factores se caracterizan por ser recíprocos, por lo tanto, un alumno que obtiene conocimientos y capacidades no obtendrá un alto rendimiento académico si sus niveles motivacionales no son aptos. De igual manera sucede al contrario, ya que si un alumno está motivado pero no ha adquirido las competencias necesarias no obtendrá ningún logro.

4.4.3 La lucha contra la desigualdad

Según la ONU (2018) se entiende por igualdad entre hombres y mujeres a la igualdad de responsabilidades, derechos y oportunidades para hombres y mujeres, así como para niños y niñas.

Uno de los ejemplos en el que se puede observar una clara desigualdad es en Afganistán, donde las mujeres encuentran muchos problemas para tener acceso a la educación. Actualmente, las niñas mayores de 12 años deben abandonar la escuela y esperar un permiso para poder retomar las clases en un futuro (Candial, 2022).

Conocemos las carencias que existen en cuanto a la educación de hombres y mujeres en diversos lugares del mundo, ya que no todos tienen las mismas oportunidades, pero es importante luchar por el derecho a estudiar para todas las personas, independiente de si son mujeres u hombres.

Es importante que todos los niños y niñas del mundo tengan acceso a una educación en igualdad de condiciones. Esta educación se debe ofrecer de la misma manera junto a las mismas

oportunidades, ofreciéndoles los mismos juegos, recursos o actividades, entre otras cosas (López, 2011).

A pesar de que actualmente vivimos en un país democrático que asegura la igualdad de oportunidades para todas las personas, como así lo asegura el *Artículo 14* de la Constitución Española “Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social” (p.5) así como se reconoce en el *Artículo 27* “Todos tienen derecho a la educación” (p.8). Por este motivo, es importante explicar a los alumnos que ese derecho no se reconoce en todos los países por igual y de esta manera, procurar que sean conscientes de ello.

Uno de los términos que pretende abordar este tipo de situaciones que pueden darse en un aula es la coeducación.

La RAE define el término “coeducar” como “enseñar en una misma aula y con un mismo sistema educativo a alumnos de uno y otro sexo”.

De acuerdo con Leiva (2010), la coeducación es un tema de vital importancia a tratar en el sistema educativo, ya que de esta manera se ofrece un desarrollo educativo integral al alumnado. La coeducación forma parte de la preparación del alumnado a un futuro respetuoso donde no haya lugar a las diferencias entre hombres y mujeres.

López (2011) define la coeducación como un proceso por el cual todos los niños y niñas deben ser educados conjuntamente, teniendo los mismos derechos, privilegios y oportunidades en igualdad de condiciones. Se trata de progresar en la educación, trabajando de forma efectiva contra las desigualdades para desarrollar las habilidades individuales de todo el alumnado con independencia de sus características, proponiendo así un currículo proporcionado y equilibrado para eliminar las diferencias existentes.

Otro de los objetivos en cuanto a la educación basada en la igualdad entre hombres y mujeres es transmitir valores, comportamientos y normas que favorezcan el respeto de todas las personas por igual, independientemente de su etnia, cultura o sexo, de manera que nadie se sienta menospreciado ni se de paso a actitudes irrespetuosas o violentas (Leiva, 2010).

Es importante destacar, que el profesorado tiene un papel muy relevante a la hora de coeducar y es que, debe de tener en cuenta su actitud y comportamiento en el aula. Este es un aspecto importante por controlar ya que puede ser que de manera consciente o inconsciente tenga actitudes o diferencias de trato entre otras cosas, hacia sus alumnos. Estas actitudes pueden influir directamente en el alumnado, por lo que es importante tenerlas en cuenta (Tena *et al.* 2008).

Según la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1984), citado concretamente en el *Artículo 26* “1. Toda persona tiene derecho a la educación”, “2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales (...)”.

De acuerdo con Torres (2006) además de que es importante reconocer y tratar a la educación como un derecho fundamental que pertenece a todas las personas, la educación también debe de incluir derechos como, el derecho no solo a la educación sino al aprendizaje y a la buena práctica igual que al acceso a la participación en este.

4. 5 Implementación de la educación emocional en las aulas : Marco legal

Centrándonos en la implementación de la educación emocional en las aulas de Educación Primaria, encontramos mención a esta en los siguientes documentos.

Mencionando al DECRETO 108/2014, de 4 de julio, del Consell, por el que establece el currículo y desarrolla la ordenación general de la educación primaria en la Comunitat Valenciana. [2014/6347]

En el preámbulo de este Decreto se hace mención a “asegurar una atención personalizada y un desarrollo personal e integral de todo el alumnado” (p.16328) además de “favorecer un buen clima de trabajo y la resolución pacífica de conflictos, potenciando valores como el respeto, la tolerancia, la cultura del esfuerzo y la superación personal” (p.16328)

El primer bloque en el que se hace referencia a la educación íntegra y a la educación emocional y en valores es en el *Capítulo I, Disposiciones preliminares*, concretamente dentro del *Artículo 3, Objetivos y fines*. En el cual se expone la necesidad de “adaptar el currículo y sus elementos a las

necesidades de cada alumno y alumna, de forma que se proporcione una atención personalizada y un desarrollo personal e integral de todo el alumnado”, “desarrollar buenas prácticas que favorezcan un buen clima de trabajo y la resolución pacífica de conflictos, así como las actitudes responsables y de respeto por los demás” y a “incentivar valores como el respeto, la tolerancia, la cultura del esfuerzo y la superación personal” (p.16330).

Dentro del *Capítulo IV, Autonomía y participación*, específicamente en el *Artículo 13 autonomía de los centros* se presenta que “para garantizar el derecho a una formación integral de todos los alumnos y alumnas, el claustro y la dirección del centro propiciarán un clima ordenado y cooperativo entre todos los miembros de la comunidad educativa” (p.16335).

En el *Capítulo V, Atención a la diversidad* concretamente dentro del *Artículo 15, Aspectos generales de atención a la diversidad*. Dentro de este artículo se hace mención a la importancia de “velar por el respeto a las necesidades del alumnado, a sus intereses, motivaciones y aspiraciones con el fin de que todo el alumnado alcance el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional, así como el máximo grado de logro de los objetivos y competencias en la etapa” (p.16336).

Centrándonos en el curso de 2º de primaria, en el cual se dirigirá la propuesta didáctica de este Trabajo de Fin de Grado, encontramos mención a la educación emocional en las siguientes áreas y bloques.

En el *Área Ciencias de la Naturaleza, Bloque 2, El ser humano y la salud*, encontramos dentro de los contenidos “valoración y atención al propio cuerpo: autoestima” y dentro de los criterios de evaluación “reconocer y expresar, a través del juego, sus emociones y sentimientos reconociendo como se manifiestan en su propio cuerpo” (p.16512).

En el *Área de Matemáticas*, encontramos que se hace mención a las emociones en la *introducción* de esta, concretamente se expresa que “en toda conciencia y expresión cultural hay un planteamiento que incluye multitud de aspectos matemáticos, desde la medida hasta la geometría, pasando por la resolución de problemas, que permite al alumnado apreciar la importancia de la expresión creativa de ideas, experiencias y emociones a través de distintos medios” (p.16561).

En el *Área de Educación Física*, encontramos que se hace mención a estas en la *Introducción*, puesto que se trabajan “aspectos tan importantes como la espontaneidad, la desinhibición y la

creatividad, serán elementos clave para descubrir, emplear, y adaptar los recursos expresivos de su cuerpo a la comunicación de ideas, sensaciones, emociones, estados de ánimo, y comprensión de mensajes expresados por otras personas” (p. 16610). Además, en el *Bloque 1, Conocimiento corporal y autonomía* aparece el contenido de “Identificación de sensaciones, sentimientos y emociones propias”, en el *Bloque 3, Expresión motriz y comunicación* se presenta el contenido “Comunicación de sensaciones y emociones con el lenguaje corporal” (p.16612).

En el *Área de Valores Sociales y Cívicos*, encontramos mención a las emociones concretamente en el *Bloque 1, La identidad y la dignidad de la persona*, en el cual aparece un criterio que se presenta como “Identificar la influencia de las emociones y de los sentimientos en la habilidad de encontrar la raíz o causa de una determinada situación o problema, para tomar mejores decisiones y actuar en consecuencia”(p.16624). Asimismo, en el *Bloque 2, La comprensión y el respeto en las relaciones interpersonales* aparecen contenidos en referencia a las competencias emocionales, los cuales son “Identificación y expresión de emociones y sentimientos”, “estados emocionales básicos: alegría (contento), tristeza (pena), ira (enfado), miedo (susto, amenaza)”, “estados emocionales básicos en situaciones interpersonales y en manifestaciones culturales de su entorno inmediato” “comprensión de los motivos y sus emociones” “expresión gestual de las emociones básicas, identificación de sensaciones corporales relacionadas con las emociones, el movimiento y la expresión de emociones, intensidad de las emociones” y la “expresión verbal y vocabulario sobre estados emocionales básicos” (p.16624).

De igual manera, en el *Bloque 3, La convivencia y los valores sociales* se atiende en los contenidos de esta a la “interacción social: la amistad, el compañerismo, la participación, la colaboración y la convivencia” (p.16625).

Por otra parte, en el *Área de Educación Artística* se hace referencia a esta área como “medida en que los lenguajes artísticos sirven como medio de expresión de ideas, pensamientos y emociones” además de contribuir a que “los alumnos y alumnas aprenden a "mirar" distintos modos de percibir la realidad y también a desarrollar la capacidad de expresar a través de ellos ideas, experiencias y emociones propias” (p.16633). Centrándonos en el apartado de *Plástica* dentro del *Área de Educación Artística*, encontramos en el *Bloque 2, Expresión Plástica* el siguiente criterio de evaluación “observar e interpretar elementos de su entorno personal, familiar y natural próximo para representar emociones, ideas, acciones y situaciones utilizando de forma intencionada los elementos básicos del lenguaje visual” (p.16647).

En cuanto al *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*.

Se presenta en primer lugar en el *Artículo 6, Principios pedagógicos*, en el cual se expone “se promoverá la igualdad entre hombres y mujeres, la educación para la paz, la educación para el consumo responsable y el desarrollo sostenible y la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual” y “asimismo, se prestará especial atención a la orientación educativa, la acción tutorial y la educación emocional y en valores” (p.7)

En el *Artículo 7, Objetivos*, se plantea cooperar para que los alumnos desarrollen capacidades que les permitan a “adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan” y a “desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas” (p.8)

En cuanto a las *Competencias Claves* que el *Decreto* concreta que se deben de adquirir, cabe destacar dentro de la *Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)* que el alumno “es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos” y “reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos” (p.24).

Dentro de la *Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC)*, se expone que el niño o niña ha de “expresar ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas” (p.26).

Centrándonos en el Primer Ciclo de Educación Primaria, aparecen una serie de *Criterios de Evaluación* relacionados con una *Competencia Específica*. En la *Competencia Específica 4* se presenta “identificar las emociones propias y las de los demás, entendiendo las relaciones familiares



y escolares a las que pertenecen y reconociendo las acciones que favorezcan el bienestar emocional y social” y “reconocer estilos de vida saludables valorando la importancia de una alimentación variada, equilibrada y sostenible, la higiene, el ejercicio físico, el contacto con la naturaleza, el descanso y el uso adecuado de las tecnologías” (p.32).

5. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

5.1 Introducción

El desarrollo de esta programación didáctica se basa en la transversalidad de las emociones en las diferentes áreas de Educación Primaria como herramienta en la prevención de situaciones de riesgo y resolución de conflictos como el acoso escolar, la desigualdad entre niños y niñas y la motivación como factor influenciado en el rendimiento académico. La programación está pensada y programada para llevarla a cabo de manera interdisciplinar en el segundo curso de Educación Primaria.

La propuesta general se enmarca en la educación emocional y la amistad como estrategia y herramienta en las diferentes áreas que se trabajan estas. El hilo conductor durante esta programación será el vínculo interpersonal de la amistad y la gestión de las emociones para resolver situaciones de riesgo en contextos concretos. Las actividades propuestas se plantearán en un área concreta, pero se podrán llevar a cabo en otra ocasión o cuando sea conveniente, ya que están pensadas para resolver conflictos o circunstancias que pueden surgir en cualquier momento.

Una idea global de cómo se llevará a cabo la programación es de la siguiente forma,

Sesiones	Actividad	Situación de riesgo
Primera sesión	Tabla periódica de las emociones.	Acoso escolar.
Segunda sesión	¡Aprendo a solucionar los problemas!	Acoso escolar.
Tercera sesión	Me haces sentir.	Falta de motivación.
Cuarta sesión	Las cajas de las emociones.	Bajo rendimiento académico.



Quinta sesión	La historia de Rhinka.	Desigualdad entre hombres y mujeres.
Sexta sesión	¡Super Lola y el Príncipe Lalo!	Desigualdad entre hombres y mujeres.

El orden expuesto es el que está pensado para llevar a cabo en el aula, sin embargo, cabe mencionar que este se podrá ver afectado y modificado debido a las necesidades del centro y del aula. Las actividades se explicarán y se pondrán en marcha en sesiones concretas, aunque estas pueden adaptarse o volverse a usar en el tiempo o en un momento concreto si lo requiriera la circunstancia.

En cuanto a la evaluación de esta, debido a que la programación se realizará de manera transversal, se concretará un seguimiento mediante una rúbrica específica en lugar de una evaluación, ya que no encontraremos unos estándares de evaluación concretos para los objetivos propuestos.

5.2 Objetivos

Una vez enmarcado el marco general de este trabajo de fin de grado, la programación didáctica se centrará en segundo de primaria. Se dirigirá a varias áreas, ya que se trata de una propuesta interdisciplinar, concretamente en las Áreas de Educación Física, Valores Sociales y Cívicos, Educación Artística y Ciencias de la Naturaleza.

5.2.1 Objetivo general de la propuesta

- Trabajar las emociones y la amistad como herramientas para resolver y prevenir posibles situaciones de riesgo a las que se encuentren expuestos los alumnos de Educación Primaria.

5.2.2 Objetivos específicos de la propuesta

- Realizar dichas actividades.
- Incitar a la expresión de pensamientos e ideas.
- Capacitar a los alumnos para manifestar sus emociones y sentimientos.
- Nombrar adecuadamente las emociones que se experimentan.
- Evitar que se den situaciones de acoso escolar, desigualdad entre hombres y mujeres o falta de motivación y bajo rendimiento académico.
- Motivar a los alumnos.
- Aumentar el rendimiento académico mediante estrategias.
- Conseguir la participación y reflexión del alumnado en las actividades propuestas.
- Reconocer conductas positivas y negativas que afecten a las emociones y sentimientos.

5.3 Temporalización

SESIÓN Y ÁREA RELACIONADA	CONTENIDOS	CRITERIOS	INDICADORES
Número de sesiones: 6			
Sesión 1. Área de ciencias naturales.	Bloque 2, el ser humano y la salud. - Valoración y atención al propio cuerpo: autoestima.	Reconocer y expresar, a través del juego, sus emociones y sentimientos reconociendo como se manifiestan en su propio cuerpo.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconoce sus emociones. 2. Es capaz de expresar sus emociones y sentimientos reconociendo como se manifiestan en su cuerpo.
Sesión 2. Área de valores cívicos y sociales.	Bloque 1, la identidad y la dignidad de la persona. - Proyectos en equipo de forma guiada. - Diálogo entre iguales bajo dirección. - Compromiso de grupo y responsabilidad individual. - Los aspectos personales.	Identificar la influencia de las emociones y de los sentimientos en la habilidad de encontrar la raíz o causa de una determinada situación o problema, para tomar mejores decisiones y actuar en consecuencia.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica la influencia de las emociones y los sentimientos en las personas y en él mismo. 2. Reconoce la causa de un problema.

	<ul style="list-style-type: none"> - La autopercepción. - La autoimagen. - El autoconcepto. - Pensamiento, sentimientos y acciones - El control de impulsos. 		<ol style="list-style-type: none"> 3. Actúa en consecuencia de sus actos. 4. Es capaz de tomar mejores decisiones para solucionar un problema.
<p>Sesión 3 Área de valores cívicos y sociales.</p>	<p>Bloque 2, la comprensión y el respeto en las relaciones interpersonales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estados emocionales básicos: alegría (contento), tristeza (pena), ira (enfado), miedo (susto, amenaza). - Estados emocionales básicos en situaciones interpersonales y en manifestaciones culturales de su entorno inmediato. - Comprensión de los motivos y sus emociones. 	<p>Expresar con gestos y palabras sus estados emocionales en situaciones cotidianas de juego y aprendizaje y nombrarlos adecuadamente cuando habla de sus experiencias personales.</p> <p>Escuchar con atención a su interlocutor interpretando sus estados emocionales y comprender la relación de los mismos con su comportamiento y sus formas de expresión.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Expresa con palabras sus estados emocionales. 2. Nombra adecuadamente sus experiencias personales. 3. Escucha los estados emocionales de su interlocutor. 4. Comprende la relación de su comportamiento con su forma de expresión.

	<ul style="list-style-type: none"> - Expresión verbal y vocabulario sobre estados emocionales básicos. 	<p>Dialogar compartiendo los propios pensamientos con los compañeros de aula guardando el turno de palabra, expresando sus gustos y experiencias por propia iniciativa.</p>	<p>5. Dialoga y comparte sus pensamientos expresando sus gustos.</p>
<p>Sesión 4 Área de Educación física.</p>	<p>Bloque 3, expresión motriz y comunicación. La mímica y el gesto voluntario como manifestación expresiva. Comunicación de sensaciones y emociones con el lenguaje corporal.</p>	<p>Expresar emociones y sensaciones de forma desinhibida y espontánea, por medio del gesto y la mímica.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Expresa emociones y sensaciones mediante la expresión corporal. 2. Trabaja de manera cooperativa.
<p>Sesión 5. Área de valores cívicos y sociales.</p>	<p>Bloque 3, la convivencia y los valores sociales. Interacción social</p> <ul style="list-style-type: none"> - La amistad. - El compañerismo. - La participación. 	<p>Participar en proyectos colectivos de centro, destinados a la obtención de un producto que contribuya a mejorar la convivencia, mostrando una actitud amistosa, ofreciendo ayuda</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Participa y reflexiona en proyectos colectivos con el fin de mejorar la convivencia. 2. Muestra una actitud amistosa y ofrece ayuda.

	<ul style="list-style-type: none"> - La colaboración. - La convivencia. <p>Derechos y deberes de las personas</p> <ul style="list-style-type: none"> - La declaración de los derechos del niño. 	<p>desinteresadamente y aceptándola cuando la necesita.</p> <p>Identificar los principales derechos que tienen los niños explicando su importancia a través de razonamientos sencillos, reconociendo aquellas conductas positivas que los protegen y respetar en todo momento la igualdad entre niñas y niños.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. Identifica los problemas que surgen en una sociedad. 4. Argumenta su pensamiento mediante razonamientos sencillos. 5. Reconoce conductas positivas que respetan y protegen la igualdad entre niños y niñas.
<p>Sesión 6. Área de educación artística.</p>	<p>Observación e interpretación de los entornos natural, artificial e imaginario.</p>	<p>Observar e interpretar elementos de su entorno personal, familiar y natural próximo para representar emociones, ideas, acciones y situaciones utilizando de forma intencionada los elementos básicos del lenguaje visual</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica e interpreta elementos de su entorno personal, familiar y natural para representar sus emociones. 2. Es capaz de representar sus acciones, ideas y emociones



			de forma intencionada mediante un lenguaje visual.
--	--	--	-------------------------------------------------------

5.4 Desarrollo de las sesiones

SESIÓN 1	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<p>Título: Tabla periódica de las emociones.</p> <p>Objetivo: El objetivo de esta actividad es que los niños reconozcan las emociones que existen y sepan cómo actuar con ellos mismos cuando están experimentando una de ellas. Además, también se proporcionarán herramientas para ayudar a un amigo que está atravesando por una emoción negativa.</p> <p>Duración: 45 minutos</p> <p>Materiales: Papel continuo (anexo 1), cartulina (anexo 2), velcro, rotulador negro y colores.</p> <p>Espacio: Aula.</p> <p>Organización: Gran grupo e individual.</p>	<p>En esta sesión, la profesora realizará una clase magistral explicando qué son las emociones, cómo se producen, cómo las experimentamos y ofrecerá herramientas que ayuden a los niños a saber gestionar sus emociones y las de los demás. Por ejemplo: cuando me siento o veo que un compañero está triste puedo interesarme por él, preguntarle si quiere jugar conmigo en el patio, hablar con la profesora...</p> <p>Una vez la maestra haya explicado estos aspectos, se realizará una lluvia de ideas en gran grupo para ver qué experimentan y que sienten cada uno de ellos con las emociones concretas que se vayan planteando al aula.</p> <p>Una vez se haya reflexionado sobre esto y se hayan sacado conclusiones, se realizará en común una tabla periódica con las emociones . Las emociones básicas (alegría, ira, sorpresa, tristeza, asco y miedo) se pintarán de un color más oscuro y las emociones secundarias y derivadas de estas se pintarán del mismo color del que derivan pero en tonos más claros.</p> <p>Asimismo, cada uno de los alumnos realizará la misma tabla pero en una versión más pequeña que pegará con velcro en su mesa. Al lado de esta, se situará un pequeño cartel donde ponga</p>



“Hoy siento...” con una tira de velcro donde los alumnos podrán despegar las emociones de la tabla y pegar en esta tira las que estén atravesando.

De esta manera, si por ejemplo, un alumno se siente triste pero no sabe exteriorizar lo que le ocurre, podrá pegar en su velcro la tristeza y un compañero sabrá lo que le ocurre y como ayudarle en ese momento.

Además, de este modo, la profesora podrá observar y detectar las emociones que surgen en los alumnos y alguna posible situación de riesgo si una emoción negativa persiste en el tiempo.

SESIÓN 2	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<p>Título: Todos somos diferentes.</p> <p>Objetivo: El objetivo de esta actividad es que los alumnos comprendan que todos somos diferentes y esto no es motivo para realizar acoso o excluir a un compañero.</p> <p>Duración: 45 min</p> <p>Materiales: Corto (anexo 3) y tarjetas (anexo 4).</p> <p>Espacio: Aula.</p> <p>Organización: Gran grupo y pequeño grupo</p>	<p>La actividad comenzará mostrando a los alumnos un corto sobre el acoso escolar. Este video trata sobre un erizo que es excluido en clase por sus características. A lo largo de la historia el protagonista se siente desplazado y en consecuencia, muy triste. Finalmente, el resto de los animales encuentran una forma de solucionar este problema y todos terminan siendo amigos.</p> <p>Una vez se haya visto el corto, la profesora se sentará en un círculo junto a los alumnos para que todos puedan verse. En este momento, se dará paso a una reflexión conjunta y se realizarán preguntas como: “¿Qué os ha parecido el video?” o “¿Cómo creéis que se ha sentido el erizo durante la historia?”, entre otras.</p> <p>Una vez concluida la reflexión, dividiremos la clase en pequeños grupos para realizar la siguiente actividad. Una vez la clase este dividida, la profesora sacará unas tarjetas en las cuales se planteará en cada una de ellas una situación diferente que implique una situación de acoso y las repartirá a los diferentes grupos.</p> <p>Estos grupos tendrán que llegar a un acuerdo entre todos y proponer una estrategia para solucionar el problema que les ha tocado, desde el papel del agresor, del agredido o de los testigos y exponerlo delante de sus compañeros.</p>



	<p>De esta manera, los propios alumnos serán los que prepararán estrategias para afrontar este tipo de situaciones y adquirirán herramientas para poder actuar si en alguna ocasión se afrontan a este tipo de circunstancia.</p> <p>La profesora de manera conclusiva podrá mejorar, si es necesario, las propuestas y ofrecer otras alternativas que también puedan resultar útiles.</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SESIÓN 3	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<p>Título: Me haces sentir</p> <p>Objetivo: El objetivo de esta actividad es que los alumnos se animen a realizar actos y expresiones verbales que les reconforten para poder motivarse a ayudar a los demás y contribuir a valores como el amor y la empatía, entre otros.</p> <p>Duración: 45 minutos</p> <p>Materiales: Folios, lápiz y celo.</p> <p>Espacio: Aula</p> <p>Organización: Pequeño grupo</p>	<p>Se dividirá la clase en grupos de 4 personas elegidos aleatoriamente, para así favorecer la integración social de todos los alumnos, y se repartirán unos folios en blanco. La profesora explicara la dinámica de la actividad que van a realizar.</p> <p>En estos folios cada uno de los alumnos tendrá que escribir características de los integrantes de su equipo. Una vez hayan escrito un mínimo de 3 cualidades positivas de cada uno de ellos, deberán de recortar cada una de estas y ponerles celo.</p> <p>La actividad consiste en darle a cada uno de los integrantes su cualidad. Una vez se la ofrezca tendrá que decir, por ejemplo “Me haces sentir feliz porque me ayudas a realizar actividades o ejercicios que me cuesta entender o llevar a la práctica” y en ese momento la persona a la que le ofrecen el papel tendrá que pegárselo en el cuerpo. Seguidamente el alumno que recibe el papel con la cualidad tendrá que responder lo que siente y piensa al respecto, por ejemplo “Gracias por tus palabras, me siento alegre por saber que te ayudo”.</p> <p>De esta manera, fomentaremos la expresión verbal sobre estados emocionales y además, ayudaremos a que los alumnos se sientan motivados con las acciones que realizan.</p>

SESIÓN 4	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<p>Título: Las cajas de las emociones.</p> <p>Objetivo: El objetivo de esta sesión es que, mediante un aprendizaje cooperativo, herramienta que ayuda al rendimiento académico de los niños, y el conocimiento de las emociones los niños trabajen en equipo para conocer mejor estas, representarlas con su propio cuerpo y entender situaciones en las que se pueden producir.</p> <p>Duración: 45 min</p> <p>Materiales: Video YouTube (anexo 5), cajas y tarjetas (anexo 6).</p> <p>Espacio: Aula y jardín.</p> <p>Organización: Gran grupo y pequeño grupo.</p>	<p>En primer lugar, se hará una breve introducción sobre el trabajo cooperativo y los roles que existen dentro de este. Se mostrará un breve video infantil acerca de lo que significa trabajar en equipo y se desarrollará la función que tiene cada uno.</p> <p>Una vez esto se ha llevado a cabo, se dejará un tiempo para que los niños, en pequeños grupos, establezcan roles diferentes para la actividad que vamos a realizar.</p> <p>Seguidamente, saldremos al jardín o a algún sitio del centro donde haya naturaleza. En este lugar, cada equipo se pondrá en un sitio diferente y les ofreceremos una caja en la cual habrá carteles con diferentes emociones. Cada miembro del equipo tendrá un rol previamente definido por lo tanto, siguiendo estos roles tendrán que crear e interpretar un pequeño teatro en el cual representen una situación que desencadene esta emoción. Por ejemplo, si están sorprendidos pueden representar una fiesta de cumpleaños sorpresa.</p>

SESIÓN 5	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<p>Título: La historia de Rhinka.</p> <p>Objetivo: El objetivo de esta actividad es que los niños reflexionen sobre la igualdad. Para conseguir que se lleve a cabo este objetivo, se realizará una reflexión conjunta en la que los niños tengan que empatizar con la protagonista de la historia y dar argumentos y soluciones a las reflexiones propuestas.</p> <p>Duración: 45 minutos.</p> <p>Materiales: Historia de Rhinka (anexo 7), papel y lápiz.</p> <p>Espacio: Aula.</p> <p>Organización: Gran grupo e individual.</p>	<p>En primer lugar, se realizará una lectura en voz alta de la historia de Rhinka y seguidamente se dejarán unos minutos para que cada alumno lea de forma individual en voz baja la breve historia y hagan una relectura reflexiva de manera que interioricen el mensaje.</p> <p>La profesora se sentará formando un círculo con los alumnos de la clase y comenzará a realizar preguntas como : ¿Cómo te sentirías si fueras Rhinka? o ¿Crees que es posible que la protagonista llegue a ser maestra? entre otras.</p> <p>La profesora reflexionará con los alumnos y atenderá las posibles preguntas y reflexiones que surjan ofreciendo ayuda y herramientas para que los alumnos expresen lo que piensan y sienten con seguridad.</p> <p>Seguidamente, la profesora propondrá una pregunta a la que tendrán que responder por escrito, la cual es “¿Cómo ayudarías a Rhinka si fuera tu amiga?”. Una vez todos hayan escrito sus respuestas, se pondrán en común de forma reflexiva y se llegarán a conclusiones comunes.</p>

SESIÓN 6	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<p>Título: Todos somos iguales</p> <p>Objetivo: El objetivo de esta actividad es poner a los alumnos en una situación injusta para que reflexionen sobre ella y aporten soluciones para así poder prevenirla y combatirla.</p> <p>Duración: 45 minutos</p> <p>Materiales: puzle (anexo 8), tarros y caramelos.</p> <p>Espacio: Aula.</p> <p>Organización: Gran grupo e individual.</p>	<p>La profesora realizará un círculo en el aula y se sentará junto a todos los alumnos, de manera que todos se puedan ver las caras.</p> <p>En este momento la profesora aleatoriamente escogerá a un niño y a una niña y lo pondrá en el centro del círculo. Cuando ambos estén dentro les mostrará un puzle, les dirá que tienen que construir el puzle, ayudándose uno al otro.</p> <p>Los alumnos tendrán que conseguir que se forme el puzle y cuando lo hayan finalizado se les ofrecerá un premio como recompensa. En esta ocasión, se le ofrecerá un bote lleno de caramelos al niño y un bote lleno a la mitad de los caramelos a la niña. Seguido de esto se les realizarán las siguientes preguntas a ambos niños y al resto de los alumnos: “¿Creéis que son justos los premios?”, “Ambos han trabajado por igual y ¿han obtenido la misma recompensa?”, entre otras. A continuación, se escogerá de nuevo un niño y a una niña aleatoriamente y se planteará la misma situación. Cuando hayan conseguido resolver el puzle, le ofreceremos al niño un tarro que este lleno a la mitad de los caramelos y a la niña un bote completamente lleno. En este momento, se volverán a realizar las mismas preguntas a modo de reflexión.</p>



Cuando se hayan resuelto estas preguntas y se haya llegado a una conclusión conjunta de que no han obtenido las mismas recompensas por hacer el mismo trabajo, se planteará la siguiente cuestión: “Entonces, ¿cómo lo solucionaríais vosotros?”. De esta manera, incitaremos al alumnado a que planteen posibles respuestas y soluciones para abordar situaciones de desigualdad entre hombres y mujeres. La profesora podrá ayudar y plantear soluciones si fuera necesario.

5.5 Evaluación

Durante la realización de esta programación didáctica se realizará un seguimiento del proceso de los alumnos en sus competencias emocionales y en su relación interpersonal con los alumnos.

Esta evolución se apreciará a través de la siguiente rubrica individual con la que se evaluará este proceso :

Sesión 1	Si	No	Observaciones
Valora y reconoce sus emociones.			
Utiliza el juego para expresar sus emociones y sentimientos.			
Realiza la actividad con el fin de poner en práctica la herramienta.			
Sesión 2	Si	No	Observaciones
Identifica la influencia de las emociones y los sentimientos en las personas y en él mismo.			
Reconoce la causa de un problema.			
Propone soluciones para los problemas planteados.			
Recoge las aportaciones de las demás personas con el fin de mejorar.			
Sesión 3	Si	No	Observaciones
Expresa con palabras sus estados emocionales.			

Nombra adecuadamente las emociones y las atribuye a sus compañeros.			
Valora la amistad que le ofrecen sus compañeros.			
Escucha los estados emocionales de su interlocutor.			
Comprende la relación de su comportamiento con su forma de expresión.			
Dialoga y comparte sus pensamientos expresando sus gustos.			
Trabaja cooperativamente juntos a sus compañeros.			
Sesión 4	Si	No	Observaciones
Expresa emociones y sensaciones mediante la expresión corporal.			
Reconoce las emociones representadas.			
Valora la amistad que le ofrecen sus compañeros.			
Trabaja desde el respeto aportando ideas al equipo.			
Trabaja cooperativamente junto a sus compañeros.			
Sesión 5	Si	No	Observaciones
Participa y reflexiona en proyectos colectivos con el fin de mejorar la convivencia.			
Identifica los problemas que surgen en una sociedad.			
Reconoce conductas positivas que respetan y protegen la igualdad entre niños y niñas.			
Muestra una actitud amistosa y ofrece ayuda.			



Sesión 6	Si	No	Observaciones
Argumenta su pensamiento mediante razonamientos sencillos.			
Expresa sus ideas para poder obtener soluciones concretas.			
Encuentra desigualdades en la actividad planteada.			
Propone soluciones coherentes.			

La lista de chequeo previamente planteada tiene como objetivo evaluar este proceso en el momento puntual en el que se realizan dichas actividades. Sin embargo, se plantea la siguiente rúbrica para evaluar de manera procesual si los objetivos se van adquiriendo a lo largo del tiempo y del curso.

Sesión 1				
Reconoce sus emociones.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Es capaz de expresar sus emociones y sentimientos reconociendo como se manifiestan en su cuerpo.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Hace uso de las herramientas ofrecidas cuando se enfrenta a una situación de riesgo.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Participa y reflexiona en proyectos colectivos con el fin de mejorar la convivencia.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Sesión 2				
Identifica la influencia de las emociones y los sentimientos en las personas y en él mismo.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Reconoce la causa de un problema.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Actúa en consecuencia de sus actos.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Hace uso de las herramientas ofrecidas cuando se enfrenta a una situación de riesgo.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca

Es capaz de tomar mejores decisiones para solucionar un problema.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Sesión 3				
Expresa con palabras sus estados emocionales.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Nombra adecuadamente sus experiencias personales.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Escucha los estados emocionales de su interlocutor.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Comprende la relación de su comportamiento con su forma de expresión.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Dialoga y comparte sus pensamientos expresando sus gustos.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Sesión 4				
Expresa emociones y sensaciones mediante la expresión corporal.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Reconoce las emociones representadas.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Trabaja cooperativamente junto a sus compañeros.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Sesión 5				
Participa y reflexiona en proyectos colectivos con el fin de mejorar la convivencia.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Identifica los problemas que surgen en una sociedad.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Reconoce conductas positivas que respetan y protegen la igualdad entre niños y niñas.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca

Muestra una actitud amistosa y ofrece ayuda.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Argumenta su pensamiento mediante razonamientos sencillos.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Sesión 6				
Identifica e interpreta elementos de su entorno personal, familiar y natural para representar sus emociones.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca
Es capaz de representar sus acciones, ideas y emociones de forma intencionada mediante un lenguaje visual.	Siempre	Con frecuencia	En ocasiones	Nunca

6. CONCLUSIONES

En primer lugar, he de aclarar que esta Programación Didáctica que forma parte de este Trabajo de Fin de Grado no se ha podido llevar a la práctica, aunque en un futuro estoy segura de que la aplicaré en un aula. Por este motivo, las conclusiones que se van a desarrollar no proceden de resultados concretos. Pese a esto, estos resultados son fruto de cuatro años de prácticas en centros escolares partiendo de realidades muy distintas entre ellos. En estos centros he podido experimentar y crecer en diversos contextos, por lo cual se ha tenido en cuenta el entorno de una clase del mismo modo que se ha tenido en cuenta los obstáculos o limitaciones que pueden surgir en la ejecución de esta.

Por un lado, cabe destacar que haciendo referencia a la investigación bibliográfica de este trabajo se ha podido indagar y se han sacado conclusiones muy importantes que anteriormente desconocía, así como conocer estrategias para la resolución de conflictos o descubrir herramientas para saber gestionarse emocionalmente. También han aparecido diversas dificultades a lo largo de este trabajo. Por un lado, la elección del tema escogido ha generado en mí ciertas dudas, puesto que desde el primer momento tenía claro sobre qué quería hacer el trabajo pero no hacía donde quería enfocarlo, es decir, sobre aquello en lo que quería profundizar. Por otro lado, la elaboración del marco teórico también ha generado varias dificultades, puesto que su realización ha supuesto más tiempo de lo esperado. Asimismo, también ha resultado complicado afrontarme a la redacción de este ya que desconocía la forma de redactarlo, hasta que poco a poco he podido aprender y llevarlo a cabo.

Por otro lado, centrándonos en los objetivos propuestos para este trabajo, he de mencionar que todos se han podido cumplir. Además, en cuanto a los objetivos de la programación también reúne todos los objetivos, tanto el general como los específicos. Todas las actividades se han podido elaborar tal y como se esperaba, haciendo uso de técnicas de las que se había indagado en el marco teórico de este trabajo. Es cierto, que si tuviera que volver a hacer este trabajo tal vez usaría metodologías más innovadoras que pienso que pueden favorecer el aprendizaje y resultan más novedosas, así como el aula invertida, más conocida como *Flipped Classroom* o el Autoaprendizaje.

Finalmente, cabe destacar que la realización de este Trabajo Final de Grado ha permitido que como futura docente, conozca en profundidad la necesidad de integrar una educación emocional competente en el aula. Por lo que esta propuesta puede ayudar tanto a los alumnos, para obtener un



aprendizaje íntegro como para los docentes, ya que pueden hacer uso de esta programación para llevar a una realidad en su aula.

7. REFERENCIAS

- Bacete, F. J. G., Barreda, A. R., Rojas, I. M., y Perrin, G. M. (2013). El aprendizaje de la amistad en la Educación Primaria. Un procedimiento intensivo para ayudar a los niños rechazados a hacer amigos. *Apuntes de Psicología*, 31(2), 155-163.
- Barrantes-Elizondo, L. (2016). Educación emocional: El elemento perdido de la justicia social. *Revista Electrónica Educare*, 20(2), 491-500.
- Barriga, A. Díaz, F., y Hernández, G. (1998). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo: una interpretación constructivista. México: McGraw-H
- Bericat, E (2012). Emociones. Sociopedie.isa, 1-13.
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Berndt, T.J., y McCandless, M.A. (2009). Methods for Investigating Children's Relationships with Friends.
- Berrocal, F., y Díaz, R. (2002). La regulación de las emociones. *Corazones inteligentes*, 449-476.
- Bierman, K. L. (2004). *Peer rejection: Developmental processes and intervention strategies*. Guilford Press.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona : Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Bisquerra, R., y Fernández, M. (2011). *Educación Emocional y bienestar*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Bukowski, W. M., Motzoi, C., y Meyer, F. (2009). Friendship as process, function, and outcome. *Handbook of peer interactions, relationships, and groups*, 217-231.
- Calvo, T. (1999). La concepción aristotélica de la amistad. *Madrid, España: Gredos*.
<http://antiqua.gipuzkoakultura.net/pdf/calvo9.pdf>

Candial, A. F. (2022, 28 marzo). Las niñas afganas se quedan sin educación [Comunicado de prensa]. <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20220328/8152755/educacion-ninas-afganistan-talibanes.html> Carpena, A. (2008). Emociones y salud. *Aula de Innovación Educativa*, 173-174 (pp. 61-64).

Casassus, J. (2017). Una introducción a la Educación Emocional. *Revista latinoamericana de políticas y administración de la educación*, (7), 121-130. <http://revistas.untref.edu.ar/index.php/relapae/article/view/84>

Cepa Serrano, A., Heras Sevilla, D., y Lara Ortega, F. (2016). Desarrollo emocional: evaluación de las competencias emocionales en la infancia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 75 *Emotion: current issues and future directions* (pp. 123-151). Nueva York: Guilford Press.

Constitución Española. (1978). «BOE» núm. 311. [https://www.boe.es/eli/es/c/1978/12/27/\(1\)/con](https://www.boe.es/eli/es/c/1978/12/27/(1)/con).

Declaración Universal de Derechos Humanos. (1948). <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>

Domingo, J. (2008). El aprendizaje cooperativo. *Cuadernos de trabajo social*, 21, 231-246. <https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/download/CUTS0808110231A/7531>

Fernández Abascal, E. G., et al. (2003). *Emoción y motivación humana. La adaptación humana*. Barcelona. Ramón Areces.

Fernández-Berrocal, P., y Pacheco, N. E. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6. <https://rieoei.org/RIE/article/view/2869>.

Fernández, G. C. (2003). La inteligencia emocional. *Revista Costarricense de Trabajo Social*, (15).

Fredrickson, B. L. y Branigan, C. (2000). Positive emotions. En T. J. Mayne y G. A. Bonanno (Eds.)

Fuentes Rebollo, M.J. y Melero Zabal, M.A. (1992). Las amistades infantiles: desarrollo, funciones y pautas de intervención en la escuela. *Revista Investigación en la Escuela*, 16, 55-67. <https://idus.us.es/handle/11441/59480>.

Furman, W., y Bierman, K. L. (1984). Children's conceptions of friendship: A multimethod study of developmental changes. *Developmental psychology*, 20(5), 925.

García Bacete, F. J., y Doménech Betoret, F. (1997). Motivación, aprendizaje y rendimiento escolar. <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/158952>.

García Bacete, F.J., Rubio Barreda, A., Milián Rojas, I. y Marande Perrin, G. (2013). El aprendizaje de la amistad en la Educación Primaria. Un procedimiento intensivo para ayudar a los niños rechazados a hacer amigos. *Apuntes de Psicología*, 31 (2), 155-163. <http://apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/318>

García Pérez, M. D. C. (2016). Emociones positivas, pensamiento positivo y satisfacción con la vida.

García Retana, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista educación*, 36(1), 1-24. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>

García, B, F, J. Rubio Barreda, A., Milián, R,I. y Marande P,G. (2013) El aprendizaje de la amistad en la Educación Primaria. *Un procedimiento intensivo para ayudar a los niños rechazados a hacer amigos*, 31(2), 155–163. <https://apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/318>

García, P, A. (2007). La educación emocional, un beneficio para la escuela, la persona y la sociedad.

Gil-Olarte, P. Palomera, R., y Brackett, M. (2006). ¿ Se perciben con inteligencia emocional los docentes? Posibles consecuencias sobre la calidad educativa. *Revista de Educación*, 341, 687-703. http://www.ince.mec.es/revistaeducacion/re341/re341_28.pdf

Goleman D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Vergara Editor, S.A. Buenos Aires, Argentina.

Hartup, W. W., y Moore, S. G. (1990). Early peer relations: Developmental significance and prognostic implications. *Early childhood research quarterly*, 5(1), 1-17.

Jiménez, G. G., y Raméntol, S. V. (2017). La amistad elemento clave de la comunicación y de la relación. *Revista de la SEECI*, (44), 15-31.

Leiva, A. C. (2010). Importancia de la coeducación en los centros educativos. *Pedagogía magna*, (8), 39-45.

López, R. (2011). *La coeducación en primaria*. Adice.

Manzanedo, M. F. (1994). La amistad según santo Tomás. *Angelicum*, 71(3), 371-426.

Martínez, V. G., Sala, A. G., y Sandoval, R. D. M. (2017). El tránsito de las emociones en la acción colectiva. Análisis del discurso de los jóvenes de Yo Soy 132. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, (22).

Mestré, J., Guil, R., y Brackett, M. (2008). Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey. *Motivación y emoción*, 407-438.

Montañés, M. C. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. *Universidad de Valencia*, 3

Morelato, G., Maddio, S., y Medina, J. L. V. (2011). Autoconcepto en Niños de Edad Escolar: El papel del maltrato infantil. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 20(2), 151-159.

Moreno, J. y Resett, (2011). La calidad de la amistad en niños de edad escolar. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Muñoz-Prieto, M. del M. (2017). Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar. *EA, Escuela Abierta*, 20(1), 35-46.

Musri, S. (2012). Acoso escolar y estrategias de prevención en educación escolar básica y nivel medio.

Nages, J. L. S., Chica, Ó. D., Escolano-Pérez, E., y Martínez, A. R. (2018). Inteligencia emocional y bienestar III. Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones. *Zaragoza: Ediciones Universidad de San Jorge*.

Navarro, R. E. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*.

Navas, M. D. C. O. (2010). La educación emocional y sus implicaciones en la salud. *Revista Española de orientación y psicopedagogía*, 21(2), 462-470.

Nicolás, J. (2011). Acoso escolar. *Archivos de criminología, seguridad Privada y Criminalística*, (7), 2-3. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5255301>

Núñez, J. C. (2009). Motivación, aprendizaje y rendimiento académico. In Trabajo presentado en el X Congreso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia. *Braga, Portugal*, 41-67.

Peralta F. J., y Sánchez, M. D. (2003). Relaciones entre el autoconcepto y el rendimiento académico, en alumnos de Educación Primaria.

Pérez, N., y Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & saber*, 10(24), 23-44.

Pironio, E. (1957). Reflexiones sobre la amistad. *Sapientia*, 12(43). Recuperado de : https://surco.org/sites/default/files/cuadmon/disponible_disponible-forma-gratuita/cuadernos-monasticos-19-1900.pdf

Real Academia Española [RAE]. En Diccionario de la lengua Española. Recuperado en 18 de mayo de 2022, de <https://dle.rae.es/amistad?m=form>

Real Academia Española [RAE]. (s. f.). En Diccionario de la lengua española. Recuperado en 4 de mayo de 2022, de <https://dle.rae.es/emoción>

Real Academia Española [RAE]. (s.f). En Diccionario de la lengua Española. Recuperado en 20 de abril de 2022, de <https://dle.rae.es/amistad?m=form>

Real Decreto N°52. Real Decreto, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria (01 de marzo de 2014). https://dogv.gva.es/datos/2014/07/07/pdf/2014_6347.pdf

Rodríguez, J. A. P., Linares, V. R., González, A. E. M., y Guadalupe, L. A. O. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma psicológica*, 16(2), 85-112.

Roldán, C. M. (2009). Grupos escolares en situación de riesgo. *Csif*.

Santander, O. A. E. (2011). El rendimiento académico, un fenómeno de múltiples relaciones y complejidades. *Revista vanguardia psicológica clínica teórica y práctica*, 2(2), 144-173.

Santrock, J. W. (2002). *Psicología de la educación*.

Sullivan H. S. (1953). *Interpersonal theory of psychiatry*. Nueva York: Norton.

Sutil, C. R. (2013). ¿Qué es una emoción? Teoría relacional de las emociones. *Clínica e Investigación relacional*, 7, 348-372.
https://www.psicoterapiarelacional.com/Portals/0/eJournalCeIR/V7N2_2013/10-Rodriguez-Sutil_QUE-es-una-emocion_CeIR_V7N2.pdf

Tena, M. J. F., Almadhkhori, H. A., y Blanco, Á. C. (2008) La intervención con adolescentes: un programa de emociones e igualdad de género.

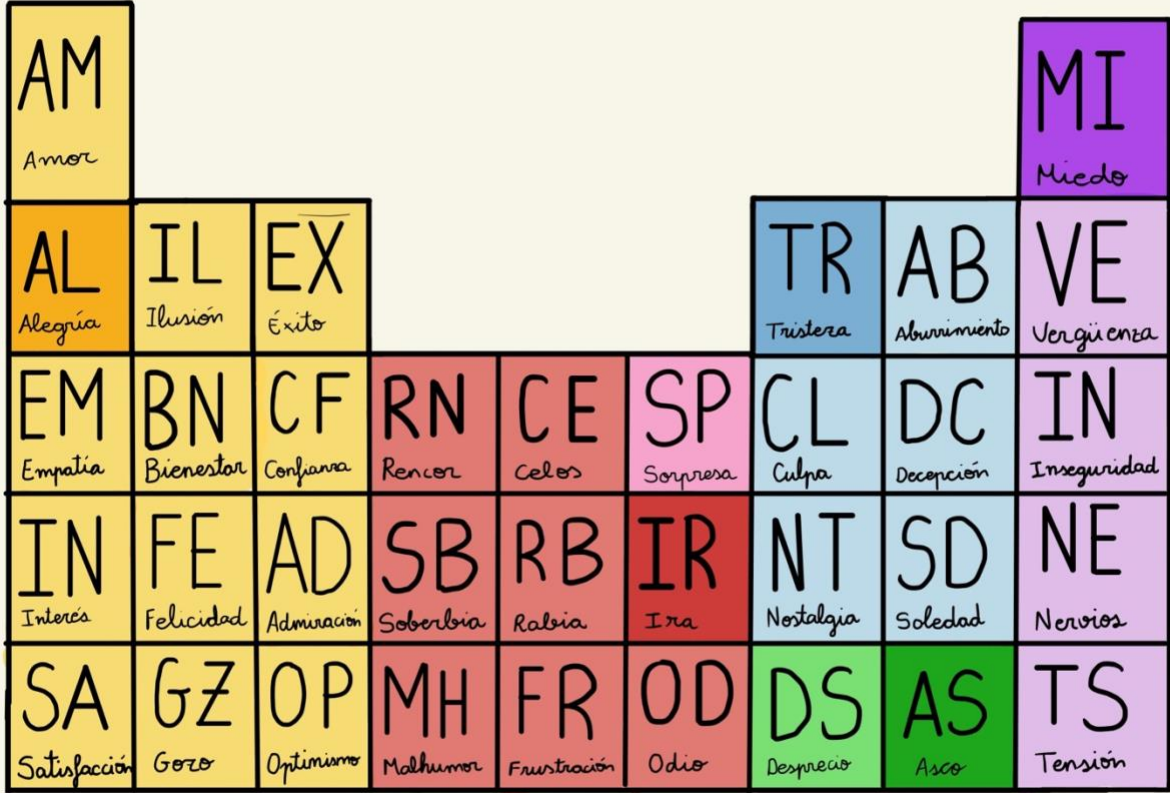
Torres, R. M. (2006) Derecho a la educación es mucho más que acceso de niños y niñas a la escuela. In *Ponencia presentada en el X Congreso Nacional de Educacion Comparada ‘‘El derecho a la educacion en un mundo globalizado’’*, Sociedad Espanola de Educacion Comparada, San Sebastian, Espana (6-8).

Unesco. (2015). *Replantear la educación. ¿Hacia un bien común mundial?* París: Unesco.

Valverde, A. A., y Chavarría, G. C. (2002). La motivación: Una actividad inicial o un proceso permanente. *Pensamiento actual*, 3(4).

8. ANEXOS

Anexo 1.



AM Amor								MI Miedo
AL Alegria	IL Ilusion	EX Éxito				TR Tristeza	AB Aburrimiento	VE Vergüenza
EM Empatia	BN Bienestar	CF Confianza	RN Rencor	CE Celos	SP Sorpresa	CL Culpa	DC Decapcion	IN Inseguridad
IN Interés	FE Felicidad	AD Admiración	SB Soberbia	RB Rabia	IR Ira	NT Nostalgia	SD Soledad	NE Nervios
SA Satisfacción	GZ Gozo	OP Optimismo	MH Malhumor	FR Frustración	OD Odio	DS Desprecio	AS Asco	TS Tensión

Figura 1. Tabla periódica de las emociones. Elaboración propia.



Anexo 2.

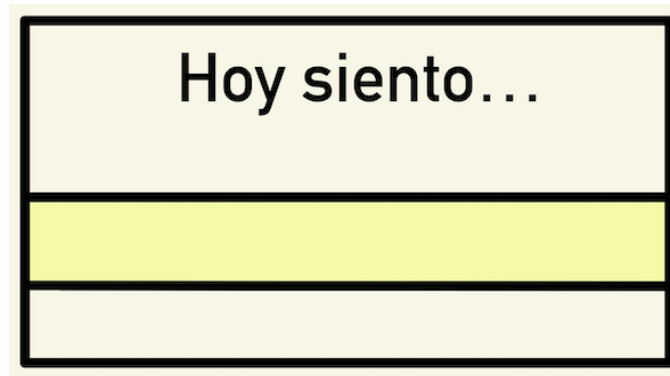


Figura 2. Cartel "Hoy siento...". Elaboración propia.

Anexo 3.

Video sobre el acoso escolar: <https://www.youtube.com/watch?v=mcWXvFC45hc>

Anexo 4.

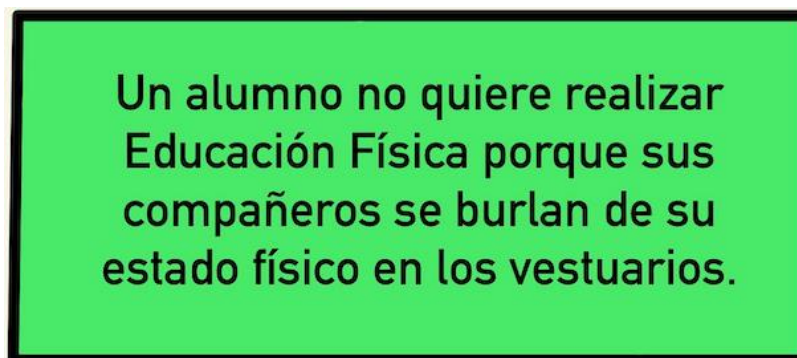


Figura 3. Tarjeta sobre una situación. Elaboración propia.

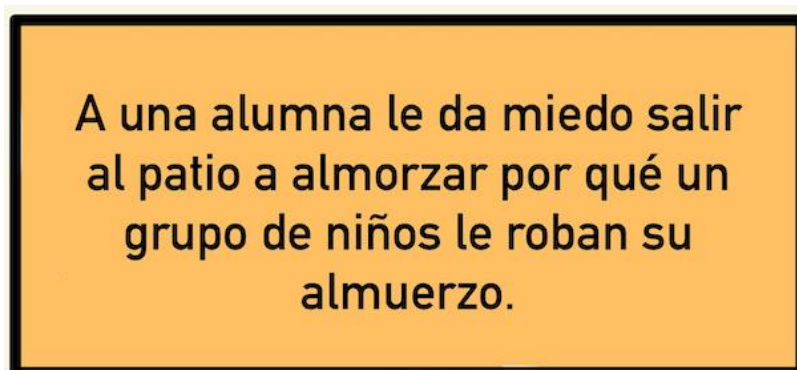


Figura 4. Tarjeta sobre una situación. Elaboración propia.



**Llaman a un niño “cuatrojos”
por llevar gafas.**

Figura 5. Tarjeta sobre una situación. Elaboración propia.

**Ridiculizan a una niña en clase
por el tipo de vestuario que lleva.**

Figura 6. Tarjeta sobre una situación. Elaboración propia.

**En el patio han
dejado a un niño/a
de lado y no tiene
con quien jugar.**

Figura 7. Tarjeta sobre una situación. Elaboración propia.



Un alumno de clase no va a una excursión porque no se siente cómodo con sus compañeros.

Figura 8. Tarjeta sobre una situación. Elaboración propia.

Anexo 5.

Video sobre los roles de trabajo cooperativo : <https://www.youtube.com/watch?v=XpJ6FffG8L0>

Anexo 6.

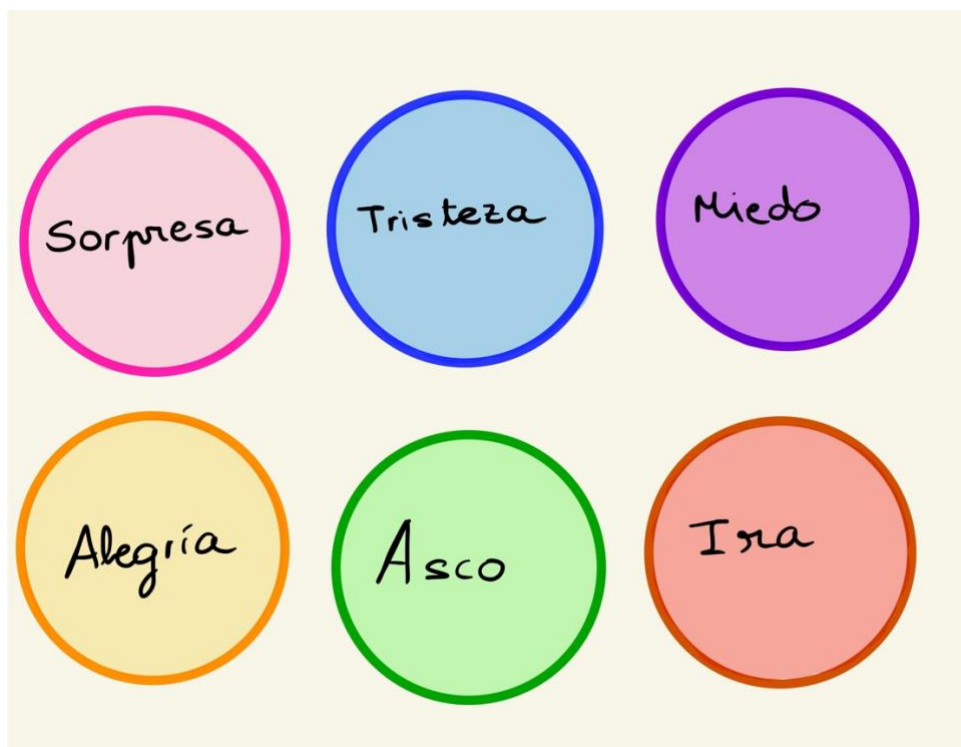


Figura 9. Tarjeta representación de las emociones. Elaboración propia.



Figura 10.. Tarjeta representación de las emociones. Elaboración propia.



Anexo 7.

Ponte en el lugar de Rhinka, una niña que vive en Ghana (África).

Imagínate ser ella, como un día cualquiera, asistes a clase en el colegio de tu aldea. A ti te gustaría seguir estudiando en el futuro, y de mayor ser maestra, pero te lo están poniendo difícil. Para empezar, tienes que madrugar más que tus compañeros, porque tú y las otras niñas tenéis que limpiar la clase y las letrinas antes de que empiece la jornada. En el patio, las chicas tenéis que ir a por agua a la fuente más próxima para abastecer la escuela y la casa del maestro. En esta tarea perdéis una hora y media, mientras que los chicos dedican este tiempo a jugar al fútbol o a descansar. Para colmo, el profesor no dedica casi nada de tiempo a las niñas porque piensa que no merece la pena esforzarse en vosotras ya que según él, vuestro único futuro es casaros lo antes posible. Después de las clases, tus compañeras se quedan jugando en la aldea pero tú debes volver a casa para ayudar a las mujeres a preparar la comida, limpiar la casa, hacer la colada y cuidar de tus hermanos y hermanas más pequeños. Cuando has acabado esas tareas ya es de noche. No te ha dado tiempo a hacer los deberes y mañana el maestro seguramente te castigará por ello.

Figura 11. La historia de Rhinka.



Anexo 8

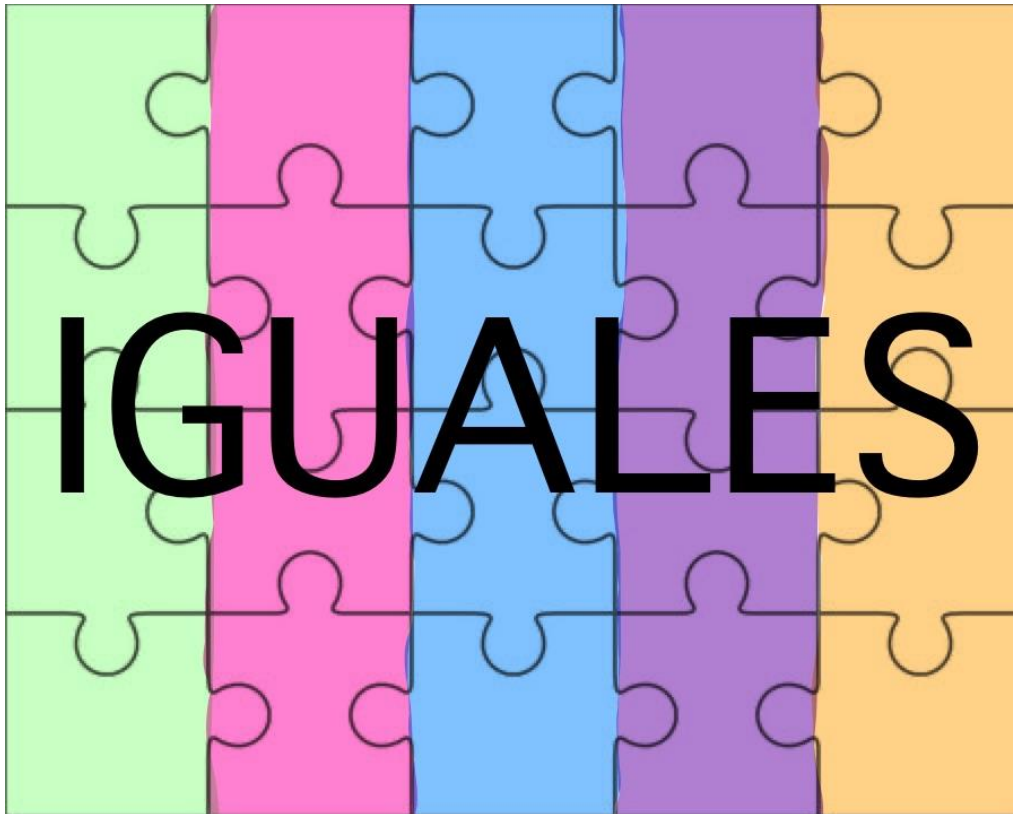


Figura 12. Puzle. Elaboración propia.