

# TRABAJO DE FIN DE GRADO



## LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACION EMOCIONAL EN LAS ESCUELAS: EDUCAR EN LAS EMOCIONES.

Universidad de Sevilla, Facultad Ciencias de la Educación

**Titulación:** 4º Pedagogía

**Curso:** 4º

**Autora:** Lorena Martín Párraga

**Tutor:** Patricia Villaciervos Moreno

**Fecha:** 15/06/2020

## **AGRADECIMIENTOS**

Este mi trabajo de investigación, el cual ha constituido un enriquecimiento en mi formación personal y profesional, no habría sido posible sin la voluntariedad de todo el colectivo que se ha visto inmerso en este proceso, el equipo de docentes pertenecientes al CEIP Manuel Canela, comprometidos estos con dicha investigación, pese a las dificultades acaecidas actualmente, sabiendo responder a las demandas que este exigía, logrando la obtención de los resultados que se ajustan a los objetivos perseguidos en dicho trabajo; el poder visibilizar las buenas prácticas del centro en materia de educación emocional.

Agradecer, la implicación, compromiso y ayuda constante por parte de mi tutora de TFG, Patricia Villaciervos Moreno, quien se ha asegurado en todo momento, de su correcta evolución, animándome y motivándome pese a las dificultades que se presentaban, viéndose su esfuerzo reflejado a lo largo de este mi trabajo de fin de grado.

Finalmente agradecer a mi familia, quienes constituyen el pilar fundamental de mi enriquecimiento personal, al apostar desde mis inicios por mi formación, y a quienes debo todos mis logros.

*“Enseñar es, aprender. Aprender antes, aprender durante, aprender después y aprender con el otro” (Litwin,1997, p 16)*

## **RESUMEN**

El presente estudio, constituye una aproximación a la investigación educativa en lo referente al mundo de la Educación Emocional. Dicho tema fue elegido con el objetivo de constatar la importancia de implementar la educación emocional en las aulas para el correcto desarrollo integral del alumno.

Para ello, se ha llevado a cabo un estudio de caso único, centrándonos en una muestra concreta a estudiar; el centro educativo CEIP Manuela Canela, por su experiencia y extendida implicación en materias relacionadas con las emociones.

Se ha aplicado a lo largo del estudio una metodología descriptiva de carácter cuantitativo y cualitativo, a través de diferentes técnicas de recogida de datos, de manera que fuésemos capaces de alcanzar nuestro objetivo; poder visibilizar las buenas prácticas en materia de educación emocional llevadas a cabo en dicho centro, a través de la opinión docente, y con ello el que este centro sirva de modelo a seguir por otras instituciones educativas.

**Palabras clave:** Educación emocional, desarrollo integral, aulas, buenas prácticas, opinión docente.

## **ABSTRACT**

The present study constitutes an approach to educational research regarding the world of Emotional Education. This topic was chosen with the objective of making people aware of the importance of implementing emotional education in the classroom.

For this purpose, a unique case study has been carried out, focusing on a specific sample to be studied; the educational centre CEIP Manuela Canela, due to its experience and extensive involvement in subjects related to emotions.

Throughout the study, a descriptive, quantitative and qualitative methodology has been used, due to its peculiarity as it is a unique case study, through different data collection techniques, so that we were able to achieve our objective: to be able to make visible the good practices in emotional education carried out in this centre, through the teachers' opinion, and with this, that this centre serves as a model to be followed by other educational institutions.

**Keywords:** Emotional education, all-round development, classrooms, good practices, teacher's opinion.

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>2. JUSTIFICACIÓN .....</b>	<b>3</b>
<b>3. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>5</b>
<b>3.1 Evolución histórica de las emociones.....</b>	<b>5</b>
3.1.1 ¿Qué son las emociones?.....	6
3.1.2 ¿Cómo se producen las emociones? .....	10
3.1.3 ¿Qué funciones tienen las emociones? .....	10
3.1.4 Clasificación de las emociones.....	11
<b>3.1.5 Educación emocional.....</b>	<b>12</b>
3.1.6 Importancia educación emocional .....	13
3.1.7 Objetivos educación emocional.....	15
3.1.8 Emociones y educación .....	16
3.1.9 La educación emocional en el Currículum .....	17
3.1.10 Importancia de la educación emocional en la docencia .....	18
3.1.11 La educación emocional desde la pedagogía.....	22
3.1.12 Aspectos relacionados con las emociones: competencia emocional, habilidades emocionales e inteligencia emocional.....	22
<b>4. OBJETIVOS Y DISEÑO.....</b>	<b>26</b>
<b>4.1.1 Objetivos .....</b>	<b>26</b>
<b>4.1.2 Diseño de la investigación .....</b>	<b>26</b>
<b>5. METODOLOGÍA .....</b>	<b>27</b>
<b>5.1.1 Instrumento.....</b>	<b>27</b>
<b>5.1.2 Técnicas de recogida de datos .....</b>	<b>29</b>
5.1.2.1 Observación .....	29
5.1.2.2 Entrevista .....	30
5.1.2.3 Cuestionario.....	30
<b>5.1.3 Trabajo de campo.....</b>	<b>31</b>
<b>5.1.4 Análisis de datos .....</b>	<b>32</b>
<b>6. RESULTADOS.....</b>	<b>34</b>

<b>7. CONCLUSIONES, IMPLICACIONES Y LIMITACIONES .....</b>	<b>54</b>
<b>8. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>55</b>
<b>9. ANEXOS .....</b>	<b>59</b>
<b>9.1.1 Anexo 1- cuestionario.....</b>	<b>59</b>
<b>9.1.2 Anexo 2: entrevistas .....</b>	<b>68</b>

## 1. INTRODUCCIÓN

La sociedad de hoy en día, debido a los nuevos avances en tecnologías e informática, intercambios culturales, modernización de los sistemas educativos, viene demandando una nueva escuela orientada hacia el futuro, que dedique especial interés a la formación tanto de los docentes como del alumnado en base a la importancia de la educación emocional.

En los últimos años, se ha demandado la necesidad de afrontar la educación, no únicamente como un instrumento relacionado con la necesidad de adquirir contenidos y desarrollar competencias cognitivas, sino que a su vez demanda la creación de un espacio donde se contribuya a la formación integral de los alumnos. Este tipo de formación se orienta hacia el favorecimiento y el reforzamiento de los valores del ser humano.

Cada vez es más importante que los profesionales de la educación se vuelquen en la labor de fomentar en sus alumnos la necesidad de educar en valores, metas, cualidades, etc., que permitan a estos resolver cada uno de los problemas que actualmente se encuentran a la orden del día en nuestra sociedad. Problemas tales como, la falta de conocimiento en el alumnado en relación con sus propias emociones y sentimientos.

Es por ello, qué en la actualidad, este cambio de actuación se ha visto implementada y priorizada como uno de los objetivos primordiales en campos de investigación científica, y en especial en la investigación educativa.

Muchos de nosotros, alguna vez en nuestra vida, habremos escuchado hablar sobre educación emocional, pero ¿realmente somos conscientes de su importancia para el desarrollo de la humanidad?

La educación emocional, como parte de la innovación educativa, trata de responder a las necesidades sociales no atendidas en el proceso de aprendizaje. Bisquerra (2003, p.8).

Debido a estas demandas, durante el desarrollo de este trabajo de Fin de Grado, cuya temática principal se basará en la educación de las emociones, nos centraremos en visibilizar las buenas prácticas del colegio CEIP Manuel Canela en materia de Educación emocional por ser un centro de reconocido prestigio en el área objeto de estudio en Andalucía. Para ello, en primer lugar, llevaremos a cabo un recorrido histórico sobre el concepto de las emociones, su relación con la educación, los modelos que existen de las

mismas y los objetivos que esta pretende alcanzar en las escuelas; concretamente se pretende conocer la importancia de su aplicación dentro del sistema escolar en Andalucía.

En segundo lugar, en esta propuesta de investigación, realizaremos un estudio de caso único, en el centro educativo C.E.I.P Manuel Canela, donde nos centraremos en analizar la importancia de la aplicación de los programas en educación emocional, actualmente vigentes en el centro y las mejoras que este produce en las aulas desde su implementación. De manera que seamos capaces de visibilizar las buenas prácticas en educación emocional que se desarrollan en el centro. Por ello, será preciso conocer tanto el grado de satisfacción, como la importancia que tiene para el profesorado la Educación Emocional.

Finalmente, se llevará a cabo una recogida de información cualitativa y cuantitativa a través de diferentes técnicas e instrumentos de recogida de datos, tales como: cuestionarios, entrevistas, análisis documentales, grupos de discusión y/o técnicas de observación. Nos centraremos en los diferentes programas aplicados y cómo estos han logrado obtener unos resultados positivos y constructivos. Después de analizar los datos recogidos, realizaremos una evaluación sobre el alcance que este tiene, su validez para ayudar a los alumnos a desarrollar la Educación Emocional, así como las dificultades surgidas a lo largo del estudio.

Por consiguiente, se conocerá, desde la experiencia propia, la opinión de los docentes sobre la importancia de desarrollar materias en base a la Educación Emocional en las aulas, siendo esta tan necesaria para el futuro desempeño de la formación académica, facilitando de esta forma la creación de una escuela orientada al cambio.

Es fundamental la formación de profesores emocionalmente inteligentes que, a través de sus conocimientos y vivencias, sean capaces de enseñar, reconocer, controlar y transmitir adecuadamente cada una de las emociones dentro del aula, enriqueciendo de esta forma la formación del alumnado. Por tanto, las escuelas deben ayudar en este proceso de desarrollo emocional, dando la posibilidad al alumno de adquirir y aplicar sus conocimientos sin dejar a un lado sus emociones.

## **2. JUSTIFICACIÓN**

La sociedad de hoy en día es la sociedad del avance; avance tecnológico, avance científico, etc.... todos somos conscientes de sus mejoras y no menos de su importancia. Pero ¿realmente nos paramos a pensar cómo se ha logrado alcanzar? Todos estos avances que hemos ido experimentando con el paso de los años, se han debido a un progreso de la humanidad, fruto de la cultura, mediante la educación de las civilizaciones. La única característica que diferencia al ser humano de otra especie animal es la cultura. Con el paso de los años, nos hemos ido formando hasta llegar a conseguir avances inimaginables y todos estos detrás de un proceso de formación continuo. Entonces, ¿qué valor damos a la educación? Por desgracia, actualmente cada vez son más los problemas que nos encontramos en el mundo; desde el analfabetismo provocado por la pobreza, hasta las riquezas que inundan los bolsillos de quienes en su vida han hecho nada por cambiar el mundo. Problemas de salud mental, ya sean por depresiones, ansiedad, estrés laboral, maltrato, problemas psicológicos, acoso escolar, conflictos políticos, etc.... La mayoría de estas enfermedades mentales derivan de problemas sociales que, a largo plazo, repercuten seriamente en nuestro trabajo, relaciones sociales, familiares y de nuestra vida cotidiana en sí.

La educación puede abordar estos problemas, y una solución a ello es la Educación de las Emociones. El formar a la población más joven en la gestión, reconocimiento e identificación de estas emociones, servirá como método infalible a la hora de eliminar problemas en un futuro, formando así a personas comprometidas, eficientes, coordinadas entre sí, colaborativas, empáticas y autosuficientes.

Los profesionales de la educación son los encargados de tomar conciencia y fomentar la importancia de la educación emocional en las aulas desde edades muy tempranas, ya que esta es fundamental para el desarrollo integral del ser humano. Somos personas y no máquinas programadas, es por ello, que no debemos educar únicamente en conocimientos, sino, además, en conductas que conduzcan a la superación, para que de esta forma se logre alcanzar la excelencia personal, profesional y social. Por otro lado, la formación docente debe adaptarse a estas demandas y propiciar la renovación constante del contenido formativo, de manera que sean capaces de proporcionar a los alumnos una educación de calidad.

La sociedad actual, demanda la necesidad de crear a personas críticas, objetivas, empáticas, capaces de dar soluciones a los problemas y de mentalidad positiva, además

de tomar conciencia de la importancia de la Educación Emocional, puesto que, si se educa a través de las emociones, estaremos consiguiendo reducir los llamados “dilemas sociales”.

En definitiva, debemos inculcar en los docentes, familiares, alumnos, amigos, la importancia de trabajar las emociones desde edades tempranas, ya que estas contribuyen a mejorar el clima dentro del centro, a la creación de personas más racionales y por tanto solidarias, que sean capaces de comprometerse con la sociedad y que desarrollen la capacidad de situarse en el lugar del prójimo.

La naturaleza de esta investigación nace por la preocupación personal que actualmente experimentan los alumnos en relación con sus emociones en las aulas. La inquietud nace, por conocer, de primera mano, como se aborda esta temática en los centros educativos y los resultados que generan la implementación de estas mejoras educativas en la formación personal y emocional del alumno y su docente. Es por ello por lo que, después de un largo periodo de tiempo realizando una búsqueda exhaustiva de centros, considero que el centro educativo Manuel Canela es un centro de referencia en la materia, ya que este se encarga de propiciar la importancia de las emociones en sus aulas, mediante la aplicación de programas que ejercitan en el alumno el desarrollo de esta competencia. Su recorrido en la materia ha hecho que el centro sea galardonado en los “Premios Anuales a la Promoción de la Cultura de Paz y la Convivencia Escolar en Andalucía”, por su implicación y compromiso. Su experiencia y recorrido le otorgan a este centro un gran prestigio reconocido por las instituciones educativas.

Al centrarnos en un único caso específico, objeto de estudio, como en este caso son los programas de educación en materia de educación emocional, se llevará a cabo un estudio de caso único, tratándose este de un método de estudio centrado en una única muestra representativa, que justificará las causas del estudio, con carácter crítico y único, lo que permitirá mostrar un estudio que no sería posible indagar con otro método. Una vez aplicado, trataremos de producir un razonamiento inductivo, a partir del estudio de la observación y la recolección de datos donde se describirán situaciones o hechos concretos, dinámicas de aplicación y preocupación por la perspectiva de los participantes acerca de los hechos, de manera que podamos comprobar o contrastar los diferentes resultados que se han obtenido con su aplicación y con ello el conocimiento del grado de satisfacción e importancia que tiene para el profesorado dicha materia.

### **3. MARCO TEÓRICO**

El siguiente trabajo de investigación comienza con el marco teórico, en cual se lleva a cabo una recopilación de información acerca de los fundamentos teóricos y epistemológicos que nos conducen a orientarnos en el incesante e interesante mundo de la educación emocional.

Además, de una orientación educativa, encontramos, en el marco teórico, una conceptualización de la formación integral, así como los diferentes componentes de esta. De manera, que se logre hacer una aproximación inicial en base al tema de la educación emocional, considerando a este un componente fundamental para la formación integral de la persona.

#### **3.1 Evolución histórica de las emociones**

Desde la antigüedad, la educación en las escuelas se encaminó hacia un tipo de educación rígida, dotando a los alumnos de conocimientos desvinculados. Se obvió, en diferentes aspectos, la importancia de impartir materias que hicieran alusión a las emociones en las aulas ordinarias. Muchos fueron los pensadores científicos, psicológicos y educadores que dieron importancia al término en sus primeros escritos, donde definieron la emoción como:

Aquellas afecciones del alma que nos provocan un cambio o efecto en el cuerpo, tanto en las emociones negativas como en las positivas. Aristóteles (1988) nos habla de las emociones en su libro I, de su Tratado Del Alma, donde expone las emociones como algo pasional y las cataloga como un fenómeno únicamente corporal.

Por otro lado, Platón (1997) amplía el término. Para el autor, dicho autor estas emociones se encuentran presentes en términos tales como el dolor y el placer, indicando que estos afectan a la razón del hombre.

A raíz de los diferentes estudios planteados en psicología científica en el siglo XIX, las emociones fueron catalogadas únicamente como diferentes procesos fisiológicos del cuerpo, ya que cada emoción parecía tener su propio modo de reacción fisiológica en la persona.

No fue hasta el siglo XX, cuando pasaron a ser consideradas como procesos cognitivos. Podemos verlo reflejado en la teoría elaborada, en aquel entonces, por James-Lange (1884), dos pensadores que propusieron la “*Teoría de la sensación*” de modo

independiente. Ésta sugería que era erróneo el modo habitual en que las emociones eran concebidas en ese momento y sugerían que basásemos nuestra experiencia de la emoción en la conciencia de las respuestas fisiológicas o sensaciones físicas a los estímulos que provocan la emoción; tales como el aumento de nuestro ritmo cardiaco y los espasmos musculares (factores fisiológicos) (James, 1884, pp.189-190).

El considerar las emociones como procesos meramente fisiológicos, o, por el contrario, procesos únicamente cognitivos, no se aceptó hasta 1915. Fue entonces cuando Cannon-Bard, (1927- 1938) en su teoría sobre las emociones, destacó que estas estaban formadas tanto por nuestras respuestas fisiológicas como por la experiencia subjetiva de la emoción ante un estímulo (factores cognitivos).

Esta teoría fue confirmada nuevamente por Schachter-Singer (1962), el cual mantuvo que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales (factores fisiológicos y cognitivos).

### **3.1.1 ¿Qué son las emociones?**

Los autores que han venido aportando sus investigaciones, en las últimas décadas, nos han proporcionado diversas definiciones hasta llegar a un concepto más sólido.

Aportaciones como las de D. Goleman (1996), el cual nos hace entender como la emoción es un sentimiento, con sus pensamientos característicos y condiciones psicológicas y biológicas que la caracterizan, así como una serie de inclinaciones a la actuación. “Todas las emociones son esencialmente impulsos a la acción; cada una de ellas conlleva un cierto tipo de conducta.” (Goleman, 1996, p.331)

Por otro lado, Vallés (2000) nos define el término como: “La emoción involucra al pensamiento, al estado psicofisiológico, al afecto y a la acción (reacción) expresiva”. (Vallés, 2000, p.89).

Introduciéndonos en una definición más integra sobre la emoción, Bisquerra, la cual ha sido extraída de la obra *Educación emocional y bienestar* (2000), la define como “reacciones a las informaciones que recibimos en nuestras relaciones con el entorno” (Bisquerra, 2000, p.71). La importancia que damos a las emociones está relacionada con la evaluación subjetiva que se realiza en función de cómo esa información recibida afecta a nuestro bienestar. Son en estas evaluaciones donde intervienen los conocimientos previos de la persona, las creencias, los objetivos personales, la percepción del ambiente

provocativo, etc. Las emociones varían en función de la importancia que se les otorgue. Si esta es demasiado intensa podría producir algún tipo de disfunción intelectual, así como trastornos emocionales.

Por su parte, Caruana y Gomis (2014), la definen como: ‘experiencias subjetivas, fenómenos psicofisiológicos de corta duración, que surgen de nuestra lucha por la supervivencia y representan formas de adaptación frente a las cambiantes demandas del entorno, cuya expresión nos permite interactuar con el mundo en que nos movemos’ (Caruana y Gomis, 2014, p.25).

Según el diccionario de la Real Academia Española, la emoción es: “Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.” (Real Academia Española, 2019, s/p).

En relación con las teorías planteadas, se entiende el concepto de emoción, como un tipo de proceso fisiológico y cognitivo que nos ayuda a interpretar nuestras vivencias de manera automática e inconsciente, creando de esta forma, una experiencia personal que pasa a ser consciente en el momento que es interiorizada. Es por ello, que las emociones dotan a nuestro ser de un componente adaptativo que nos incita a realizar una acción determinada en base a nuestros sentimientos.

En los últimos años, la educación viene demandando un cambio de paradigma, ya que desde años atrás, esta únicamente se encontraba orientada en base al desarrollo cognitivo y la adquisición de conocimientos. Diferentes estudios longitudinales han demostrado como el ser humano se conforma en un todo integrado, donde los aspectos cognitivos, afectivos y morales trabajan unificados.

Es en la práctica pedagógica, donde la educación cobra un papel más integral, ya que, debido a la incesante crisis en los valores humanos, el aumento imparable de las conductas violentas, la falta de humanidad, la escasa motivación del alumnado, así como los actos de discriminación, se ha visto obligada a replantear el sistema educativo.

Estas necesidades fueron claramente reflejadas en el informe de Jacques Delors de la Unesco (1996), donde se propuso la necesidad de la educación emocional para responder a las diferentes demandas sociales sirviendo esta como mecanismo de prevención del conflicto humano, ya que existe una enorme preocupación en relación con la incapacidad de las personas para convivir y tolerar las diferencias.

El informe plantea cuatro de los pilares esenciales para el desarrollo de la persona:

- En primer lugar, aprender a conocer cada uno de los métodos que posibiliten la adquisición, la comprensión y el descubrimiento del propio conocimiento derivando de esta forma un aporte beneficioso a la sociedad. Comprende “aprender a aprender” para aprovechar las oportunidades que ofrece la educación a lo largo de la vida.
- En segundo lugar, aprender a hacer, adquirir competencias generales que potencien las destrezas personales tan esenciales para el desarrollo de la productividad.
- En tercer lugar, aprender a convivir, de manera que las personas descubran progresivamente al prójimo, así como el reconocerse a sí mismos como seres independientes capaces de aprender a desarrollar la capacidad de resolución de conflictos y respetar los valores de comprensión mutua, paz y pluralismo.
- Por último, aprender a ser, de forma que se logre desarrollar el máximo potencial humano y con ello el logro de un pensamiento más autónomo.

(Unesco, 1996, pp. 91-103)

Podríamos decir, que las emociones, son procesos propios del aparato psíquico de la persona, permite detectar diferentes acontecimientos relevantes de la vida, esta nos prepara para hacer frente a las demandas de la sociedad. Consistiría en un proceso adaptativo, el cual se encarga de guiar hacia lo positivo y prevenirnos ante lo negativo.

A raíz de la evolución de los sistemas y leyes educativas, se han ido realizando diferentes investigaciones científicas encaminadas hacia la búsqueda de una educación más holística. Gracias a ello, en la sociedad actual, la importancia de un desarrollo afectivo, social, cognitivo y motriz es posible, beneficiando de esta forma al ser humano en su identidad más personal.

Unas de las primeras investigaciones acerca de la emoción, fue elaborada por Wundt (1896). El autor en su “Teoría tridimensional del sentimiento”, quién argumentó que las emociones se pueden analizar en función de tres dimensiones: agrado-desagrado; tensión-relajación y excitación-calma. A partir de su teoría, son muchas las definiciones, que, con el paso del tiempo, han sido proporcionadas en torno al termino de emoción.

Si seguimos con la búsqueda de artículos relacionados con esta definición, encontramos algunos más concisos. Por ejemplo, Bisquerra (2003): “Una emoción es un

estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o una perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2003, p.12).

En su caso, Chóliz (2005), definió las emociones como “una experiencia afectiva en cierta medida agradable o desagradable, que supone una cualidad fenomenológica característica y que compromete tres sistemas de respuesta: cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo” (Chóliz, 2005, p.4)

De todas estas definiciones y teorías recopiladas, podemos llegar a una conclusión concisa sobre el término de emoción, definiendo a esta como; una serie de impulsos innatos que surgen desde nuestro interior, en base a diferentes fenómenos provocados por nuestro entorno personal y social, reaccionando ante ellos de manera involuntaria.

Una de las frases que ya demostraba la complejidad de las emociones, y los avances en investigación que esta requería, fue elaborada por Wenger, Jones y Jones (1962). En sus escritos estos autores argumentaban: "Casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla" (Wenger, Jones y Jones, 1962, p.3)

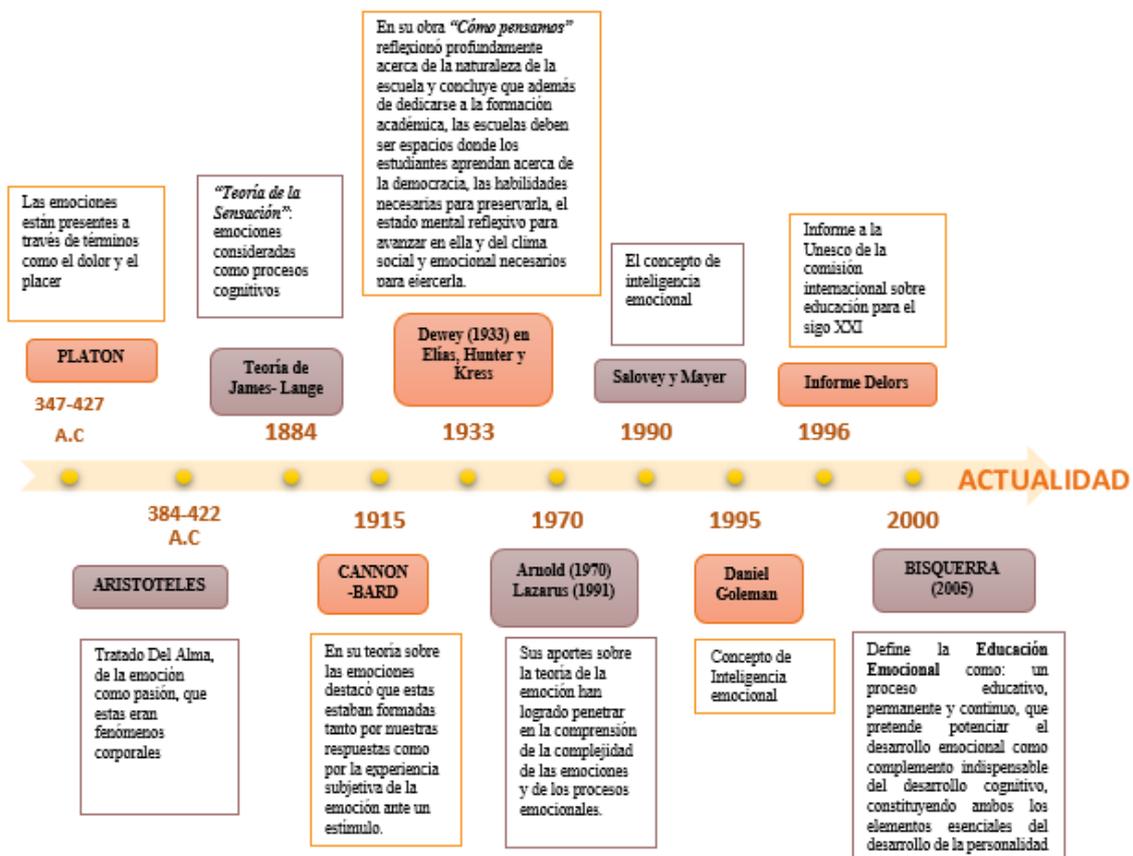


Imagen 1: Línea del tiempo. Elaboración propia

### **3.1.2 ¿Cómo se producen las emociones?**

Gracias a las diferentes investigaciones realizadas sobre este término en cuestión, y a autores como Bisquerra (2003), sabemos que las emociones se llevan a cabo de la siguiente manera: en primer lugar, unas informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro, como consecuencia de este hecho se produce una respuesta neurofisiológica y posteriormente del neocórtex, encargado de recopilar e interpretar la información proporcionada.

Una de las aportaciones más importantes en neurociencia, fue la del psicólogo D. Goleman (1996), que las emociones no forman parte únicamente de un proceso cerebral independiente, sino que, a su vez, estas eran el resultado de infinitos mecanismos del cerebro que interactúan los unos con los otros. El ser humano, trae consigo una serie de predisposiciones biológicas hacia la acción. Serán las experiencias propias de cada persona, quienes moldeen su conducta, de manera que se logren definir las diferentes respuestas ante los estímulos emocionales correspondientes.

### **3.1.3 ¿Qué funciones tienen las emociones?**

Podemos afirmar que nacemos con emociones innatas que nos ayudan a acomodarnos a las diferentes situaciones que se nos plantean, guiando de esta forma nuestra conducta, por lo que podríamos afirmar que las emociones tienen también un componente adaptativo. Las emociones, producen una respuesta subjetiva, lo que significa que actuamos de una forma u otra dependiendo de nuestras variables personales tales como la personalidad, nuestros estados de humor, los valores, etc....

La importancia de las emociones podemos observarla en el papel relevante que cumplen en nuestras vidas. Esto puede comprobarse dadas las diferentes funciones, de diversa índole, que nos aportan; funciones motivadoras, adaptativas, informantes, evaluativas, sociales, de crecimiento personal, toma de decisiones, mejora del bienestar, etc...

Según Chóliz (2005), “todas las emociones tienen alguna función que les confiere utilidad y permite que el sujeto ejecute con eficacia las reacciones conductuales apropiadas y ello con independencia de la cualidad hedónica que generen” (Chóliz, 2005, p.4).

Lo que nos muestra este autor es como todas y cada una de las emociones que experimentamos funcionan como un sistema de lectura que nos permite ser conscientes de nuestros estados motivacionales y ayudarnos de esta forma a cumplir con nuestras funciones adaptativas.

Estas emociones son las encargadas de dirigir diferentes aspectos de nuestra experiencia, y con ello consolidar nuestra personalidad. Reeve (2010), señala los siguientes:

- **Sentimientos:** aquí entrarían las descripciones subjetivas, verbales, de la experiencia emocional.
- **Disposición fisiológica:** forma o manera mediante la cual nuestro cuerpo se moviliza en sentido físico para cumplir con las demandas de una situación.
- **Función:** determina que es lo que queremos lograr específicamente en un momento dado.
- **Expresión:** método empleado para comunicar, públicamente, nuestra experiencia emocional a los demás.

(Reeve, 2010, p.7):

Reeve (2010), nos muestra como estos aspectos, siempre que sean organizados y sigan un patrón, serán capaces de organizar las emociones para que estas nos permitan anticiparnos y reaccionar ante los diferentes aspectos de la vida y obtener éxito.

### 3.1.4 Clasificación de las emociones

Las principales funciones que desempeñan las emociones en el ser humano vienen recogidas en un artículo titulado “Psicología de la emoción”, donde Chóliz (2005) expone que estas podrían clasificarse de la siguiente manera: función adaptativa, función social y función motivacional.

- La **función adaptativa**, como su nombre indica, nos ayuda y facilita en la adaptación para poder obtener una conducta apropiada. Prepara al organismo para ejecutar las conductas, que nos demande el medio, de manera eficaz.
- La **función social**, hace que las conductas que presentamos en diferentes aspectos de nuestra vida sean apropiadas para cada situación, siempre que estas sean ejecutadas de manera adecuada, mejorando de este modo las relaciones interpersonales.

- La **función motivacional**, “se refiere a los anhelos, esperanzas, deseos y aspiraciones del ser humano, tanto las suyas, como los anhelos y deseos de aquellos que le importan”  
(Chóliz, 2005, pp.4-6).

Son varios los autores que clasifican de diversas formas las emociones. Según Lazarus (1991), plantea las emociones desde una perspectiva cognitivista, donde estas se dividen en negativas (miedo, ira, tristeza, culpa, envidia, vergüenza, celos, asco), emociones positivas (alegría, orgullo, amor, afecto, alivio, felicidad) y emociones ambiguas (sorpresa, esperanza, compasión, emociones estéticas). (Lazarus, 1991, p.115)

Por otro lado, Goleman (1996), las distingue desde una perspectiva psicopedagógica (el placer/no placer), también detallo la existencia de dos categorías de emociones: primarias (innatas) y secundarias (variables según la cultura) (Goleman, 1996, pp. 432-433).

Como se ha podido observar, las emociones en su conjunto juegan un papel fundamental en nuestra sociedad, ya que estas no son únicamente una mera reacción fisiológica del mismo cuerpo, sino que adquieren diferentes funciones para que seamos capaces de adaptarnos al medio y llevar a cabo de manera satisfactoria cada una de las acciones que deseemos realizar.

### **3.1.5 Educación emocional**

Una vez comprendido el concepto de emoción y sus implicaciones en el ser humano, nos sumergimos en el conocimiento de la importancia de adquirir esta competencia en las escuelas.

La educación de las emociones surge en base a las demandas que han ido existiendo a lo largo de la historia y que actualmente imperan en la sociedad, ya que, debido a los diferentes problemas existentes, los alumnos cada vez se encuentran más expuestos a las diferentes controversias. Es por ello, que estos requieren de ciertas habilidades y competencias para poder dar respuesta en su medio, aunque se debe tener en cuenta que estos desconocen gran parte de lo que alberga el mundo de las emociones, debido a su analfabetismo emocional, producto de la sociedad.

Conforme han ido pasando las décadas, el concepto ha ido adquiriendo fuerza propia, ya que su importancia en el ámbito educativo ha ido en creciente. En 1996, en el

informe de la UNESCO, titulado “Delours”, la educación emocional fue reconocida como un complemento esencial en el desarrollo cognitivo de la persona y una herramienta primordial de prevención, ya que muchos de los problemas existentes tienen su índole en el ámbito emocional.

La educación emocional, es uno de los avances educativos que imperan hoy en día en nuestra sociedad. La importancia de las emociones dentro del marco educativo hace que se contemple un currículo adaptado a estas dentro del aula. Junto a ello la importancia de dotar a los futuros docentes de la formación necesaria para su aplicación y con ello el avance y desarrollo de una sociedad exitosa.

### **3.1.6 Importancia educación emocional**

La educación emocional, es por tanto una necesidad social. Muchos son los autores que nos enriquecen con estudios que avalan su persistente aplicación. En uno de sus estudios, Bisquerra (2003), define la educación emocional como “una innovación educativa que se justifica en las necesidades sociales. La finalidad es el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social” (Bisquerra, 2003, p.8). Se trata, por tanto, de un proceso permanente y continuo que pretende potenciar el correcto desarrollo de las competencias emocionales como aquel elemento esencial en el desarrollo íntegro de la persona, de manera que capacite a la persona para la vida.

En la actualidad, este término cobra gran importancia, ya que es esencial para el desarrollo personal y social de todas las personas, y por tanto es materia indispensable en el desarrollo del alumnado. Son los profesionales de la educación y futuros docentes, los encargados de garantizar, mediante su formación y aplicación, un correcto desarrollo psíquico y emocional.

Como se ha comentado anteriormente, la educación actual, viene demandando desde hace décadas, un cambio de paradigma, ya que cada vez son más los problemas sociales y personales que no quedan atendidos con la educación formal. Este tipo de necesidades demandadas por el alumnado, pueden causarles problemas emocionales como, por ejemplo: baja autoestima, depresión, falta de empatía, violencia, delincuencia, abandono escolar, etc..., innumerables conductas que pueden ser subsanadas llevando a cabo una completa educación desde edades muy tempranas.

Cada vez se hace más que evidente la existencia de esta necesidad y el prestar ayuda mediante la adquisición de competencias emocionales que ayuden a prevenir dichas adversidades.

Uno de los modelos que más aportes ha proporcionado a la educación emocional, son los de Mayer y Salovey (Fernández y Extremera, 2005). Estos detallan como las emociones son las encargadas de ayudarnos a resolver los problemas que demanda nuestra sociedad y, por consiguiente, la fácil adaptación a nuestro medio.

Dentro de la educación emocional, nos encontramos según Bisquerra (2003):

- **La conciencia emocional;** el ser consciente de nuestras propias emociones y de las ajenas. De tal forma que comprendamos las diferencias entre los pensamientos, las emociones, las conductas o acciones y desarrollarlas a través de la observación de nuestro propio comportamiento y el de los demás.
- **La regulación emocional;** también conocida como el diálogo interno, el control del estrés, el desarrollo de las autoafirmaciones positivas, la capacidad de afrontar los problemas, la resolución de conflictos y la obtención de gratificaciones.
- **La motivación;** relacionada con la emoción ya que nos permite abrir el camino hacia actividades productivas y de autonomía personal. La motivación influye notablemente en los procesos de aprendizaje, considerándose como un pilar fundamental en el proceso educativo.
- **Las habilidades socioemocionales;** forman parte de un conjunto de competencias encaminadas a facilitar las relaciones personales, incluyendo la escucha activa, la empatía, así como otras actitudes prosociales.
- **El desarrollo de la autoestima** consiste en la manera que cada uno de nosotros tenemos de evaluarnos internamente, el autoconcepto o imagen que cada persona tiene de sí misma. Supone la aceptación y valoración positiva en relación con la aprobación de uno mismo.
- **Las habilidades para la vida** se relacionan con el experimentar el bienestar de las cosas que se realizan en la vida cotidiana en los diferentes ámbitos, escolar, familiar y social (López Cassá, 2005).

(Bisquerra, 2003, pp. 23-26)



Imagen 2: Nube de palabras. Elaboración propia

### 3.1.7 Objetivos educación emocional

La educación emocional, lleva consigo una serie de objetivos esenciales que deben desarrollarse dentro del contexto de la educación. La finalidad de estos objetivos es el favorecimiento del desarrollo integral del alumno, para que de esta forma se logren actitudes en la formación de los valores: el esfuerzo, el deber, la tolerancia, la impulsividad, la frustración, etc....

Según Bisquerra (2006), los objetivos principales de la educación emocional son:

- Adquirir mayor conocimiento acerca del concepto de emoción.
- Desarrollo de los fenómenos afectivos: emoción, sentimiento, afecto, estado de ánimo, perturbaciones emocionales, etc. De manera que se logre desarrollar habilidades de regulación de las propias emociones.
- Identificación de los tipos de emociones: emociones positivas y negativas, emociones básicas y derivadas, emociones ambiguas, emociones estéticas, etc. De tal forma que podamos prevenir los efectos adversos de las emociones negativas y desarrollar habilidades para generar emociones positivas.
- Conocer las características de las emociones principales: miedo, ira, ansiedad, tristeza, vergüenza, aversión, alegría, amor, humor, felicidad.
- Identificar las causas que llevan a sentir estas emociones.

- Establecer estrategias de regulación-adquisición de las competencias de afrontamiento.

(Bisquerra, 2006, p. 10)

El objetivo principal que persigue la implantación de la educación emocional en las aulas es lograr desarrollar en los alumnos las competencias socioemocionales, de forma que se logre una mejora en la identificación y comprensión de las emociones propias y ajenas, así como, una mejor regulación de estas.

### **3.1.8 Emociones y educación**

Sobre la relación emocional y educativa, Fernández-Berrocal y Extremera (2002), argumentaban que las emociones no cuentan con un fuerte respaldo, ya que siempre se ha dotado de gran importancia al aprendizaje de conductas correctas y esperadas, y, por el contrario, los sentimientos pasaban a formar parte de un segundo plano. Debido a ello se ha producido un excesivo control sobre el alumnado, negándoles el derecho de sentir, a creer en ellos mismos, a conocer sus propias emociones y con ello, a saber y poder expresarlas adecuadamente. Para estos autores, los profesionales de la educación deben llevar a cabo una práctica inteligente de sentir con sus alumnos, de forma que se consigan establecer relaciones más equilibradas entre los docentes y el alumnado, así como con las familias.

Sánchez, J. (2010), en cuanto a la educación emocional, considera que su objetivo principal es el de desarrollar competencias emocionales y sociales en el alumnado, es decir, la educación emocional debe proporcionar conocimientos fundamentados al alumno sobre las emociones según su desarrollo evolutivo, de manera que esté capacitado para valorar sus propias emociones y las ajenas, y que adquiera un nivel óptimo de competencia en su regulación.

La educación según Bisquerra (2001) debe ser transformada, pasar de ser afectiva a educar en el afecto, ya que es primordial que se eduque emocionalmente, es decir, enseñar conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones. No es que deba ser prioritario el poder experimentar emociones, sino que estas deben convertirse en los objetivos perseguidos en el panorama educativo actual (Caruana y Gomis, 2014).

A lo largo de la historia, no se ha fomentado el aprendizaje y el uso de las emociones, y mucho menos en lo referido a materia educativa. Todo esto puede estar relacionado con el modelo educativo predominante, “modelo postcartesiano”, centrado

únicamente en la razón y excluyendo la importancia de las emociones, considerándolas como elementos perturbadores de nuestra conducta. Este hecho contrasta con el concepto de Inteligencia Emocional (Ruano, K. 2004).

Entra aquí la importancia del concepto “educación emocional” definido por Bisquerra (2000) como:

Educación emocional es un proceso continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo, ambos, los desarrollos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal social. (Bisquerra, 2000, p. 243).

### **3.1.9 La educación emocional en el Currículum**

Con el paso de los años, las leyes que avalan la educación emocional han ido modificándose y fortaleciéndose, llegando a estar presentes actualmente en el currículum oficial.

En la Ley Orgánica 2/2006, del 3 de mayo, de Educación (LOE), se expresó: “se trata de conseguir que todos y cada uno de los ciudadanos almacenen el máximo desarrollo posible de todas sus capacidades, individuales y sociales, intelectuales, culturales y emocionales para recibir una educación de calidad adaptada a sus necesidades”. (LOE 2/2006, de 3 de mayo). Dicho esto, la ley apoya el establecimiento de las emociones dentro del aula, aunque no siempre se aplica de manera tan clara; más bien abstracta y como una temática transversal en las asignaturas troncales.

La primera vez que aparece reflejado el término emoción en el Boletín Oficial del Estado, es en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, el cual nos dice:

Se proponen nuevos enfoques en el aprendizaje y evaluación, que han de suponer un importante cambio en las tareas que han de resolver los alumnos y planteamientos metodológicos innovadores. La competencia supone una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes

sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. (RD 126/2014, de 28 de febrero)

En cuanto a las asignaturas troncales de la Educación Primaria, de nuevo, el Real Decreto 126/2014, nos dice que:

El currículo básico se ha formulado partiendo del desarrollo cognitivo y emocional en el que se encuentra el alumnado de esta etapa, de la concreción de su pensamiento, de sus posibilidades cognitivas, de su interés por aprender y relacionarse con sus iguales y con el entorno y de su paso hacia un pensamiento abstracto hacia el final de la etapa. (RD 126/2014, de 28 de febrero)

Gracias al nuevo marco educativo, que nos trajo consigo la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LONCE), podemos afirmar que el alumno recibe ayuda necesaria para alcanzar un correcto desarrollo integral. Se han establecido las asignaturas de libre configuración que prestan la oportunidad de desarrollar en el alumno las capacidades afectivas y sociales que actualmente se demandan y que años atrás eran inabarcables. La finalidad de esta Ley de Educación es conseguir, que los alumnos descubran el valor de sus propias emociones de manera que aprendan a gestionarlas para que estas no les desorienten y sean capaces de fomentar con ellas su creatividad, permitiéndoles ser innovadores y garantizar su éxito personal.

### **3.1.10 Importancia de la educación emocional en la docencia**

Una vez que somos conscientes del significado de emoción, de sus funciones y de cómo estas han logrado evolucionar en su término a lo largo de las décadas, y con ello la importancia que requieren, tanto personal como profesionalmente, llegamos al estudio de la importancia de aplicar sus principios en el sistema educativo actual.

La implementación de la educación emocional en la docencia nace de estas demandas y por ello la necesidad de formar parte de la formación pedagógica del profesorado. Debido a esto se debe construir un campo de conocimiento relevante para su implementación. Son muchos los estudios que avalan la implementación de esta categoría en las aulas, señalando la importancia de un profesorado concienciado con la necesidad de trabajar la educación emocional en las aulas.

La ley de educación 17/2007, de 10 de diciembre en su artículo 39, en relación con la educación en valores, establece en el apartado cuarto que:

El currículo contemplará la presencia de contenidos y actividades que promuevan la práctica real y efectiva de la igualdad, la adquisición de hábitos de vida saludable y deportiva y la capacitación para decidir entre las opciones que favorezcan un adecuado bienestar, mental y social para sí y para los demás. (Ley educación, 17/2007, de 10 de diciembre)

Esta ley pone de manifiesto que aquellos programas de educación emocional que se ejecuten dentro del entorno educativo deben reunir las siguientes características:

- Basarse en un marco conceptual sólido y en la evidencia contrastada, haciendo explícitas las competencias emocionales que abordan.
- Recibir el apoyo del equipo directivo del centro para la puesta en marcha del programa y su continuidad sistemática a lo largo de varios años.
- Responder a una planificación coordinada e integrada de manera transversal, tanto en el currículo académico, como en el resto de las actividades y programas que se desarrollen en el centro.
- Realizar esfuerzos para implicar a toda la comunidad educativa (familias, profesorado y alumnado) en el desarrollo de algún aspecto del programa, teniendo como meta el desarrollo de una comunidad de aprendizaje.
- Proporcionar formación, asesoramiento y apoyo al profesorado, a madres/padres y/o personal cuidador, contando, cuando sea necesario, con la colaboración de profesionales sanitarios y de servicios sociales.
- Fomentar conductas positivas de aprendizaje y relaciones respetuosas y de apoyo entre el alumnado, el profesorado y las familias.
- Emplear enfoques interactivos de enseñanza-aprendizaje, que además promuevan el aprendizaje cooperativo, para así atender a los diversos estilos de aprendizaje del alumnado.
- Proporcionar un ambiente emocional seguro para prevenir cualquier tipo de acoso escolar y violencia entre iguales.
- Tener en cuenta la ecología y el medio ambiente en la escuela.
- Incluir un plan de evaluación del programa antes, durante, y después de su aplicación.

Datos empíricos demuestran el hecho de que las competencias emocionales son fundamentales en el ejercicio de la docencia, ya que dentro de las aulas son el modelo de enseñanza y aprendizaje con mayor impacto en los alumnos. Las investigaciones realizadas demuestran como la correcta aplicación de competencias emocionales, ayudan al docente a afrontar con mayor éxito las dificultades cotidianas y el estrés laboral.

Llegados a este punto, surge la necesidad de plantearse como debe ser el perfil docente que se adapte a estas competencias. Según Galvis (2007), este perfil debe incluir el conjunto de competencias organizadas, requeridas para la realización de la actividad profesional, acorde con los criterios de valoración y los parámetros de calidad exigidos.

La actual Ley de Educación (LONCE), no especifica quien es el profesorado específico para aplicar la educación emocional. Es por ello, que la formación del profesorado en esta materia es esencial para poder brindar a los alumnos una buena formación sobre todo en lo referente al contenido que abarca el mundo de las emociones.

#### **3.1.10.1 Orientación docente: programas ayuda formación docente**

En literatura, existen diversos programas orientados hacia la formación del profesorado. Entre ellos podemos encontrar uno publicado por Bisquerra en la *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* (2005). En él se plantean programas de formación inicial para el profesorado. El principal objetivo que persigue el autor es “adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas...etc.” (Bisquerra, 2005, p. 97).

Como se ha enumerado anteriormente, son múltiples los contenidos formativos que se presentan al docente en este tipo de programas, siempre con una finalidad común: el favorecimiento de las competencias emocionales.

Según Bisquerra (2007), para que el profesorado adquiriera una buena formación, es importante, que este cuente previamente con unas bases teóricas acerca de todo lo que engloba la educación emocional, así como los conocimientos básicos acerca del cerebro emocional y las relaciones entre la emoción y la salud (Bisquerra y Pérez, 2007).

En sus programas, Bisquerra señala la importancia de una formación inicial y permanente, de manera que la práctica docente siempre se encuentre en funcionamiento.

“El profesor ideal para este nuevo siglo tendrá que ser capaz de enseñar la aritmética del corazón y la gramática de las relaciones sociales [...] Para ser un profesor eficaz es necesario serlo a través de las emociones” (Extremera & Fernández-Berrocal, 2002, p. 374)

Desde la pedagogía, la preocupación por la incorporación de la educación emocional es una tarea constante. Ya que, a lo largo de la historia, los diseños curriculares estuvieron centrados en el conocimiento científico y técnico, obviando a las personas. Este desinterés por la educación de las emociones influye en muchos aspectos sociales y emocionales de nuestra época. Son muchos los pedagogos que han apostado por la inclusión de la educación emocional en el currículum.

El apoyo cognitivo es esencial, aunque no es siempre suficiente cuando se habla de procesos de enseñanza. Diferentes estudios revelan como las actitudes afectivas de los docentes ejercen un papel fundamental en el ámbito académico e interpersonal.

Los procesos educativos influyen en el futuro emocional de los alumnos en diferentes direcciones, ya que, en los primeros años de formación, se desarrollan en el alumno una serie de relaciones personales que logran dejar huella en ellos, debido a que el docente se convertirá en un modelo a seguir para sus alumnos y con ello un marco de referencia. Martín y Bock (1997) lo explican de la siguiente forma “Los alumnos que tienen profesores inteligentes, desde el punto de vista emocional, disfrutan asistiendo a la escuela, aprenden sin pasar miedo alguno y van edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende a ellos”. (Martín y Bock, 1997, p. 181).

El docente debe comprometerse en el desarrollo emocional a lo largo de todo el proceso educativo, ser un mediador esencial en las habilidades emocionales del alumno. La capacidad para seleccionar, programar y presentar, son cualidades que un docente debe prestar al alumno de manera que estos logren regular sus reacciones emocionales.

Gallego, Alonso, Cruz y Lizama (1999) definen a los profesionales de la educación, como aquellas personas las cuales son capaces de controlar sus propios sentimientos, así como la capacidad de automotivarse a sí mismo, empatizar con el colectivo escolar, englobando de esta forma a padres, alumnos y docentes. Por otro lado, este debe ser capaz de enriquecerse en base al desarrollo sus habilidades sociales, el reconocimiento de sus debilidades y la resolución de los conflictos que se le planteen.

Son muchos los contenidos que se presentan dentro de la formación del profesorado, estos tienen una finalidad común y es favorecer el desarrollo de las competencias emocionales.

### **3.1.11 La educación emocional desde la pedagogía**

Cada vez es mayor la preocupación existente a la hora de incorporar habilidades sociales y emocionales en el ámbito educativo. A lo largo de las décadas, han sido numerosos los pedagogos que han apostado por la inclusión de esta en el currículum. Un ejemplo de ello es Florez (2001) quien lo explica de la siguiente manera:

La primera matriz de formación humana es el afecto materno, cuyo suplemento y relevo posterior en la sociedad moderna es la comprensión afectuosa del maestro. La afectividad consciente, la motivación, el interés, la buena disposición, los estímulos positivos, la empatía son variaciones pedagógicas del principio que articula la cabeza con el corazón, la razón con el sentimiento, lo cognitivo con lo afectivo, como lo plantearon Comenius y Pestalozzi. (Florez 2001, p. 17).

Por otro lado, Dewey (1933) en Elias, Hunter y Kress (2001) en su obra “*Cómo pensamos*”, sacó sus propias reflexiones acerca de la naturaleza de la escuela. En su escrito concluye como además de dedicar importancia a la formación académica, en las escuelas deben existir espacios donde los alumnos aprendan acerca de la democracia, las habilidades necesarias para preservarla, el estado mental reflexivo para avanzar en ella y el clima social y emocional necesarios para ejercerla. En su libro, expone en líneas generales algunas de las habilidades que son necesarias, para los ciudadanos, en democracia – no sólo habilidades intelectuales sino también habilidades sociales para el intercambio de perspectivas, el diálogo social y las transacciones interpersonales.

### **3.1.12 Aspectos relacionados con las emociones: competencia emocional, habilidades emocionales e inteligencia emocional**

#### **3.1.12.1 Competencia emocional**

No podríamos hablar sobre “competencias emocionales”, sin antes hacer una breve revisión acerca del término “competencia”. Para ello, nos centraremos en Bisquerra y Pérez (2007), quienes definieron el término competencia como: “aquella capacidad para movilizar adecuadamente el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” (Bisquerra y Pérez, 2007, p. 3).

Por tanto, podríamos decir que se trata de un conjunto de habilidades que se desarrollan para dar respuestas afectivas acorde con un entorno de cambios y en una gran mayoría de veces, discordante.

Definiríamos la conciencia emocional como la capacidad que nos habilita conscientemente sobre nuestras propias emociones y las de los demás, englobando en su conjunto, una gran cantidad de capacidades, donde quedan establecidos diferentes componentes estructurales, siendo estos imprescindibles para interactuar con el medio de manera óptima, según Saarni (1997) y estas son:

- Conciencia del propio estado emocional.
- Capacidad para discernir las emociones de los demás.
- Capacidad para utilizar el vocabulario emocional y términos expresivos habituales y disponibles en una cultura determinada.
- Capacidad de implicarse empáticamente en las experiencias de otras personas.
- Capacidad para comprender que el estado emocional interno no necesariamente se corresponde con la expresión externa.
- Capacidad para afrontar emociones negativas y circunstancias estresantes.
- Conciencia de la importancia de la influencia de la comunicación emocional en la estructura y naturaleza de las relaciones interpersonales.
- Capacidad de autoeficacia emocional.

(Saarni 1997, p.46-59; 2000, p. 77-78).

La aplicación de la competencia emocional en el ámbito educativo tiene grandes beneficios tales como; una gran mejora del clima dentro del aula, así como las relaciones inter e intrapersonales que se desarrollan dentro de ella, consiguiendo una mayor motivación por parte del alumnado, lo cual conlleva un mayor reforzamiento de la autoestima, el aprendizaje de diversas técnicas para la resolución de los conflictos, etc...

Como se ha comentado anteriormente, si queremos trabajar las emociones, debemos tener en cuenta el contenido de sus competencias, siendo estas, según Bisquerra y Pérez (2007):

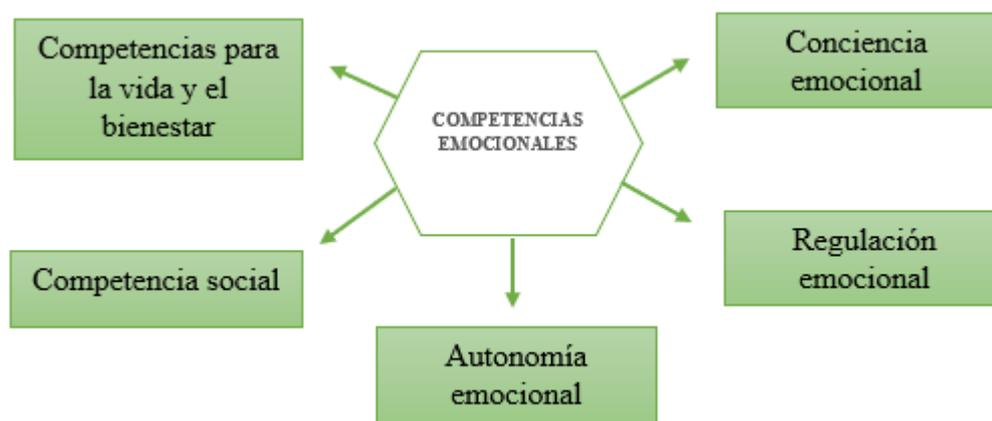


Imagen 3: Competencias emocionales según Bisquerra y Pérez (2007). Elaboración propia.

### 3.1.12.2 Habilidad emocional

Según Vallés y Vallés (1996), ser hábil emocionalmente consiste en desarrollar argumentos correctos y suficientes razones que permitirán una mejora de nuestra autoestima y autoconfianza. Esta habilidad nos permitirá la posibilidad de autocontrol para cambiar unas emociones por otras y además poder expresarlas correctamente, de manera que nos respetemos a nosotros mismos y también a los demás, lo que reforzará nuestra salud física, y por supuesto psicológica. (Ruano, k. 2004)

### 3.1.12.3 Inteligencia emocional

Unos de los primeros en utilizar el término de Inteligencia Emocional, fueron Salovey y Mayer en los años noventa. Estos, categorizaron este novedoso concepto dentro del subconjunto de la inteligencia social, afirmando que:

La faceta de la inteligencia social involucra la habilidad para manejar nuestros propios sentimientos y los sentimientos de otros, discriminando entre ellos y usando esta información como guía de nuestro pensamiento y acciones. Respuestas organizadas más allá de la frontera de los sistemas psicológicos, incluyendo lo fisiológico, cognitivo, motivacional y el sistema experimental. Las emociones surgen en respuesta a un suceso, o bien interno o externo, que tiene una carga de significado positiva o negativa para el individuo. Las emociones se pueden distinguir del concepto de estado de ánimo; generalmente éstas son más cortas y más intensas (Salovey y Mayer, 1990, p. 172)

En cuanto a Inteligencia emocional, nos encontramos con varias definiciones.

Para Salovey y Mayer (1990) supone “la habilidad para manejar los sentimientos y emociones propias y de los demás, de discriminar entre ellos y de utilizar esta

información para guiar el pensamiento y la acción de uno mismo y de los demás ”. (Salovey y Mayer 1990, p. 213).

Goleman la define como aquella capacidad que poseemos la cual nos ayuda a regular nuestra conducta, impulsos, diferir las gratificaciones, regular los estados de ánimo, evitar que las controversias interfieran en nuestras facultades racionales y la capacidad para saber empatizar con los demás. (Goleman, 1997)

Salovey (1990) defiende la existencia de cinco competencias que comprenden la inteligencia emocional:

- Conocimiento de las propias emociones en el momento que se producen.
- El control de las emociones adecuándolas al momento.
- La automotivación que permite atender a los resultados más eficaces al sumergirse en el flujo de explorar la atención, el interés.
- La empatía o reconocimiento de las emociones ajenas.
- El control de las relaciones, que es la habilidad de relacionarse con las emociones ajenas.

En lo referente a las personas emocionalmente inteligentes, se caracterizan por una serie de aspectos como son: presentan una actitud positiva de manera generalizada, reconocen sus propias emociones y sentimientos, poseen un control en cuanto a sentimientos, son personas más empáticas, toman decisiones que integran lo racional y lo emocional, suelen ser personas más motivadas y con una autoestima adecuada, junto con una gran variedad de características.

Aun así, la que más destacamos, en relación con el tema que nos ocupa en esta investigación, sería la característica, que nos comenta Ibarrola (2014), que hace referencia a que una persona emocionalmente inteligente se siente capaz de poder expresar sus sentimientos y emociones, tanto las positivas como las negativas, además de saber el momento exacto en el que poder expresarlas y el cómo.

Debemos poner en práctica habilidades emocionales, es decir, nuestra competencia emocional cuando nos encontramos ante un problema de índole emocional. Para ello, no debemos olvidar la dimensión social que enmarca la expresión emocional de nuestros estados de ánimo. Por tanto, podemos admitir que, en cierta medida, las habilidades sociales se encuentran vinculadas a las habilidades emocionales, quedando

de esta forma integradas las tres dimensiones del comportamiento, que son: pensar, sentir y hacer, según nos defiende Vallés y Vallés (1996).

## **4. OBJETIVOS Y DISEÑO**

### **4.1.1 Objetivos**

El objetivo principal, con esta mi investigación, es visibilizar las buenas prácticas del colegio CEIP Manuel Canela en materia de Educación Emocional por ser un centro de reconocido prestigio en el área objeto de estudio en Andalucía. La finalidad, por tanto, será conocer la importancia dada a esta y hacer ver la incesante necesidad de su aplicación para lograr el éxito futuro personal y profesional de la persona. Por otro lado, los docentes interesados en dicha temática podrán encontrar en esta una recopilación teórica útil.

Como nos dice Sabino (1992), los objetivos hacen referencia a: ‘‘qué fines se considera posible alcanzar concretamente’’ (Sabino, 1992, p. 28).

Dentro de este objetivo principal, el trabajo pretende alcanzar, además, los siguientes objetivos específicos:

- Fomentar la educación emocional en las aulas.
- Valorar la importancia de educar las emociones desde edades tempranas.
- Conocer los programas o proyectos, aplicados por el centro en relación con la importancia de educar en las emociones.
- Analizar qué competencias socioemocionales consideran primordiales, es decir, más importantes para formar a un docente altamente competente en su ejercicio profesional.
- Valorar los resultados a la hora de aplicar programas de educación emocional.

### **4.1.2 Diseño de la investigación**

Una vez planteados los objetivos que se pretenden obtener con dicha investigación, pasamos a la explicación de la metodología planteada en este estudio. Después de llevar a cabo un largo recorrido, analizando y revisando diferentes fuentes bibliográficas, en relación con la Educación Emocional, damos paso a la explicación del diseño de la investigación para continuar con el estudio.

Para llevar a cabo dicha investigación, y con ello su desarrollo y posterior valoración, nos centraremos en un tipo de metodología descriptiva de carácter, tanto cualitativo como cuantitativo, por su peculiaridad al tratarse de un estudio de caso único,

el cual nos permite el empleo de ambas. Al tratarse de una investigación descriptiva, la manipulación de variables no será necesaria en este estudio, por tanto, nos limitaremos a la observación y recolección de datos para su posterior análisis.

Los instrumentos empleados en la recogida de datos serán, cuestionarios, entrevistas, análisis documentales y técnicas de observación que nos permitirán conocer tanto el grado de satisfacción, como la importancia que tiene para el profesorado del grupo muestra, la Educación Emocional.

El método empleado en el estudio es de índole deductiva, ya que nuestra finalidad con dicho estudio es la obtención de unas conclusiones sobre un caso concreto. Será, por tanto, que nos centraremos en un único colectivo, de manera que podamos obtener una posterior verificación acerca de la efectividad de los programas aplicados en el centro y cómo estos han logrado la obtención de resultados positivos y constructivos en el alumnado. De esta forma estaremos logrando la visualización de las buenas prácticas llevadas a cabo por el centro.

La muestra que vamos a utilizar para el estudio de caso consta de un pequeño grupo representativo de docentes o diferentes informantes, que lleven a cabo o participen en programas relacionados con la materia a estudio y que a su vez formen parte del centro escolar CEIP Manuel Canela.

## **5. METODOLOGÍA**

### **5.1.1 Instrumento**

Una vez hemos planteado el objeto estudio de la investigación, debemos elaborar los instrumentos mediante los cuales procederemos a la recogida de datos para su posterior análisis.

Para la recogida de datos, en el estudio de caso único, llevaremos a cabo el principio de triangulación, de manera que nos permita garantizar la validez interna de la investigación. Una vez aplicada, podremos verificar si los datos que se han obtenido guardan algún tipo de relación entre sí. Para ello, podremos utilizar diferentes fuentes de información, como, por ejemplo; entrevistas a los participantes, revisión de documentación, cuestionarios, análisis documentales, grupos de discusión y/o técnicas de observación, etc...

Según Hernández (1991), los instrumentos de la investigación nos sirven para recoger datos de la investigación. El autor manifiesta que un instrumento de medición adecuado, es el que registra los datos observables, de forma que representen verdaderamente a las variables que el investigador tiene por objeto.

Los pasos que debemos seguir para construir los instrumentos de una investigación son los siguientes (Hernández, 1991):

- Enumerar las variables que se van a medir.
- Revisar la definición de dichas variables de forma que se logren comprender su significado.
- Revisar como han sido definidas operacionalmente las variables.
- Elegir el instrumento y su posterior adaptación al contexto de la investigación.

Para conocer el objeto estudio de la investigación, como es en este caso, la visualización de las buenas prácticas en el centro educativo, procederemos a elaborar un estudio observacional de los participantes que intervienen en él.

Para obtener datos medibles y conocer los resultados deseados, procederemos a la ejecución de diferentes tipos de instrumentos que se describen a continuación.

Elaboraremos un cuestionario alternativo, tanto de preguntas cerradas como abiertas, de manera que la persona encuestada sea capaz de responder a las cuestiones planteadas a la vez que plasme su punto de vista sobre el tema a tratar.

Por otro lado, se llevará a cabo una entrevista con los integrantes, de manera que llevemos a cabo un contacto personal y directo con el sujeto. Con el permiso pertinente, grabaremos las entrevistas de manera que seamos capaces de elaborar posteriormente una recopilación de preguntas para su análisis final.

La observación será tarea fundamental en este estudio, ya que la función principal de mi persona será la elaboración de juicios constructivos en base a la información recolectada. Me centraré en los diferentes programas aplicados y cómo estos han logrado obtener unos resultados positivos y constructivos. Mi labor será la observación y recogida de datos para su posterior análisis. Para esta recolección de datos, será de gran ayuda contar con la colaboración de diferentes informantes, siempre adaptándome a sus circunstancias y posibilidades.

Para la elaboración de mi TFG, será preciso conocer tanto el grado de satisfacción, como la importancia que tiene para el profesorado del CEIP Manuel Canela, la Educación Emocional.

## **5.1.2 Técnicas de recogida de datos**

### **5.1.2.1 Observación**

Se elaboró una propuesta inicial, que se verá desarrollada a continuación, con el objetivo de llevarla a cabo a lo largo del proceso de investigación. Debido a la situación excepcional en la que nos vemos envueltos, ha sido imposible llevar a cabo una observación directa y personalizada de la muestra a investigar, aun así, se ha podido llevar un seguimiento individualizado de cada uno de los sujetos, pudiendo de esta forma sacar conclusiones y anotaciones de tales, logrando reconducir esta mi investigación hacia los objetivos deseados alcanzar.

De manera que seamos capaces de obtener el mayor número de datos, donde apoyarnos en esta investigación, llevaremos a cabo una observación directa y participante de la muestra a estudio. Cuando nos referimos a una observación directa, a la vez que, participante, quiere decir que el contacto con el sujeto a investigar será de forma personal y, participante, ya que la obtención de los datos se conseguirá incluyendo al investigador dentro de la muestra, de manera que podamos obtener los datos de primera mano.

En ella se ofrece una descripción de los hechos para su posterior análisis. Se permitirá, en todo momento, que sea el sujeto quien relate los hechos, la historia, la situación, el problema, etc....

Para llevar a cabo una buena tarea de búsqueda observacional, determinaremos, en primer lugar, el objeto, contexto, caso... una vez que se hayan determinado los objetivos, detallaremos la finalidad de la investigación y posteriormente la forma. La observación debe ser cuidadosa y crítica. Una vez vayamos obteniendo los datos, se registrarán para su posterior análisis e interpretación. Cuando se hayan obtenido suficientes datos, elaboraremos las conclusiones pertinentes para finalmente poder elaborar el informe de observación.

Los recursos que serán utilizados para la recogida de datos serán: grabaciones y fichas.

Será un tipo de observación estructurada, ya que nos ayudaremos de elementos técnicos para llevarla a cabo.

### **5.1.2.2 Entrevista**

Se elaborará una batería de preguntas abiertas, donde comprobaremos la importancia otorgada y la evolución de los programas aplicados en el centro.

**Entrevista:** Responda a las siguientes preguntas lo más claramente posible, si surge alguna duda, pregunte al entrevistador/a:

1. ¿Qué entiende usted por educación emocional?
2. ¿Qué importancia le otorga a la educación emocional en la formación integral de los niños?
3. Podría describirme algunas de las prácticas concretas que usted implementa en el aula para que su alumnado adquiera competencias en materia de educación emocional.
4. ¿Se ha encontrado con dificultades a la hora de aplicar estas prácticas? En caso afirmativo, justifique su respuesta.
5. ¿Han dado resultados positivos? En caso afirmativo o de lo contrario, negativo, justifique su respuesta

### **5.1.2.3 Cuestionario**

Por otro lado, realizaremos encuestas a través de un cuestionario, donde conoceremos; las estrategias y espacios habilitados para la materia, la formación y coordinación del equipo docente en materia de educación emocional y el compromiso, documentación y recursos con los que cuenta el centro para abordar la Educación Emocional en las aulas. Además de las opiniones de los diferentes integrantes que participen en la muestra estudio.

El cuestionario empleado en esta mi investigación, tuvo que ser adaptado, ya que, anteriormente, la elaboración y creación de este, pertenecía a otros investigadores, cuya temática hace referencia a las emociones, pero en especial, a la inteligencia emocional. Debido a su estrecha relación en materia de emociones, no ha sido necesario modificar la totalidad del cuestionario, asegurándonos así de su total efectividad en una posterior recolección de datos.

Para hacer uso de esta batería de preguntas, se requirió el permiso pertinente para su modificación y posterior uso. Dicho cuestionario fue obtenido de una investigación realizada por un grupo de alumnos de Psicopedagogía, cuyo objetivo principal, fue

conocer, a través de los docentes, datos relacionados con la autoestima; valor otorgado, trabajo de fondo, actividades llevadas a cabo, etc....

### **5.1.3 Trabajo de campo**

El trabajo de campo, en una investigación, constituye la parte del proyecto donde se lleva a cabo la teoría pertinente al entorno donde se aplica o identifica el objeto a tratar. En esta investigación, la aplicación de los instrumentos tendrá lugar en un entorno educativo, concretamente, el colegio CEIP Manuel Canela, por ser un centro de referencia en la materia, por su recorrido, su experiencia y el prestigio otorgado por las instituciones educativas.

Para la obtención de los datos a analizar, se han elaborado una serie de instrumentos, que nos ayudaran en la obtención de datos necesarios para conocer tanto el tanto el grado de satisfacción, como la importancia que tiene para el profesorado del CEIP Manuel Canela, la Educación Emocional.

Para ello, llevaré a cabo, como he comentado anteriormente, una recogida de información cualitativa y cuantitativa a través de diferentes técnicas e instrumentos de recogida de datos (cuestionarios, entrevistas, análisis documentales, grupos de discusión y/o técnicas de observación).

Esta propuesta original, fue elaborada antes de conocer el estado en el que actualmente se encuentra nuestra sociedad, fruto del COVID-19. Debido a este, esta investigación ha sido adaptada, ya que, por las suspensiones del sistema educativo, actualmente, resulta imposible aplicar estas técnicas de forma presencial.

Gracias a los consejos y aportaciones del personal docente universitario, en concreto, de mi tutora de TFG, Patricia Villaciervos, llegamos a la conclusión, de que la mejor forma de aplicar los instrumentos de diagnóstico era mediante el uso de la vía telemática. Por ello, tanto los cuestionarios, como las entrevistas y grupos de discusión, serán realizados a través de plataformas vía online.

Se comenzó con el envío de estas nuevas propuestas, a los docentes del centro, ya que estos deberán realizar dichas técnicas de recogidas de datos de forma virtual.

Para ello, se les facilitó el cuestionario a realizar a través de una herramienta web llamada “GOOGLE FORMS”. Se trata de un software de encuestas en línea y herramienta de cuestionarios que nos permite crear cuestionarios personalizados. Esta nos

proporcionara información y gráficos de las respuestas de los docentes encuestados en tiempo real. Se les proporcionará toda la información que precisen acerca de sus pautas de realización.

Por otro lado, las entrevistas, de nuevo, se llevarán a cabo de forma no presencial. Para su ejecución, se hará uso del correo electrónico. Se enviarán las preguntas al entrevistado, esperando sus respuestas pertinentes. Se valorará su grado de implicación en las respuestas generadas, valorando la originalidad, contenido y reflexión.

Las labores de observación serán llevadas a cabo a través de las entrevistas no presenciales, valorando en ellas la implicación de los participantes acerca de la importancia otorgada a las medidas de mejora para potenciar la Educación Emocional en las aulas.

Una vez obtenidos los datos necesarios, se procederá al análisis y contrastación de los resultados.

#### **5.1.4 Análisis de datos**

Como se mencionó anteriormente, la muestra del estudio, la componen un conjunto de docentes pertenecientes al CEIP Manuel Canela, para ello, se utilizó una muestra estratificada significativa, no probabilísticamente representativa, ya que los participantes no tuvieron la misma posibilidad de ser elegidos, sino que se seleccionaron estratificando dicha muestra en relación a las categorías de la población de docentes que eran significativos en el objeto de estudio.

Para dar respuesta a los objetivos anteriormente planteados, se llevó a término un análisis cualitativo y cuantitativo de los datos, de manera que se lograse comprender la realidad del entorno. La finalidad principal era obtener una descripción clara de la situación, a través de la recolección sistemática de los datos, para poder de esta forma interpretar el fenómeno estudio.

En cuanto al análisis cualitativo de las entrevistas, se trataron de analizar, conjuntamente, los resultados de manera que se lograsen extraer las conclusiones pertinentes en base a los objetivos que se plantearon en dicho estudio. Para analizar los resultados obtenidos a lo largo de todo el proceso, me centré en cada objetivo planteado para la investigación, analizándolos, por tanto, en su globalidad.

En segundo lugar, para el análisis cuantitativo de los datos, se facilitó la elaboración de un cuestionario, para concretar y validar la información obtenida en las entrevistas, anteriormente realizadas.

En la primera parte de la investigación, se analizaron y evaluaron las entrevistas realizadas a los profesores. Dicha entrevista, consta de un total de 3 entrevistas grabadas y transcritas, con una duración de 15 minutos cada una.

El estudio de la entrevista es útil para comprender el fenómeno, no para obtener una explicación de este. El análisis de la información nos facilita su comprensión, nos conduce a explicaciones alternativas, representa un proceso de comparación. Se busca, por tanto, comprender el comportamiento de los participantes involucrados, de forma que se puedan estudiar sus interacciones y el significado para estos.

La persona entrevistada, en este caso el docente, será un sujeto activo, comunicativo, el cual compartirá su experiencia, esencial para la investigación. La finalidad, a la hora de elegir a los participantes, para la elaboración de las entrevistas, era encontrar a docentes, que, gracias a su conocimiento y experiencia en la materia, fuesen capaces de transmitir la información necesaria que demanda dicha entrevista.

Para sintetizar la información aportada en las entrevistas anteriormente realizadas, se han elaborado diferentes gráficas de resultados, a través de tablas de contenido, centrándonos como se ha comentado anteriormente, en los objetivos previamente establecidos.

Por otro lado, el análisis cuantitativo de los datos, obtenidos en base a un cuestionario, a través del análisis descriptivo (frecuencias, porcentajes y medias) de los resultados obtenidos, se representará mediante diferentes tablas y gráficos, de manera que seamos capaces de mostrar la veracidad de los objetivos establecidos en dicha investigación, exponiendo el contenido de los datos para conocer de primera mano la opinión docente acerca de la importancia de implementar materias de educación emocional a su alumnado.

El cuestionario fue proporcionado a un total de 4 docentes, pertenecientes al centro, los cuales llevan a cabo, en sus funciones docentes, contenido o materia en relación con la educación emocional.

## 6. RESULTADOS

Los resultados obtenidos, a través del análisis cualitativo de las entrevistas, han logrado extraer conclusiones en base a los objetivos planteados.

- **Objetivo 1:** fomentar la educación emocional en las aulas.

<b>Pregunta 1:</b> ¿Qué entiende usted por educación emocional?	
<b>Objetivo 1:</b> fomentar la educación emocional en las aulas.	
<b>Entrevistados:</b>	Para asegurarnos de la importancia de implementar la educación emocional en las aulas, se preguntó a los sujetos participantes, el concepto y la importancia que estos otorgan a la educación emocional. En conjunto, estos reflejaron como la educación emocional es esencial para el crecimiento futuro, personal y profesional del alumno, ya que esta permite desarrollar las competencias emocionales y con ello el crecimiento de la persona. Fomenta un aumento de la autoestima, el autoconcepto, las habilidades sociales. En conclusión, el adquirir competencias emocionales, ayuda en el desarrollo de las capacidades afectivas, las relaciones interpersonales con los demás y a adquirir pautas de convivencia con resolución pacífica de conflictos.
Ángela Martínez Sánchez	
Carmen Rocío Álvarez Hermosin	
Andrés Bonilla Carmona	
M <sup>a</sup> Antonia Aguilar Díaz	

- **Objetivo 2:** valorar la importancia de educar las emociones desde edades tempranas.

<b>Pregunta 2:</b> ¿Qué importancia le otorga a la educación emocional en la formación integral de los niños?	
<b>Objetivo 2:</b> valorar la importancia de educar las emociones desde edades tempranas.	
<b>Entrevistados:</b>	Todas las entrevistas reunieron un punto de vista común, y es la extrema necesidad de fomentar la educación
Ángela Martínez Sánchez	

Carmen Rocío Álvarez Hermosin	emocional. Según estos, su implementación en las aulas es esencial. El desarrollo cognitivo y emocional deben ir unidos, de forma que se logre un correcto desarrollo de la personalidad integral de la persona.
Andrés Bonilla Carmona	

- **Objetivo 3:** Conocer los programas o proyectos, aplicados por el centro en relación con la importancia de educar en las emociones.

**Pregunta 3:** podría describirme algunas de las prácticas concretas que usted implementa en el aula para que su alumnado adquiriera competencias en materia de educación emocional.

**Objetivo 3:** Conocer los programas o proyectos, aplicados por el centro en relación con la importancia de educar en las emociones.

<b>Entrevistados:</b>	Se preguntó, al profesorado entrevistado, si estos llevaban, actualmente, programas o proyectos relacionados con la educación de las emociones. Estos afirmaron y remarcaron la extrema necesidad de su aplicación, debido a las dificultades culturales que presenta el centro, agravando la convivencia dentro del aula.  Por tanto, cada uno de los docentes, imparte diferentes técnicas, adaptándose a las necesidades que demande su aula.  Por otro lado, el centro ofrece un plan de Atención Tutorial, en el que independientemente del valor que se trabaje, esté relacionado o no con la educación de las emociones, todas las tareas que se realizan son en equipo, fomentando el trabajo cooperativo, la cohesión grupal, la unidad...
Ángela Martínez Sánchez	
Carmen Rocío Álvarez Hermosin	
Andrés Bonilla Carmona	

- **Objetivo 4:** conocer el grado de dificultad de su aplicación.

<b>Pregunta 4:</b> ¿Se ha encontrado con dificultades a la hora de aplicar estas prácticas? En caso afirmativo, justifique su respuesta.	
<b>Objetivo 4:</b> conocer el grado de dificultad de su aplicación	
<b>Entrevistados:</b>	Aunque el colegio CEIP Manuel Canela, es un centro que apuesta por la innovación y el bienestar de sus estudiantes, caben destacar ciertas demandas que no quedan del todo cubiertas.  Una de las dificultades, entre otras, es la falta de conocimiento en la materia. Ya que, aunque todos conocen el significado de las emociones, no todos son capaces de identificarlas en el momento exacto. Es por ello, por lo que, para poder aplicarlas en el aula, es necesario una formación y autoformación. De modo que el docente, sea capaz, de proporcionar estrategias y técnicas para trabajar con el alumnado.  He de destacar también, el apoyo del equipo directivo del centro y del claustro de profesores que avalan el compromiso de manera que se obtenga un beneficio final.
Ángela Martínez Sánchez	
Carmen Rocío Álvarez Hermosin	
Andrés Bonilla Carmona	

- **Objetivo 5:** valorar los resultados a la hora de aplicar programas de educación

<b>Pregunta 5:</b> ¿Han dado resultados positivos? En caso afirmativo o de lo contrario, negativo, justifique su respuesta.	
<b>Objetivo 5:</b> valorar los resultados a la hora de aplicar programas de educación emocional.	
<b>Entrevistados:</b>	La finalidad de toda aplicación de mejora es que esta sea capaz de proporcionar resultados positivos. Para ello, se preguntó al profesorado acerca de la efectividad de dichas actividades en el ciclo del aula.  Según los datos recolectados, los resultados obtenidos son favorables. Gracias al empleo de diferentes
Ángela Martínez Sánchez	
Carmen Rocío Álvarez Hermosin	
Andrés Bonilla Carmona	

estrategias y técnicas de prevención, se han podido intervenir y prevenir diferentes circunstancias que se planteaban en el aula. Por otro lado, ha mejorado el clima de convivencia del centro, se ha observado una mejora del autoconocimiento, una mejora en la toma de decisiones, en las relaciones interpersonales, en el favorecimiento del desarrollo personal, en la mejora del bienestar psicológico del menor, la reducción de la ansiedad, el aumento de la motivación y con ello el rendimiento académico, el bienestar personal, etc...

Se llega a la conclusión, que no únicamente se obtienen resultados positivos dentro del aula, sino que también fuera de esta, logrando que el alumno mejore en su vida personal y familiar.

A continuación, podremos observar los diferentes resultados cuantitativos, obtenidos a través del cuestionario otorgado a los participantes, estos resultados muestran las diferentes respuestas individuales de los participantes.

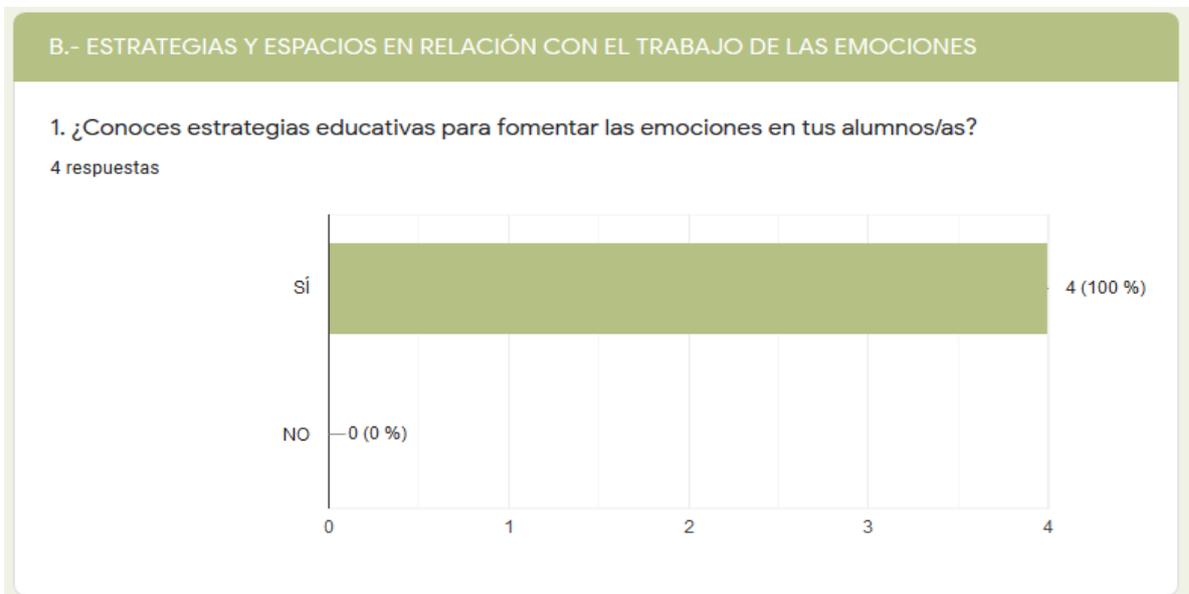


Imagen4: Pregunta 1ª cuestionario

Con un 100% de la totalidad de los participantes, podemos afirmar que el centro educativo, refiriéndonos al colectivo que engloba al centro, identifican y conocen diversas estrategias llevadas a cabo actualmente, encaminadas al favorecimiento y la aplicación de la educación emocional en las aulas.

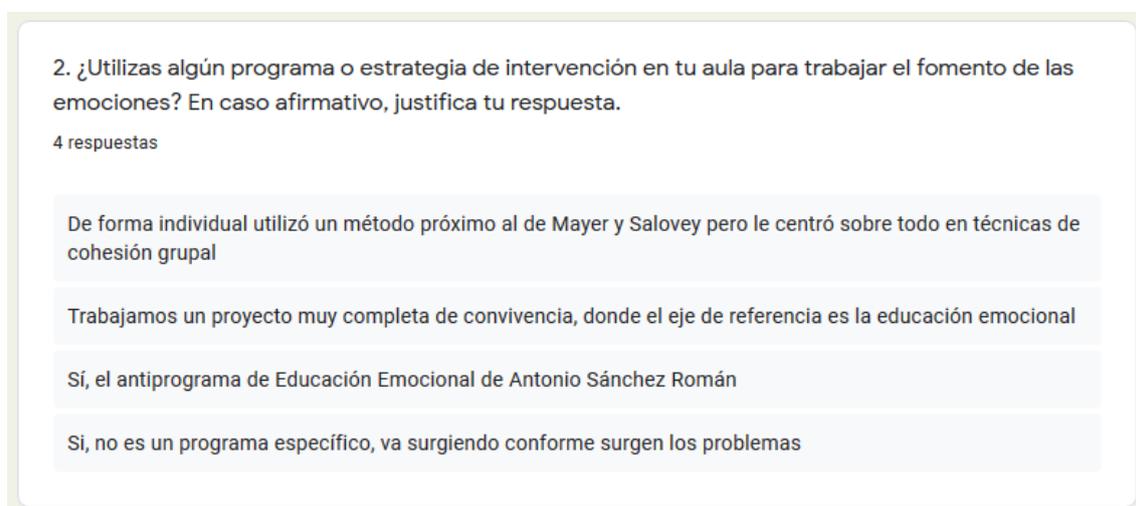


Imagen 5: Pregunta 2ª cuestionario

Desde el principio, se remarcó la importancia de implementar programas que fomentasen el desarrollo de las emociones en los alumnos, por ello una de las cuestiones que fueron lanzadas en dicha encuesta, fue conocer los diferentes programas específicos, aplicados en el CEIP MANUEL CANELA, para garantizar el fomento de las emociones. Al afirmarse su aplicación, fueron diferentes los métodos de enseñanza y opiniones docentes al respecto.

Los programas se aplican, en la mayoría de los casos, de forma individual con el alumno, a través de métodos similares a los de Salovey y Mayer. De manera que se potencien las habilidades para hacer uso de las emociones y con ello facilitar la comunicación de los sentimientos u otros procesos cognitivos. De ahí la importancia de fortalecer en los alumnos el desarrollo cognitivo y emocional, ya que estos deben ir unidos, de forma que se logre un correcto desarrollo de la personalidad integral de la persona.

A su vez, el profesorado del centro enfatiza la importancia de aplicar técnicas que fortalezcan la cohesión grupal, de manera que se favorezcan las relaciones sociales entre el alumnado.

Por otro lado, otra de las estrategias llevadas a cabo, son los proyectos de convivencia, donde la temática principal es la educación de las emociones dentro del aula. La finalidad de dichas sesiones es la formación del alumnado sobre el conocimiento de estas emociones de manera que sean capaces de moderar y adecuar sus emociones dentro y fuera del aula.

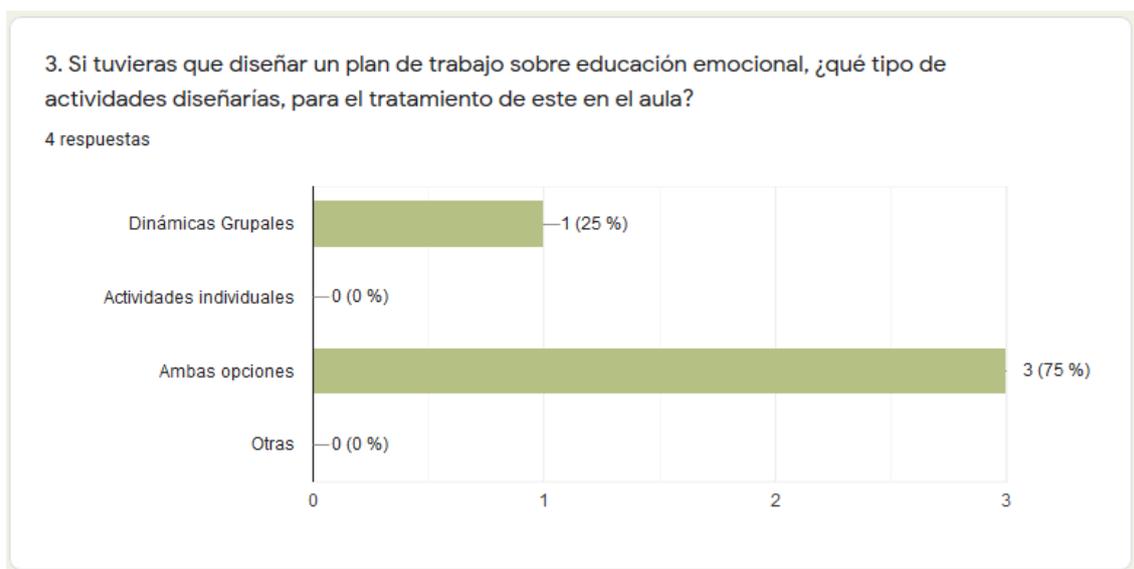


Imagen 6: pregunta 3ª

Como se ha comentado anteriormente, la educación emocional es esencial para lograr el crecimiento futuro, personal y profesional del alumno, ya que este logra desarrollar con ella las competencias emocionales. Es por ello, que, al trabajar con las emociones, se debe diseñar previamente un plan de acción que contenga una serie de actividades, para su tratamiento, que logren adaptarse a las necesidades que demande el aula, de manera que pueda lograrse el crecimiento holístico de la persona

Por tanto, con la finalidad, de hacer visible la importancia de estas y su desarrollo futuro, se les preguntó a los docentes sobre el diseño de planes de trabajo en relación con la materia, dinámicas grupales o actividades individuales. El 75% de los participantes, marcaron la casilla “ambas” y afirmaron que la mejor forma de diseñar un plan de trabajo es aplicando actividades dinámicas tanto individuales, para conocer las situaciones particulares de cada alumno, como grupales, de forma que se trabaje con el colectivo completo y fomentar de esta forma la autoestima, el autoconcepto y las habilidades sociales, es decir, una mejor socialización entre estudiantes.

Un 25%, que se unirían a ese 75%, apostaron por dinámicas individuales, ya que estos sugieren que la mejor forma de tratar al alumnado es focalizando sus situaciones individuales, de forma que sean ellos mismos quienes se superen para adaptarse al colectivo.

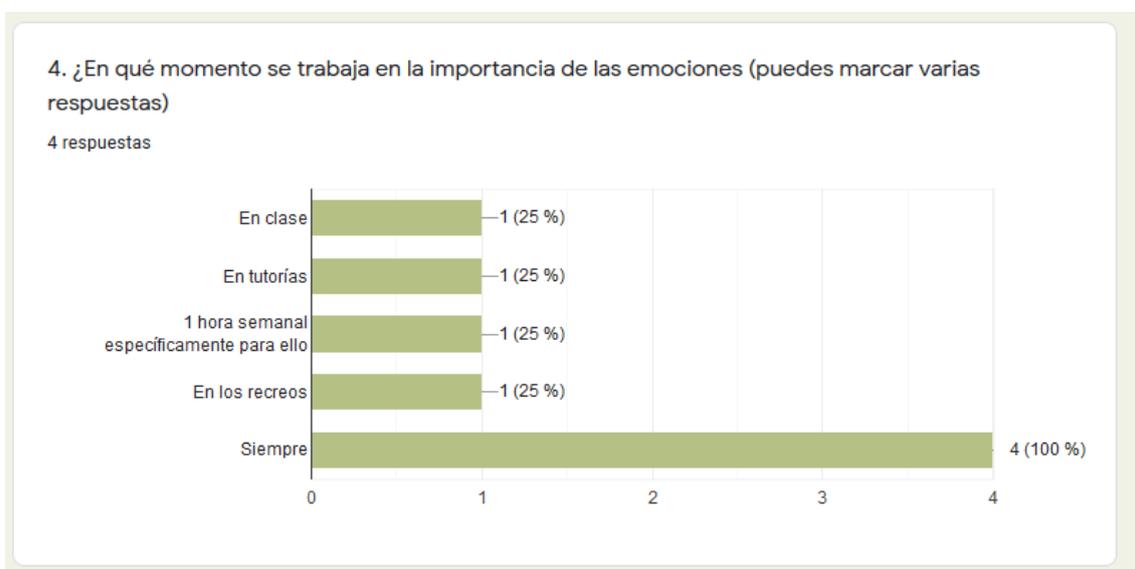


Imagen 7: pregunta 4ª

El gran error, de la educación tradicional, es el no saber extrapolar las materias, es decir, el no ser capaces de extraerlas fuera del contexto del aula. Si un alumno no es capaz de aplicar los conocimientos y actitudes aprendidas, dentro del aula, a sus situaciones diarias, será como si este no las hubiese aprendido.

El aprendizaje de las emociones debe tratarse, dentro y fuera del aula. Ya que el alumno adquiere y forja, gran parte de su personalidad en la escuela. Esta constituye pilar fundamental en la construcción de su persona.

Por tanto, con un 100% podemos afirmar, que el trabajo de las emociones, en dicho centro se trabaja dentro y fuera del aula (aula, tutorías, recreos y horas habilitadas para ello).

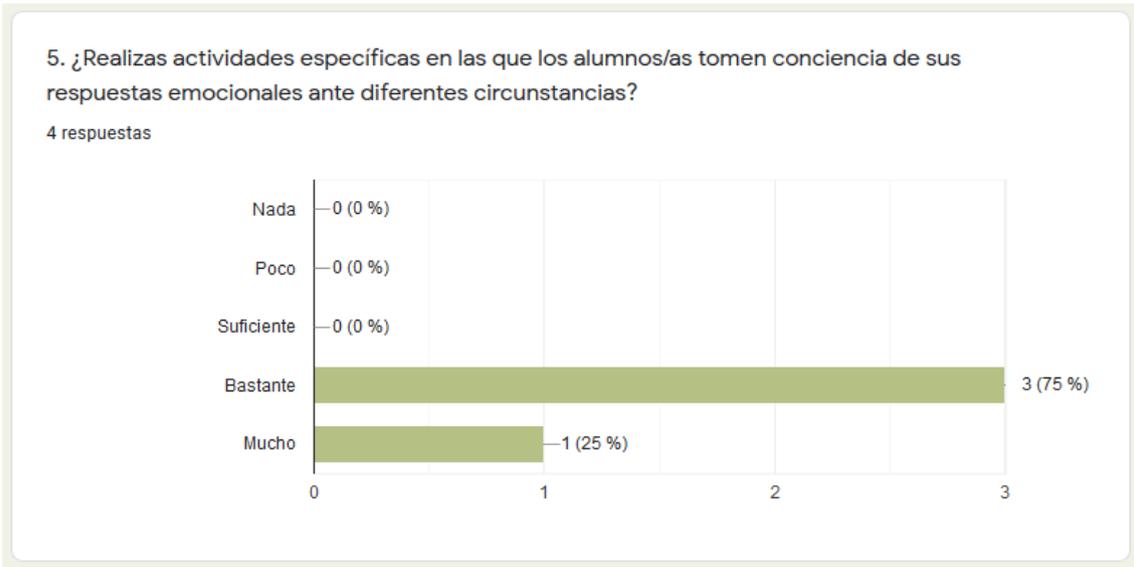


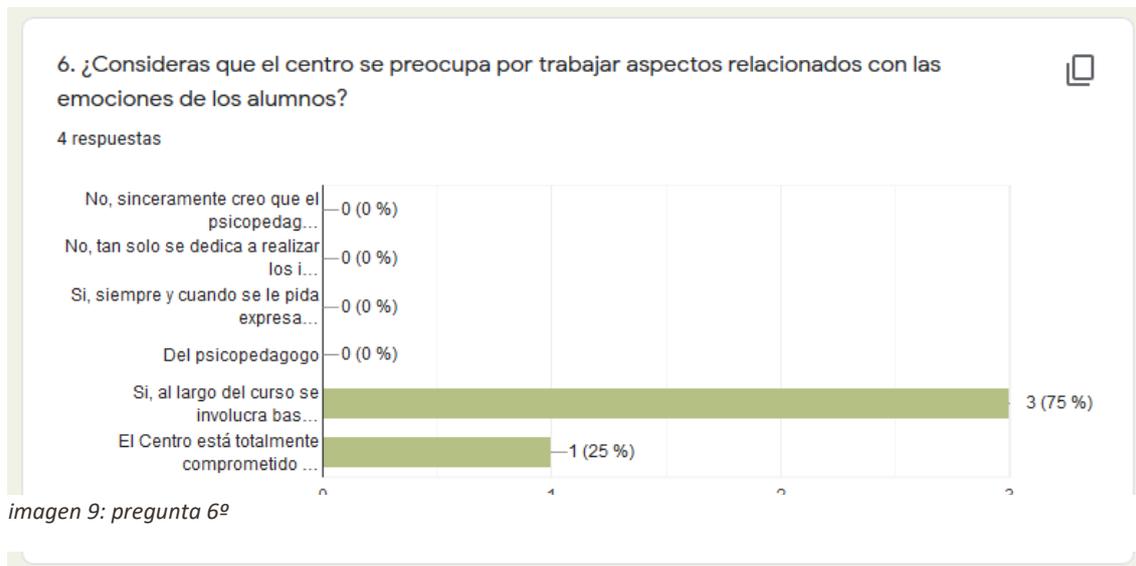
Imagen 8: pregunta 5

Las actividades de mejora, como su nombre indica, tienen una finalidad y es que estas sean capaces de proporcionar resultados positivos, por ello es tarea primordial el aplicarlas en las aulas del centro.

El docente, otorga gran importancia a la aplicación de actividades para concienciar al alumnado. Gracias a estas se han podido intervenir y prevenir diversas circunstancias que se han planteado en el aula, mejorando a su vez, el clima de convivencia del centro, una mejora del autoconocimiento del alumno, mejora en la toma de decisiones, las relaciones interpersonales, el crecimiento personal, mejora del bienestar psicológico, mayor rendimiento académico, mayor motivación, etc...

La escala de valoración puntuó “bastante” con un 75% y “mucho” con un 25%. Podríamos concluir afirmando que resulta esencial en los menores, el hacerles conscientes

de sus propias decisiones, y más aún, como es en este caso en especial, ante colectivos que sufren de inestabilidad emocional.



Como se ha comentado anteriormente, este centro cuenta con una peculiaridad especial, su colectivo. Gran parte del alumnado sufre inestabilidad emocional debido a las situaciones que viven fuera del aula.

Los docentes encuestados, afirmaron otorgar un 100% a su implicación con la materia, aunque todas las mejoras que el docente quisiese implementar en las aulas no serían posibles sin la aprobación y respaldo del centro educativo. La importancia que este otorga a las emociones.

Por ello, quisimos preguntar acerca de la implicación de este en el trabajo de las emociones. Un 75% de los encuestados, garantizaron “la involucración del centro en tareas que fomenten la educación emocional entre el alumnado”. Por otro lado, un 25% enfatiza el “compromiso total” de este.

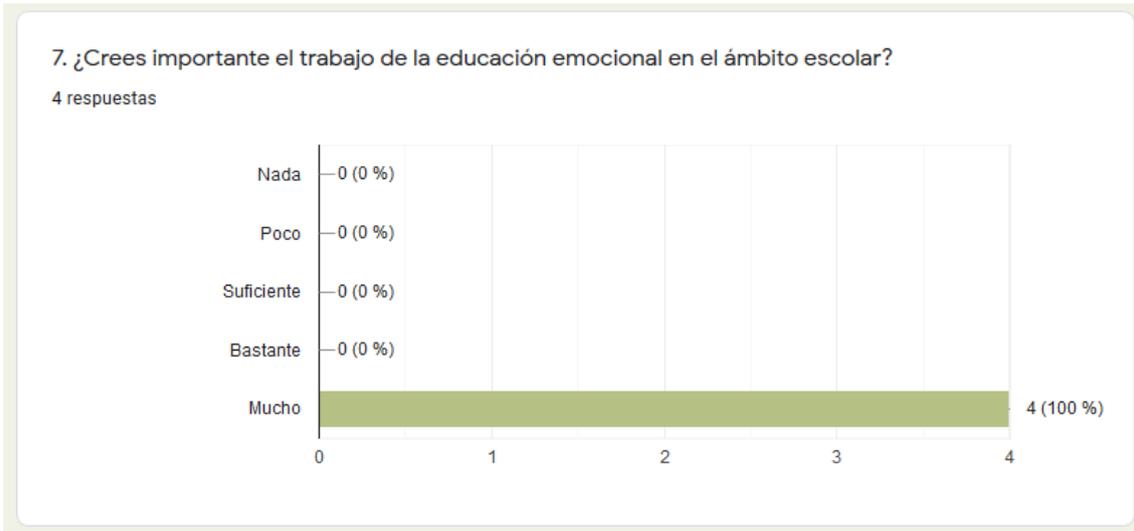


Imagen 10: pregunta 7ª

En la siguiente cuestión, los docentes debían valorar la importancia del trabajo de las emociones en la escuela. En su totalidad, 100%, estos afirmaron que aplicar materias que favorezcan el conocimiento de las emociones, ayuda a modificar conductas dentro del aula. A su vez, mejoran el desarrollo cognitivo y emocional, esenciales para el correcto desarrollo de la personalidad integral de la persona.

Gracias a su aplicación, los alumnos adquieren un modelo de aprendizaje que les ayuda a reaccionar ante cualquier acontecimiento que les obligue a fortalecerse y mejorar como persona.

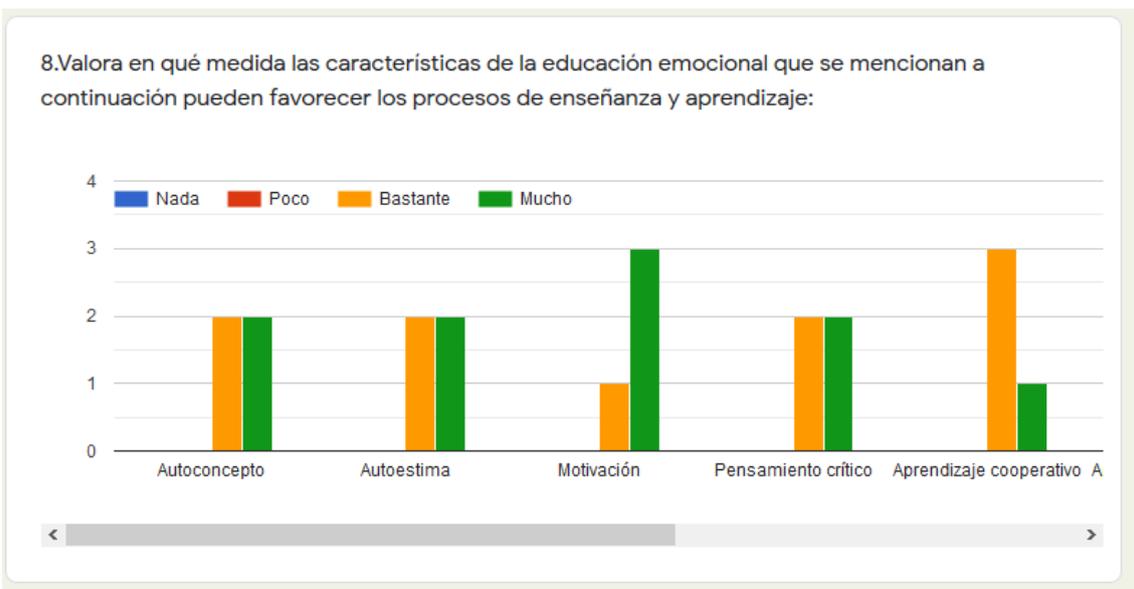


Imagen 11.1: pregunta 8ª

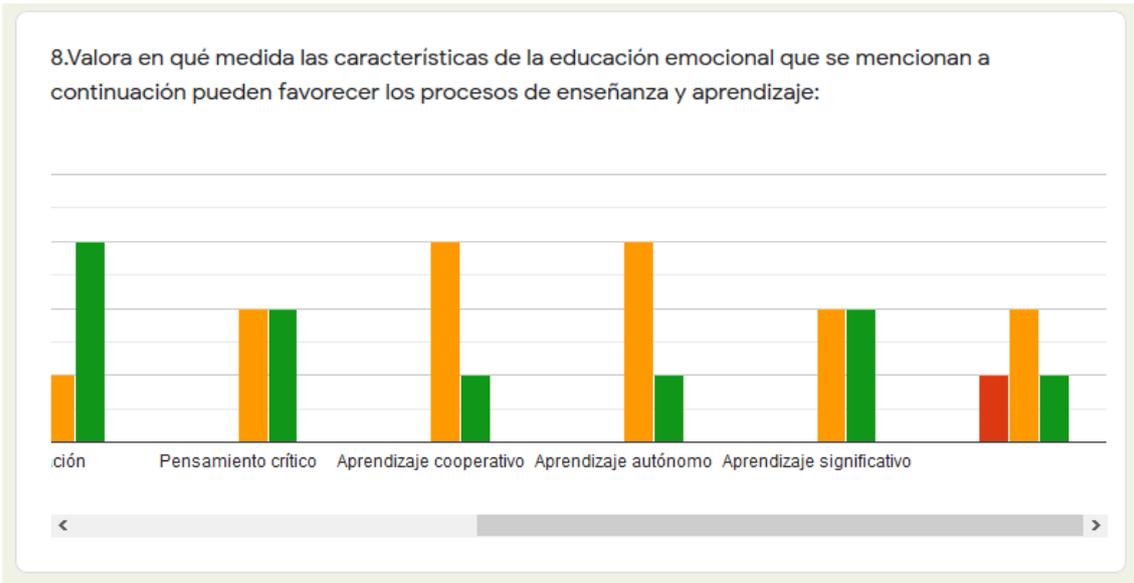


Imagen 8.2: pregunta 8º

El correcto aprendizaje de la educación emocional involucra el desarrollo cognitivo y emocional, ya que ambos deben ir de la mano si queremos obtener el desarrollo de la personalidad integral de la persona. Gracias a esta se pueden percibir, entender y regular nuestras emociones, que, en términos prácticos en el aula, hacen referencia a despertar la motivación del alumnado, la anticipación ante el fracaso, mejorar el comportamiento, controlar los impulsos, mejora de la capacidad de resolución de conflictos, aumento de la empatía, de la confianza, mejora el autoconcepto, etc... En definitiva, el desarrollo de las capacidades afectivas, el aumento de las relaciones sociales y la mejora de la convivencia entre iguales, son mejoras que garantizan el empleo de las emociones dentro del aula.

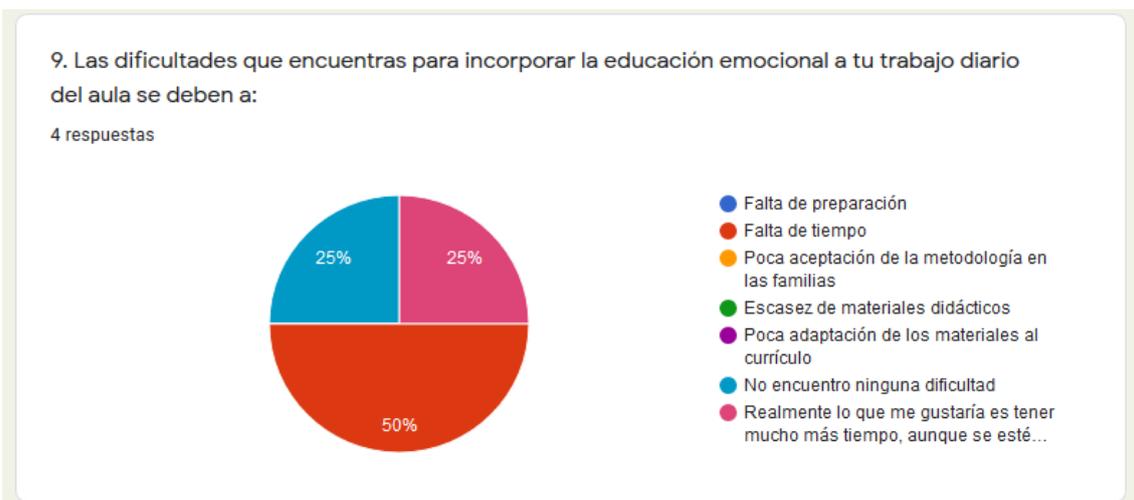


Imagen 9: pregunta 9º

No siempre es fácil llevar a cabo programas dentro del aula, por su impredecibilidad, debido a esto existen demandas que no quedan del todo abordadas.

Unas de las dificultades, que el profesorado menciona con un 25% del total, es la falta de conocimiento en la materia, ya que, aunque todos conocen el significado de esta, no siempre es posible abordarla como se desearía.

Por otro lado, otra de las dificultades a mencionar a la hora de aplicar estos programas, con un 75%, es la falta de dedicación, es decir, la falta de tiempo, debido a las otras demandas que se exigen en el currículo, las cuales suman importancia al resultado académico final.



Imagen 12: pregunta 10ª

Una de las cuestiones fundamentales, antes de emplear cualquier materia en el aula, es la capacitación y formación del personal docente. Ya que, si este no tiene los conocimientos previos necesarios para su implementación, no se alcanzarán los objetivos perseguidos.

En nuestro caso, el 100% del profesorado afirmaba trabajar diariamente los contenidos, junto con los alumnos, ya que como se ha remarcado anteriormente, el docente del centro avala dicho compromiso y vela por garantizar el mayor rendimiento académico y personal del alumno dentro y fuera del aula.

## C.- FORMACIÓN Y COORDINACIÓN DEL CLAUSTRO EN RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.

11. ¿Por quién se lleva a cabo las acciones sobre el fomento de las emociones? (puedes marcar varias respuestas)

4 respuestas

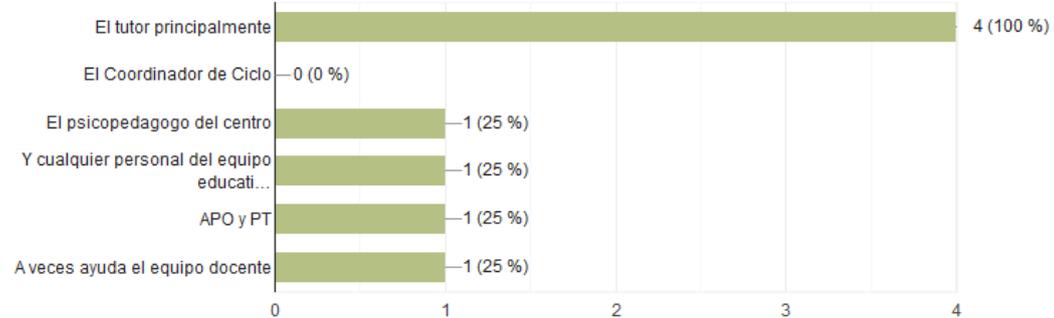


Imagen 13: pregunta 11ª

Es esencial que el personal encargado de llevar a cabo materias en relación con el aprendizaje de las emociones sea un personal lo suficientemente cualificado para dotar al alumnado de la diversidad de su aprendizaje. Este debe estar inmerso en el aprendizaje diario del alumno de manera que identifique y reconozca las demandas del aula. Por ello, los encuestados afirman que la persona responsable, principalmente, de llevar a cabo y aplicar las emociones en el aula es el tutor, ya que conocer de primera mano a los alumnos es esencial para enseñarles cómo hacer un buen uso de las emociones. Y en ello, la cercanía juega un papel principal.

Por otro lado, también otorgan gran importancia al personal psicopedagógico del centro, al personal del equipo educativo, al APO y PT.

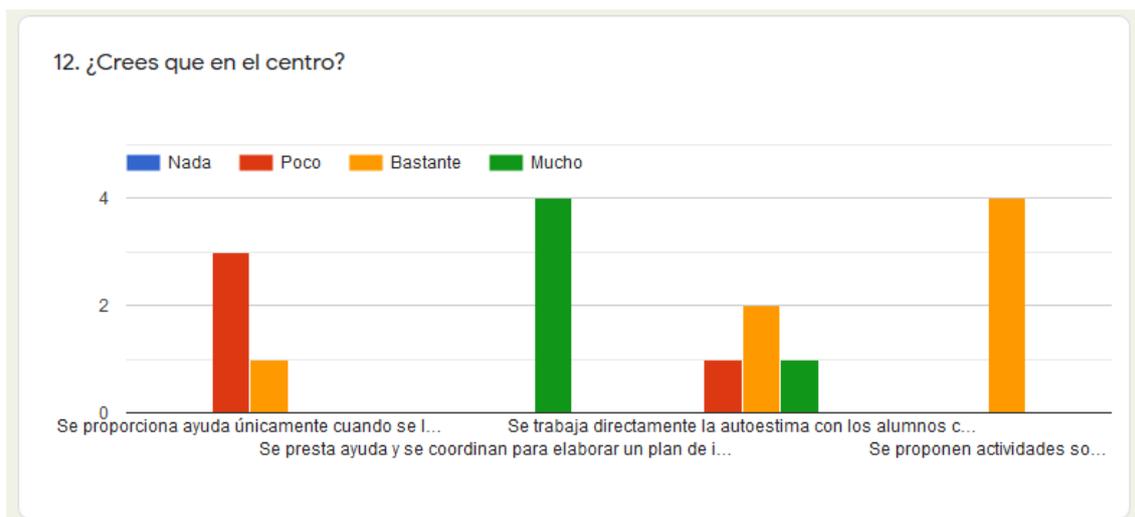


Imagen 14: pregunta 12ª

Como se ha comentado anteriormente, el colegio CEIP Manuel Canela, es un centro que apuesta por la innovación y el bienestar de sus estudiantes. Por ello, ofrece a su alumnado ayuda individualizada de manera que estos puedan adaptarse a cada una de las demandas y necesidades que requieran.

Según los participantes en el centro;

- Se proporciona ayuda al alumno siempre que se detecte que este la necesita, ya que constantemente se trabaja de manera colectiva con el alumnado. Aunque es destacable que cada alumno presenta un cuadro de comportamiento diferente y con ello la necesidad de adaptar a sus posibilidades el aprendizaje
- Se prestan ayuda y se coordinan para elaborar un plan de intervención ante casos concretos con la finalidad de cubrir cada una de las necesidades que se planteen.
- Se proponen actividades sobre el tema a los profesores, para que estos las trabajen con sus alumnos.
- Se trabaja directamente la autoestima con los alumnos con talleres, jornadas, charlas, etc... de manera que se logren forjar unos buenos cimientos en la personalidad del alumno.

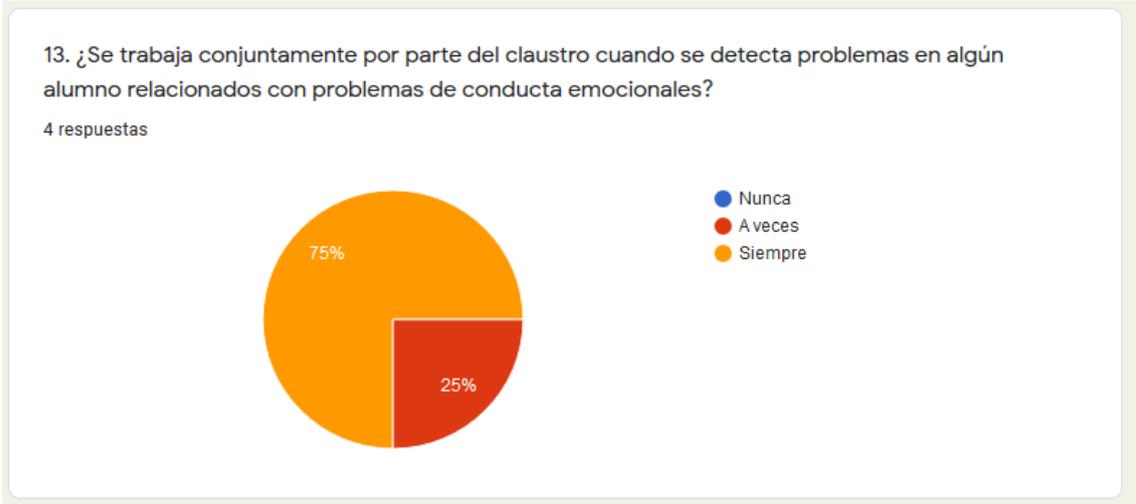


Imagen 15: pregunta 13ª

Para que se obtengan resultados positivos que beneficien al menor y se obtengan de ellos grandes mejoras futuras, debe ser el colectivo al completo quienes se sumerjan en la labor de educar en las emociones. Por ello, el centro brinda especial importancia al trabajo colaborativo de las emociones.

Según el 75% de los docentes, siempre que se detecta cualquier necesidad, por parte de un alumno, se trabaja conjuntamente con él, de manera que pueda ofrecérsele al alumno la mejor atención y resolución de los problemas que se planteen.

A su vez, el 25% restante, apuesta por el compromiso constante por parte del claustro académico.



Imagen 16: pregunta 14ª

Como se comentó, al principio de la investigación, es esencial la formación del profesorado, ya que será este el encargado de transmitir, a sus alumnos, todos y cada uno de los conocimientos. Es importante, al igual que se hace con el colectivo estudiantil, el

preocuparse por la formación del profesorado garantizando de esta forma la excelencia profesional que puede ofrecer un profesional de la educación.

Por ello, es esencial que el docente sea consciente, previamente, del conocimiento, identificación e interiorización de las emociones, para la posterior transmisión al alumnado.

Para corroborar esto, podemos observar cómo el 100% de los docentes encuestados, afirman la importancia de la formación previa del profesorado, para garantizar la formación futura del alumnado.

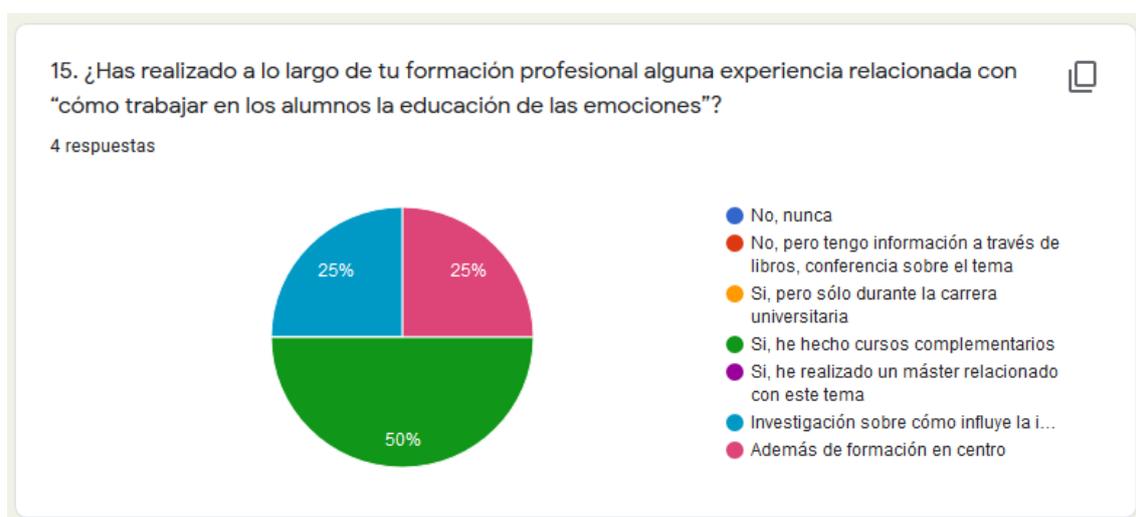


Imagen 17: pregunta 15ª

Como se ha venido comentando, y recalco de nuevo, es esencial la formación personal y profesional del profesorado en base a la educación emocional.

Para conocer el nivel de formación que se les ofrece a los docentes, a lo largo de su recorrido profesional, se formuló dicha cuestión.

Un 50% de los encuestados afirmaron haber realizado cursos complementarios de formación durante su recorrido profesional, lo cual les ha ayudado en su desarrollo profesional.

El 25% estaba de acuerdo con el 50% de los participantes y además afirmaba haber recibido formación en el propio centro.

El 25% restante, afirma no haber recibido formación previa.

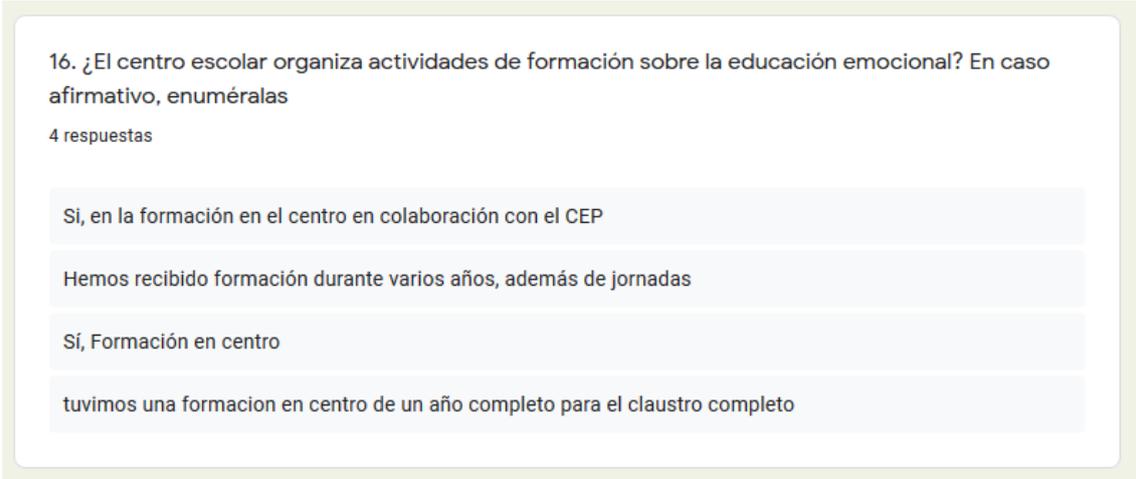


Imagen 18: pregunta 16ª

Como se puede comprobar, el centro escolar CEIP Manuel Canela, es una organización que apuesta por la educación emocional, ya que es el mismo centro quien organiza actividades en relación con el aprendizaje de las emociones. Actividades tales como; charlas, talleres de convivencia, aula de resolución de conflictos, tutorías individualizadas y grupales, programas de mejora, etc...

A su vez, este realiza formación en colaboración con otras instituciones como es el caso del CEP, además de jornadas formativas y la formación que ofrece el mismo centro.

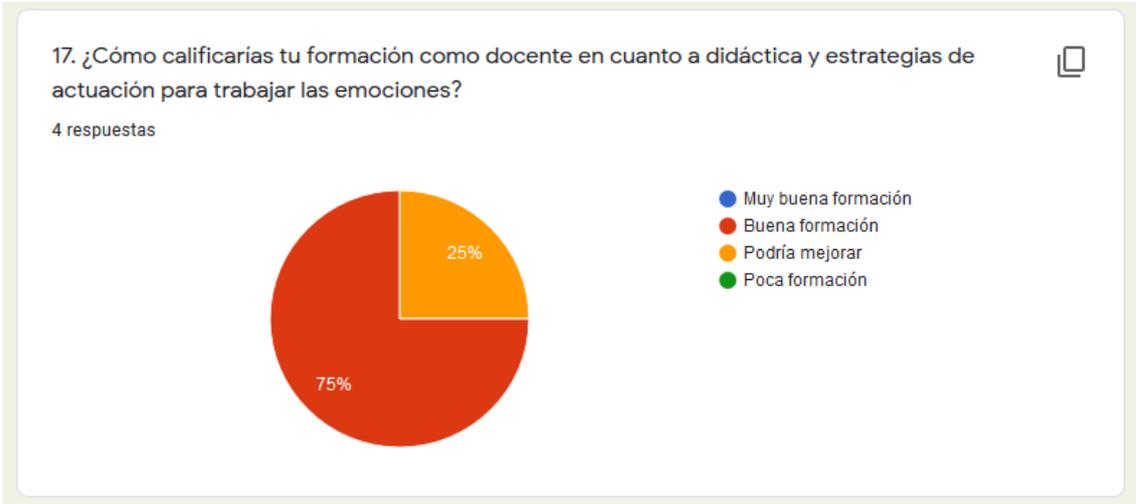


Imagen 19: pregunta 17ª

En general, la formación de los docentes pertenecientes al centro es aceptable. El 75% de los participantes afirma tener una buena formación en materia de educación emocional. El 25% restante, reitera la opinión de la mayor parte de los docentes, aunque remarca la posibilidad de establecer mejoras en dicho plan.

D.- COMPROMISO DEL CLAUSTRO, DOCUMENTACIÓN Y RECURSOS CON LOS QUE CUENTA EL CENTRO EN RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.

18. ¿En qué grado crees que el centro está comprometido con el trabajo de las emociones?

4 respuestas

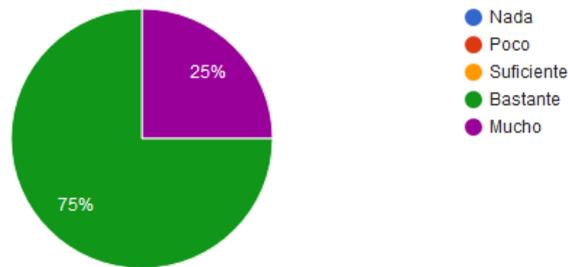


Imagen 20: pregunta 18ª

Como en ocasiones anteriores se ha confirmado, el centro tiene como imprescindible la formación en el conocimiento de las emociones para garantizar la formación holística del alumnado.

El 75% de los participantes catalogan el grado como “bastante” y el 25% restante como “mucho”, lo que viene a significar que ambos garantizan el compromiso del centro en la apuesta por la educación emocional.

Valora el grado de compromiso con la educación emocional de los siguientes agentes:

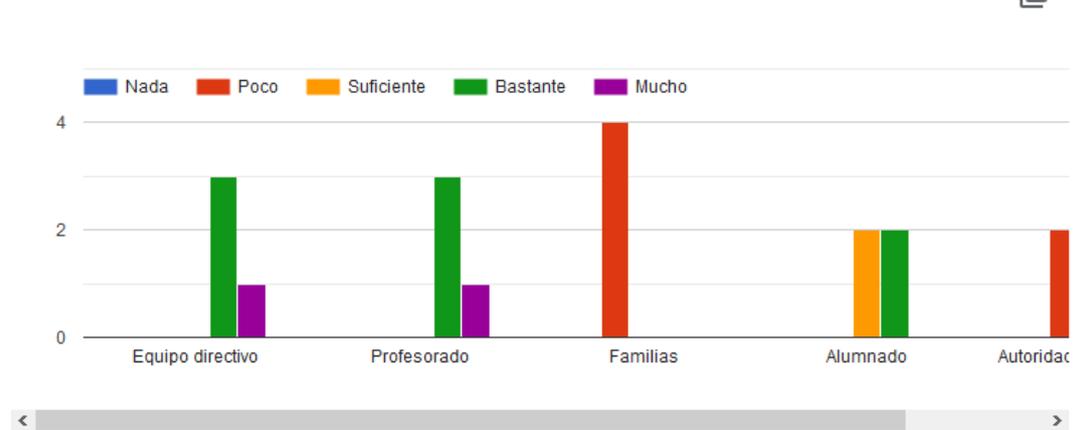


Ilustración 19.1: pregunta 19ª

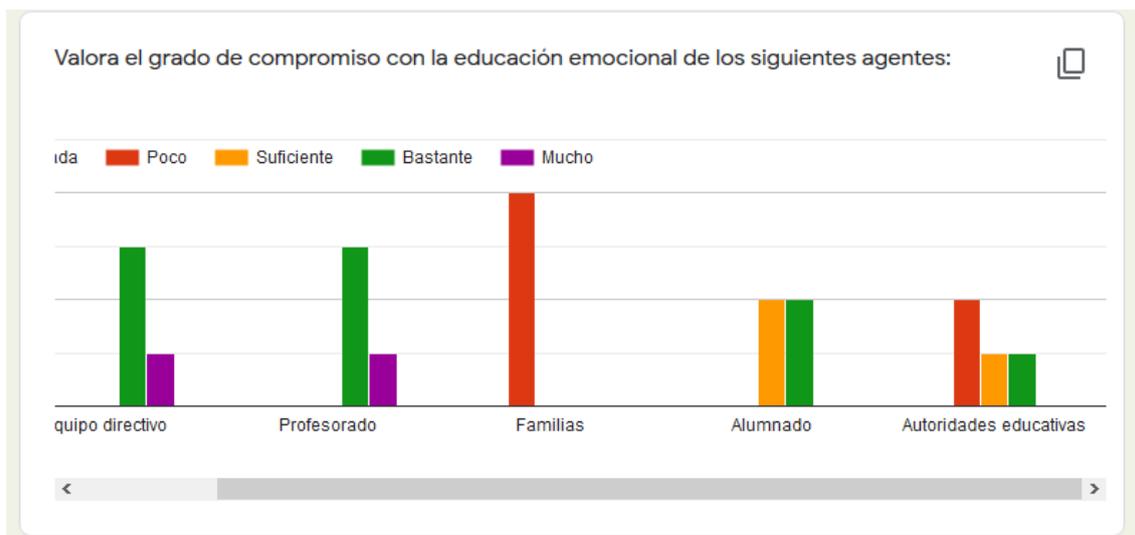


Ilustración 9.2: pregunta 19

Tanto el equipo directivo, como el profesorado del centro, son conscientes de la importancia de implementar la formación emocional en las aulas. De las mejoras que esta proporciona al alumno dentro y fuera del aula. Aunque no siempre se ven favorecidos los refuerzos por agentes externos al centro educativo.

Según los encuestados, esta debería ser una labor conjunta, que incluyese al colectivo, familias y sociedad, en general. Estos afirman que existe una falta de compromiso por parte de estos últimos sobre la importancia real que esta requiere y como beneficiarían a la sociedad si se garantizase el compromiso unánime. Debe tenerse en cuenta, que, la personalidad del menor, en los primeros años de vida, se construye, a través de diferentes agentes socializadores que influyen en la persona y en el comportamiento social de este, dando lugar al desarrollo de su actividad social. Estos agentes son; la familia, la escuela y la sociedad.

Por otro lado, las autoridades educativas avalan la importancia de estas, aunque la mayoría de las veces desconocen la necesidad de su primordialidad.

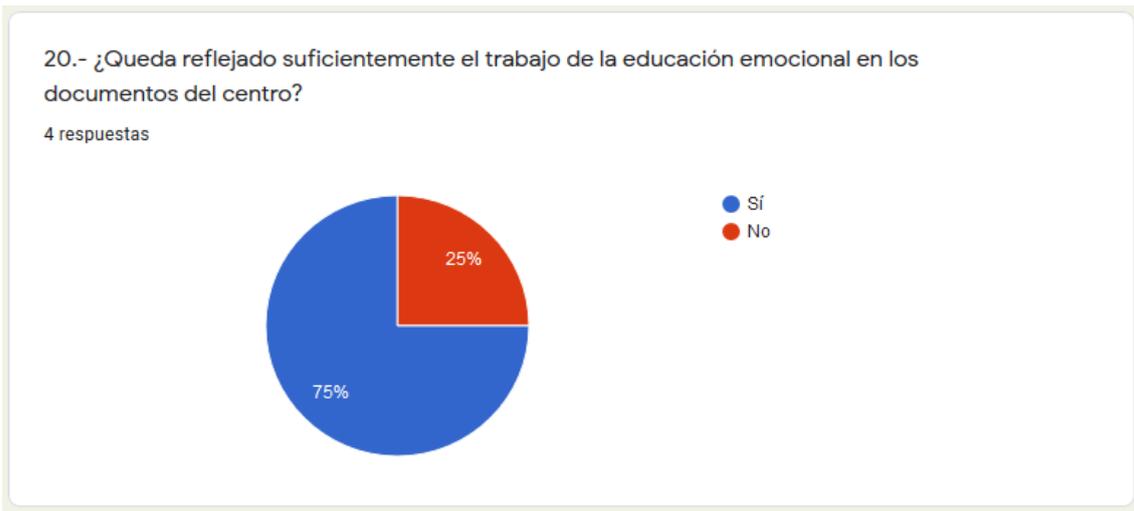


Imagen 21: pregunta 20ª

Para saber si los resultados han sido positivos, debemos acudir a los documentos que los acrediten. El centro intenta en todo momento reflejar la labor y el sacrificio del personal a la hora de implementar esta materia.

El 75% afirma que el centro ve cumplidas sus expectativas en los resultados futuros que obtiene, ya que se comprueba que la aplicación de esta mejora el clima del aula, las relaciones sociales y mejora el rendimiento académico del alumno.

El 25% restante remarca la necesidad de continuar con la labor de mejora.

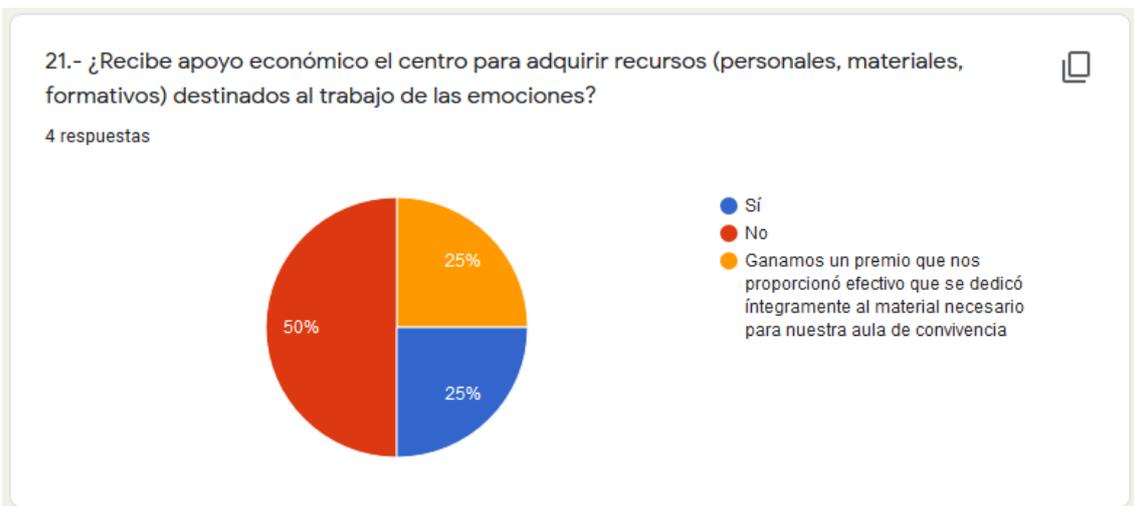


Imagen 22: pregunta 21ª

Con respecto, al apoyo económico, existen diferentes objeciones acerca de dicha cuestión. El 50% de los encuestados afirman que no reciben el suficiente apoyo económico, por parte de otros organismos, que requieren para cubrir cada una de las necesidades diarias que demanda el colectivo estudiantil.

Por otra parte, afirman haber recibido alguna cuantía económica, aunque de forma excepcional y gracias a un premio otorgado por la labor que realizan.

El 25% restante, nos confirma que el centro tiene escaso apoyo económico por parte de otras instituciones.

## **7. CONCLUSIONES, IMPLICACIONES Y LIMITACIONES**

Tras haber elaborado un análisis completo de lo que ha supuesto mi investigación en el centro educativo CEIP Manuel Canela, y con ello la obtención de los datos que permiten corroborar los objetivos perseguidos en este estudio, podemos considerar como esencial y fundamental la importancia de incluir materias de educación emocional en las aulas, de manera que logremos favorecer el desarrollo personal y profesional del alumno y el docente, ya que esta no ayuda únicamente en el desarrollo mental del alumno, sino que a su vez le proporciona las destrezas necesarias para comprender la realidad en la que se encuentran envueltos y capacitarlos para hacer frente a las demandas de la sociedad.

Según los datos obtenidos por parte del equipo docente, protagonistas de este mi trabajo, podemos afirmar que, la realización de materias en relación con la educación emocional dentro del aula, es materia fundamental tanto para el alumno como para el profesorado, ya que esta es una herramienta para el buen desarrollo del aula, capacitando tanto al profesional como al alumno de dotes que garantizan la eficacia diaria de los quehaceres que engrandecen la educación, tan necesaria en una sociedad donde priman las libertades y los derechos por igual.

La implementación de esta materia en el currículo escolar es una tarea pendiente de la escuela de hoy en día. Los alumnos y alumnas requieren, además de los conocimientos puramente académicos, tener un espacio para la expresión, para poder explorar sus sentimientos y se ha demostrado que se puede desarrollar según los planes llevados a cabo por dicho centro, por el bien del alumnado individual y por supuesto, de cara a una mejora de la convivencia para el aula y para la vida en sociedad.

Una de las mayores limitaciones que se me han presentado a la hora de realizar este estudio, ha sido la imposibilidad de llevar a cabo este trabajo de forma presencial, lo cual es esencial para mantener un contacto personalizado con la muestra a estudio. Por otro

lado, las dificultades de no poder agrandar la muestra a estudio, ya que dependía de la voluntariedad del personal docente que, debido a la situación en la que actualmente nos encontramos, tenía que compatibilizar sus quehaceres con la implicación que este precisaba.

Otra de las limitaciones, fue que, al realizar este estudio de caso único con una muestra no tan generalizada, no se podía determinar realmente si con una cantidad mayor de sujetos obtendríamos resultados positivos. Como propuesta en un futuro, me complacería poder realizar una investigación más extensa a la vez que con un mayor número de sujetos, para poder corroborar si, realmente, todo el colectivo esta concienciado en la importancia de la finalidad de dicho estudio.

En cuanto a los logros puedo destacar la motivación, el interés y la implicación por parte de todo el colectivo en hacer visible la importancia que alberga dicha cuestión, facilitando de esta forma el enriquecimiento de mi trabajo y logrando desarrollar mis capacidades investigadoras.

Por último, he de destacar la importancia, de formar a los docentes y a los futuros docentes, en los ámbitos que se requieran necesarios para poder aplicar nuevas técnicas metodológicas que ayuden a afrontar la extensa diversidad que actualmente conviven en las aulas. Docentes que logren fomentar en el alumno la capacidad para adaptarse a las demandas que la sociedad requiere, logrando crear a personas competentes y encaminadas a alcanzar el propósito de la educación; el desarrollo integral de la personal y con ello la mejora de una sociedad futura, que apueste por la inclusión y la diversidad en sus aulas.

## **8. BIBLIOGRAFÍA**

Aristóteles (1988). *Acerca del alma*. Madrid: Gredos.

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 95-114.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.

Bisquerra, R. (2001). ¿Qué es la educación emocional?. *Temáticos de la escuela española*, 1(1), 7-9.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista*

- de investigación educativa (RIE)*, 1(21), 7-43.
- Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Estudios sobre Educación*, 11, 9-25.
- Bisquerra, R. (2014). Educación emocional e interioridad. En L. López (Eds.), *Maestros del corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad* (pp. 223-250). Madrid: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Revista de Educación*, 21(10), 61-82.
- Cannon, W. B. (1927). The James-Lange Theory of Emotions: A Critical Examination and an Alternative Theory. *The American Journal of Psychology*, 39, 106-124.
- Caruana, A. y Gomis, N. (2014). *Cultivando emociones*. Generalitat Valenciana.
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Valencia.
- Chóliz, M. (2005). *Psicología De La Emoción: El Proceso Emocional*. Valencia: Departamento de psicología básica.
- Del Valle, A. (1998). Educación de las emociones. *Educación*, 7(14), 169-198.
- Delors, J. (1996). Los cuatro pilares de la educación. *La educación encierra un tesoro* (pp. 91-103). Madrid: Santillana.
- Elias, M., Hunter, L., y Kress, J. (2001). Emotional intelligence and education. En J. Ciarrochi, J. Forgas y J. Mayer (Eds.), *Emotional Intelligence in everyday life. A scientific inquiry* (pp. 168-215). Philadelphia: Psychology Press.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2002). Educando emociones. La educación de la inteligencia emocional en la escuela y la familia. En P. Fernández-Berrocal y N. Ramos (Eds.), *Corazones inteligentes* (pp. 353-375). Barcelona: Kairós.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19(3), 63-93.
- Flórez, R. (2001). El campo disciplinar de la pedagogía. En Flórez, R. y Tobón, A. (Eds.), *Investigación educativa y pedagógica* (pp. 13-26). Bogotá: McGraw Hill.

- Gallego, D., Alonso, C., Cruz, A., y Lizama, L. (1999). *Implicaciones Educativas de la Inteligencia Emocional*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Galvis, R. (2007). De un perfil docente tradicional a un perfil docente basado en competencias. *Acción pedagógica*, 16, 48-57.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Hernández, R. (1991). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.
- Ibarrola, B. (2014). *Competencias emocionales de los cuidadores de personas mayores*. Madrid.
- James, W. (1884). What is an Emotion?. *Mind*, 9(34), 189-190.
- Lazarus, R. S. (1991). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, 46(4), 352–367.
- Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía. *Boletín Oficial del Estado*, 252, de 26 de diciembre de 2007, 1 a 128. Recuperado de <https://www.juntadeandalucia.es/boja/2007/252/boletin.252.pdf>
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006, 17158 a 17207. Recuperado de <https://www.boe.es/boe/dias/2006/05/04/pdfs/A17158-17207.pdf>
- Real Decreto 126/14, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 52, de 1 de marzo de 2014, 19349 a 19420. Recuperado de: <https://www.boe.es/eli/es/rd/2014/02/28/126/dof/spa/pdf>
- Litwin, E. (1997). El campo de la didáctica: La búsqueda de una nueva agenda. En Camilloni, A. (Eds.), *Corrientes didácticas contemporáneas* (pp.1-16). Buenos Aires: Paidós. (COMPROBAR: [file:///C:/Users/usuario/AppData/Local/Temp/Edith\\_litwin\\_el\\_campo\\_de\\_la\\_didactica\\_ca-1.pdf](file:///C:/Users/usuario/AppData/Local/Temp/Edith_litwin_el_campo_de_la_didactica_ca-1.pdf))
- López, E. (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Práxis.
- López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 3(19), 153-167.
- Märtin, D. y Boeck, K. (1997) *EQ. Qué es la inteligencia emocional*. Madrid: Edaf.

- Platón (1997). *La República*. Madrid: Alianza.
- Real Academia Española (2019). *Emoción*. En Diccionario de la lengua española (edición de tricentenario). Recuperado el 9 junio 2020, de <https://dle.rae.es/emoci%C3%B3n>
- Reeve, J. (2010). *Motivación y emoción* (5ª ed.). México: McGraw-Hill.
- Ruano, K. (2004). *La influencia de la expresión corporal sobre las emociones: un estudio experimental* (Tesis doctoral). Universidad politécnica de Madrid, Madrid.
- Saarni, C. (1997). Emotional competence and self regulation in childhood. En P. Salovey y D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence* (pp. 35-66). Nueva York: Basic Books.
- Saarni, C. (2000). Emotional competence. A Developmental Perspective. En R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace* (pp. 68-91). San Francisco: Jossey-Bass.
- Sabino, C. (1992). *El proceso de investigación*. Caracas: Panapo.
- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-21.
- Sánchez, J. (2010). La competencia emocional en la escuela: una propuesta de organización dimensional y criterial. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 25, 79-96.
- Schachter, S., y Singer, J. (1962). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69(5), 379-399.
- Vallés, A., y Vallés, C. (1996). *Las habilidades sociales en la escuela*. Madrid: EOS
- Vallés, A., y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional: Aplicaciones educativas*. Madrid: EOS.
- Wenger, M. A., Jones, F. N., y Jones, M. H. (1962). Emotional behavior. En D. K. Candland (Ed.). *Emotion: bodily change* (pp. 3-10). Princeton: Van Nostrand.
- Wundt, W. (1896). *Grundriss der psychologie*. Stuttgart: Kröner.

## 9. ANEXOS

### 9.1.1 Anexo 1- cuestionario



## CUESTIONARIO PARA DOCENTES SOBRE LAS ESTRATEGIAS Y RECURSOS QUE SE UTILIZAN PARA TRABAJAR LA EDUCACION EMOCIONAL EN LAS AULAS

Mi nombre es Lorena Martín Párraga, soy alumna de 4 año del grado en Pedagogía en la Universidad de Sevilla.

Estoy realizando una investigación para mi trabajo de fin de grado.

Mi objetivo principal, con esta mi investigación, es visibilizar las buenas prácticas en materia de Educación Emocional llevadas a cabo en el centro educativo CEIP MANUEL CANELA (grado de valoración, programas llevados a cabo, trabajo, realización, etc...) por ser un centro de referencia en la materia, por su recorrido, su experiencia y el prestigio otorgado por las instituciones educativas.

Para ello, me sería de gran utilidad que cumplimentases este cuestionario mostrando sus

Para ello, me sería de gran utilidad que cumplimentases este cuestionario mostrando sus diferentes opiniones y las diferentes circunstancias en las que desempeña su labor educativa de manera que podamos sacar conclusiones sobre el tema mencionado.

Una vez recogida la información, trabajaremos con ella para conocer más de cerca la realidad educativa actual y con la finalidad de investigar y poder transmitir esta información y conocer de primera mano la importancia de la aplicación de los programas en educación emocional, actualmente vigentes en el centro y las mejoras que este produce en las aulas desde su implementación.

Informarles acerca de la confidencialidad de los datos proporcionados. Estos se utilizarán únicamente para el presente estudio. Gracias a ello, se garantiza el anonimato de los informantes.

### INSTRUCCIONES

Marca con una X respuesta elegida. En las preguntas que se puede marcar más de una alternativa ya se indica.

Muchas gracias por su colaboración.

**Siguiente**

#### A.- DATOS IDENTIFICATIVOS

##### NOMBRE Y APELLIDOS

Tu respuesta

---

##### TITULACIÓN MAGISTERIO \*

Tu respuesta

---

##### OTRAS TITULACIONES \*

Tu respuesta

---

##### EDAD \*

Tu respuesta

---

## B.- ESTRATEGIAS Y ESPACIOS EN RELACIÓN CON EL TRABAJO DE LAS EMOCIONES



Descripción (opcional)

1. ¿Conoces estrategias educativas para fomentar las emociones en tus alumnos/as? \*

sí

NO

CARGO \*

Director

Jefe de estudios

Coordinador de ciclo

Tutor

Especialista

Otro: \_\_\_\_\_

Atrás

Siguiente

2. ¿Utilizas algún programa o estrategia de intervención en tu aula para trabajar el fomento de las emociones? En caso afirmativo, justifica tu respuesta. \*

Texto de respuesta larga

---

3. Si tuvieras que diseñar un plan de trabajo sobre educación emocional, ¿qué tipo de actividades diseñarías, para el tratamiento de este en el aula?

- Dinámicas Grupales
- Actividades individuales
- Ambas opciones
- Otras

4. ¿En qué momento se trabaja en la importancia de las emociones (puedes marcar varias respuestas) \*

- En clase
- En tutorías
- 1 hora semanal específicamente para ello
- En los recreos
- Siempre

5. ¿Realizas actividades específicas en las que los alumnos/as tomen conciencia de sus respuestas emocionales ante diferentes circunstancias? \*

- Nada
- Poco
- Suficiente
- Bastante
- Mucho

6. ¿Consideras que el centro se preocupa por trabajar aspectos relacionados con las emociones de los alumnos? \*

- No, sinceramente creo que el psicopedagogo de mi centro no realiza esta función.
- No, tan solo se dedica a realizar los informes que se le piden o a realizar test y cuestionarios.
- Si, siempre y cuando se le pida expresamente, nunca como objetivo de su programación.
- Del psicopedagogo
- Si, al largo del curso se involucra bastante con los alumnos y en alguna ocasión ha realizado alguna activi ...
- Otra...

7. ¿Crees importante el trabajo de la educación emocional en el ámbito escolar? \*

- Nada
- Poco
- Suficiente
- Bastante
- Mucho

...

8. Valora en qué medida las características de la educación emocional que se mencionan a continuación pueden favorecer los procesos de enseñanza y aprendizaje: \*

	Nada	Poco	Bastante	Mucho
Autoconcepto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Autoestima	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motivación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pensamiento crítico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aprendizaje cooper...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aprendizaje autóno...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Aprendizaje signifi...

Individualización d...

9. Las dificultades que encuentras para incorporar la educación emocional a tu trabajo diario del aula se deben a:

- Falta de preparación
- Falta de tiempo
- Poca aceptación de la metodología en las familias
- Escasez de materiales didácticos
- Poca adaptación de los materiales al currículo
- No encuentro ninguna dificultad
- Otra...

⋮

10. Independientemente de que hayas o no realizado formación específica sobre este tema, ¿te has interesado en trabajarlo en clase?

- No, no creo que sea fundamental trabajar esto en clase, es un tema que deberían trabajar desde casa
- No lo trabajo directamente como tema en clase, pero sí que me preocupo de reforzar a mis alumnos siem ...
- Si, lo trabajo en el día a día junto con los alumnos intentando siempre reforzar sus esfuerzos y que ellos re...

## C.- FORMACIÓN Y COORDINACIÓN DEL CLAUSTRO EN RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.



Descripción (opcional)

11. ¿Por quién se lleva a cabo las acciones sobre el fomento de las emociones? (puedes marcar varias respuestas) \*

- El tutor principalmente
- El Coordinador de Ciclo
- El psicopedagogo del centro
- Otra...

12. ¿Crees que en el centro? \*

	Nada	Poco	Bastante	Mucho
Se proporciona ayu...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se presta ayuda y s...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se trabaja directam...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se proponen activi...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



13. ¿Se trabaja conjuntamente por parte del claustro cuando se detecta problemas en algún alumno relacionados con problemas de conducta emocionales? \*

- Nunca
- A veces
- Siempre



14. ¿Crees que es importante la formación del docente y alumno en materia de educación emocional? \*

- Sí, siempre
- Sólo en algunos alumnos y docentes
- Sólo en los docentes
- Sólo en los alumnos
- No, nunca

15. ¿Has realizado a lo largo de tu formación profesional alguna experiencia relacionada con "cómo trabajar en los alumnos la educación de las emociones"? \*

- No, nunca
- No, pero tengo información a través de libros, conferencia sobre el tema
- Si, pero sólo durante la carrera universitaria
- Si, he hecho cursos complementarios
- Si, he realizado un máster relacionado con este tema
- Otra...

16. ¿El centro escolar organiza actividades de formación sobre la educación emocional? En caso afirmativo, enuméralas \*

Texto de respuesta larga

---

17. ¿Cómo calificarías tu formación como docente en cuanto a didáctica y estrategias de actuación para trabajar las emociones? \*

- Muy buena formación
- Buena formación
- Podría mejorar
- Poca formación

## D.- COMPROMISO DEL CLAUSTRO, DOCUMENTACIÓN Y RECURSOS CON LOS QUE CUENTA EL CENTRO EN RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.



Descripción (opcional)



18. ¿En qué grado crees que el centro está comprometido con el trabajo de las emociones? \*

- Nada
- Poco
- Suficiente
- Bastante
- Mucho



Valora el grado de compromiso con la educación emocional de los siguientes agentes:

	Nada	Poco	Suficiente	Bastante	Mucho
Equipo directivo	<input type="checkbox"/>				
Profesorado	<input type="checkbox"/>				
Familias	<input type="checkbox"/>				
Alumnado	<input type="checkbox"/>				
Autoridades ed...	<input type="checkbox"/>				

20.- ¿Queda reflejado suficientemente el trabajo de la educación emocional en los documentos del centro? \*

- Sí
- No
- Otra...

21.- ¿Recibe apoyo económico el centro para adquirir recursos (personales, materiales, formativos) destinados al trabajo de las emociones? \*

- Sí
- No
- Otra...

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Descripción (opcional)

### 9.1.2 Anexo 2: entrevistas

<b>PREGUNTA 1:</b> ¿Qué entiende usted por educación emocional?	
<b>Entrevistado</b>	<b>Ángela Martínez Sánchez</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora de educación infantil
<b>Respuesta</b>	
El término Inteligencia Emocional, acuñado por Goleman, recoge la inteligencia intrapersonal e interpersonal de la teoría de la Inteligencias Múltiples de Howard Gardner. Desde este punto de vista teórico, la IE hace referencia a la habilidad para percibir, entender y regular emociones y sentimientos en uno mismo y en el otro. Que, en términos prácticos en el aula, hace referencia a despertar la motivación para anticiparnos al fracaso del alumno, perseverar ante sus frustraciones, anticiparnos a las consecuencias del comportamiento, a controlar el impulso, a solucionar problemas, a	

empatizar, a confiar en los demás.... En definitiva, desarrolla capacidades afectivas, relacionarse con los demás y adquirir pautas de convivencia con resolución pacífica de conflictos.

**PREGUNTA 1:** ¿Qué entiende usted por educación emocional?

<b>Entrevistado</b>	<b>Carmen Rocío Álvarez Hermosin</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora lengua extranjera

**Respuesta**

La educación emocional es saber qué le pasa al alumnado por la cabeza, porque no puede avanzar, por qué llora o no trabaja, y las estrategias y actividades que se usan para gestionar esas emociones. Para mí, es crear unos hábitos donde los alumnos y alumnas se sientan cómodos y se expresen y se acepten unos a otros. En el caso de nuestro alumnado es también enseñarlos a luchar por lo que quieren, contra los clichés que les pone la sociedad y, sobre todo, ayudarles a intentar controlar sus emociones (ira, rabia, alegría, tristeza, ...)

**PREGUNTA 1:** ¿Qué entiende usted por educación emocional?

<b>Entrevistado</b>	<b>Andrés Bonilla Carmona</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Masculino
<b>Rol</b>	Profesor de educación física

**Respuesta**

La educación emocional es un proceso que permite desarrollar las competencias emocionales, y esto conlleva el desarrollo y crecimiento personal de cada uno. Esta te permite mejorar la autoestima, el autoconcepto, las habilidades sociales...te permiten obtener, esas competencias que se pueden aplicar a diferentes situaciones de la vida cotidiana, ya sea de estrés, ansiedad, de conflicto con algún compañero, con un vecino...

**PREGUNTA 2:** ¿Qué importancia le otorga a la educación emocional en la formación integral de los niños?

<b>Entrevistado</b>	<b>Ángela Martínez Sánchez</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora de educación infantil

**Respuesta**

En mi aula de infantil, me atrevo a otorgarle un 100%, las lecciones emocionales más importantes se aprenden durante los seis primeros años de vida, edades en las que se comprende mi alumnado, lo que me convirtiéndome a mí como educadora en un importante modelo para la forma de reaccionar de un alumno ante cualquier acontecimiento enfocado siempre a su adecuado desarrollo.

**PREGUNTA 2:** ¿Qué importancia le otorga a la educación emocional en la formación integral de los niños?

<b>Entrevistado</b>	<b>Carmen Rocío Álvarez Hermosin</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora lengua extranjera

**Respuesta**

Te hablo de mi caso en especial este curso, por ejemplo, tengo un curso bastante numeroso y movido (muchos problemas de conducta), tengo 18 niños y cinco niñas, por lo que puedes imaginar la lucha por el patriarcado dentro del aula. Pues bien, gracias a haber trabajado con ellos diariamente las emociones en asamblea al llegar por las mañanas, la relajación después del recreo, el uso de mediadores en el aula, y de solucionar los problemas de forma conjunta, había cambiado muchísimo su actitud. Obviamente no estoy diciendo que sea el santo grial, pero ha sido uno de los pilares fundamentales para ayudar a la modificación de conducta.

**PREGUNTA 2:** ¿Qué importancia le otorga a la educación emocional en la formación integral de los niños?

<b>Entrevistado</b>	<b>Andrés Bonilla Carmona</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Masculino
<b>Rol</b>	Profesor de educación física

**Respuesta**  
Para mí es super importante, ya que el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional tiene que ir de la mano, ósea, considero esencial para el desarrollo de la personalidad integral de la persona, tanto un desarrollo como otro.

**PREGUNTA 3:** Podría describirme algunas de las prácticas concretas que usted implementa en el aula para que su alumnado adquiera competencias en materia de educación emocional.

<b>Entrevistado</b>	<b>Ángela Martínez Sánchez</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora de educación infantil

**Respuesta**  
Como he comentado anteriormente, la IE es el eje vertical de mi aula, se convierte en una educación transversal, trabajándola sobre todo en los momentos cotidianos del aula.  
Quizás antes de describir las prácticas concretas que realizo, debería describir las características de mi aula para comprender por qué la educación emocional se ha convertido en el eje vertical de mi aula. Como bien sabes, se trata de un centro de difícil desempeño, mi aula concretamente consta con 21 alumno/a de 5 años, 13 niños frente a 8 niñas, por lo que reina “el macho que marca su territorio”, que combinado con el egocentrismo con el que aún se encuentra el alumnado de estas edades... se convierte en una bomba.  
Esta situación dificulta la convivencia en el aula, produciéndose graves problemas de agresividad entre ellos, insultos, faltas de respeto, rabietas.... por lo que desde que tienen 3 años, siempre que surge un conflicto, aparco el currículo y nos centramos en trabajar con técnicas de cohesión grupal, el concepto de equipo, la cooperación, el

trabajo en grupo... En esta línea, nos encontramos también con el rincón de convivencia, se trata de un espacio destinado a solucionar problemas. Este rincón está equipado con los pasos a seguir en la solución de conflictos, imágenes móviles de una boca, para dar el turno de palabra y una oreja para dar el turno de escucha, además de imágenes con distintas caras de emociones. De esta forma cuando surge un problema que puede ser solventado por los propios alumnos, se reúnen los implicados en el problema con el/la mediador/a de clase (por supuesto previamente preparados por el maestro de convivencia) y son los mismos mediadores/as quienes resuelven los problemas dialogando sobre qué ha pasado, cual ha sido el problema, como se ha sentido el implicado, o la seño, y ponen soluciones.

Además de estos momentos esporádicos, en los que trabajo la educación emocional, diariamente realizo dos asambleas en el aula, por la mañana, y tras el recreo para detectar y resolver problemas de convivencia que hayan surgido en el patio.

Me gustaría centrarme en las asambleas de la mañana, las cuales me resultan muy productivas. El alumnado de nuestro centro viene a clase con una “mochila llena” de problemas e inquietudes que le impiden acceder al currículo. Si nada más llegar a clase, te dedicas a impartir contenidos, sin “vaciar esa mochila” el alumno/a se centra en ese problema que trae de casa, no escucha, no atiende, se pierde... y surgen los problemas de convivencia. Es ahí, donde reside la importancia de la asamblea en mi aula, donde le ofrezco al alumno un espacio y tiempo en el que expresarse, liberarse de ese problema, “vaciar la mochila”, recibir lo que necesita, atención, ayuda, consejos de sus compañeros, abrazos....

En edades superiores esta asamblea puede durar cortos periodos de tiempo, pero en mi caso, se trata del corazón de mi aula. Por la corta edad de mi alumnado, no saben identificar ni expresar que es lo que tienen dentro, saben que algo ahí, pero qué, por lo que en ocasiones mis asambleas pueden llegar a durar hasta dos horas. En este sentido todos los días guío su camino hasta ver que hay en sus corazoncitos de una forma muy sencilla. Al entrar en clase, se sientan en la asamblea hablando entre ellos/as, mientras yo “preparo lo que vamos a hacer en ese día”. Realmente lo que hago es escucharlos, se cuentan sus problemas, inquietudes... Anoto lo que me interesa y tras 15 minutos aproximadamente, me siento con ellos, ofreciéndole ese espacio y tiempo para hablar. Por supuesto, hay quien lo hace y quien no, así aparece otra técnica, la empatía, cuento lo que ese niño/a que no quiere hablar por timidez, por vergüenza, por miedo.... Como

algo que me ha pasado a mí, así el niño/a se ve identificado/a y rompe sus barreras, “vaciando así su mochila de problemas y llenándola de contenidos”

A parte de la asamblea, en nuestra rutina diaria, también trabajamos con nuestro emociómetro, en el que cada niño/a pone en su nombre un emoticono, elaborado por ellos mismo, indicando la emoción con las que se identifica. Además, durante la rutina diaria pueden ir cambiándolos según situaciones que vayan surgiendo en el aula.

Por otro lado, un día a la semana se dedica a trabajar la EE, a través del POAT (Plan de Atención Tutorial), en el que independientemente del valor que se trabaje, esté relacionado o no con la IE, todas las tareas que realizamos son en equipo, fomentando el trabajo cooperativo, la cohesión grupal, la unidad...

**PREGUNTA 3:** Podría describirme algunas de las prácticas concretas que usted implementa en el aula para que su alumnado adquiera competencias en materia de educación emocional

<b>Entrevistado</b>	<b>Carmen Rocío Álvarez Hermosin</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora lengua extranjera

**Respuesta**

Hay muchas actividades que se realizan que ni siquiera puedo nombrarte porque ya son parte de nuestra vida diaria en clase y, al contrario, hay muchas actividades que se hacen a diario y parece que no están relacionadas con la educación emocional, pero son una gran ayuda. Voy a nombrarte algunas que recuerdo:

- Asamblea a las nueve de la mañana (casi hasta las diez, ya que además llegan tarde) donde se les pregunta como están, se relajan, se pone música, se les cuenta un minicuento (recomiendo a Eloy Moreno como autor) y se saca la moraleja, ... Los cuentos los elijo según la problemática que ronda la clase en esos días (liderazgo, autoestima, ...)
- Ronda de preguntas: Ellos le llaman vamos a hacer una rondita. Se trata de sentarnos en círculo y decir un adjetivo de cómo se sienten en ese momento (no es válido ni bien, ni mal, ni regular), a partir de sus respuestas se trata lo que vaya surgiendo, ellos mismos te lo demandan.

- **La silueta:** Cuando se detecta que algún alumno/a está siendo ignorado, no está siendo bien tratado por los demás o simplemente ese niño/a no se siente bien, se pinta su silueta sobre papel continuo y cada compañero/a escribe una cualidad positiva sobre el /ella dentro de la silueta.
  - **Relajación:** Cuando vuelven del recreo o simplemente cuando están muy nerviosos, se corta la clase y se les relaja, música, cosquillas, masaje, hasta que se puede volver a retomar la clase
  - **Taller de abrazos:** Se les enseña a dar los distintos tipos de abrazo que existen. Les ayuda a aprender a tener contacto físico sin necesidad de que se lo tomen como algo sexual.
- Pueden darse muchas más actividades que ahora mismo no recuerde, si necesitas más información sobre todo esto, háblame o busca en internet que hay muchísimas dinámicas.

**PREGUNTA 3:** Podría describirme algunas de las prácticas concretas que usted implementa en el aula para que su alumnado adquiera competencias en materia de educación emocional.

<b>Entrevistado</b>	<b>Andrés Bonilla Carmona</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Masculino
<b>Rol</b>	Profesor de educación física

**Respuesta**

Se realizan bastantes prácticas. Yo en concreto, soy el coordinador de la convivencia, soy la figura de convivencia en el centro, y llevo el aula de convivencia. Por lo tanto, aparte de dar técnicas y estrategias a los profesores para la gestión de aula y para que trabajen la educación emocional con su alumnado. Trabajo esta técnica mediante dinámicas de grupo, contenido de los programas de educación emocional. Un ejemplo, que se me viene a la cabeza es; en las asambleas, por la mañana, dadas las características de nuestro centro, los alumnos llegan con una mochila cargada de emociones, yo les llamo a los niños “analfabetos de las emociones”. Entonces pues, hay muchas familias desestructuradas y hay muchos problemas en sus casas, por tanto, llegan al colegio arrastrando todos esos problemas que traen desde casa y estos se tienen recogidos en el plan de convivencia y por tanto en el plan de centro, qué por las

mañanas, lo primero que se hace en infantil, son las asambleas, que se suelen organizar en la mayoría de los colegios de educación infantil, pues se hace tanto en infantil como en primaria. Se sientan todos en círculo y básicamente se hace un trabajo emocional, de como se sienten, de cómo se encuentra, que es lo que hicieron el día anterior. De forma que se cree un espacio de confianza donde ellos puedan organizar sus emociones. Por lo tanto, el hecho de conocer las emociones, darle nombre, conocer su funciones y beneficios, nos ayuda a relacionarnos con los demás. El expresar nuestros sentimientos sin herir a otras personas es algo muy positivo y eso hay que trabajarlo con los niños. También tenemos un rincón en cada clase para solucionar los conflictos de manera dialógica y hay uno emocional.

En cada se exponen todas las emociones y cada año se van ampliando para que adquieran más vocabulario emocional, ya que es bueno que conozcan las emociones y sepan identificarlas. Si los niños desde pequeños experimentan las emociones positivas con frecuencia, pienso que les ayudará a desarrollar una personalidad más extrovertida, optimista, con una elevada autoestima...

A modo personal no considero que haya emociones buenas o malas, pero sí unas más agradables que otras. Y nosotros como maestros pues debemos preparar a nuestro alumnado para que sean capaces de sentir y vivir todas y cada una de las emociones. Prepararlos para que conozcan las emociones y sepan manejarlas, de manera que logren vivir acordes con el momento que están viviendo.

Por otro lado, se realizan formaciones en el centro, en concreto realice una con Antonio Sánchez, de donde se sacaron actividades de programas de educación emocional y aparte tengo una biblioteca en el aula, que es de convivencia, donde tengo bastantes libros de educación emocional, colecciones emocionales, programas específicos para el control de la ira, muchísimos programas de TEA y bueno, a raíz de películas, cuentos, dinámicas, pues intento trabajar con los niños para que dominen esos impulsos.

Se me ocurren varias actividades para el tema del autocontrol como; el tirarles pompas de jabón y ellos tienen que coger la pompa sin tener que explotarla. Por otro lado, tengo un saco de boxeo que utilizamos para golpear con una mano el saco, con la otra y se trabaja el autocontrol del niño mediante el golpeo de un saco de boxeo.

Crear con ellos un espacio de diálogo. Como he comentado anteriormente, existe un rincón para solución de conflictos, tengo organizada la clase con una parte donde hay sillones más cómodos para que estos se sienten e incluso sentarme yo con ellos. Y es

importante que el niño crezca con habilidades de dialogo de forman que sean capaces de negociar y llegar a acuerdos con otras personas. Creo que las relaciones interpersonales son super importantes, la empatía mediante algunas actividades dinámicas, automotivarse; algo que es fundamental sobre todo para mejorar el rendimiento académico. Yo utilizo constantemente el refuerzo positivo, doy reconocimientos, se hacen asambleas de ciclo para que el alumnado tenga un espacio donde pueda proponer sus asuntos y solucionar sus conflictos. De forma que se logre modificar el funcionamiento del centro, de forma que estos alumnos tengan voz y voto. Como he comentado anteriormente, en el centro se dan reconocimientos al alumnado. Algo que es fundamental. El quitar los negativos y destacar únicamente lo positivo. debemos utilizar lo negativo habrá que ponerle una consecuencia, y no prestar atención únicamente a lo positivo. La escucha activa.

Y básicamente lo que he comentado, dinámicas, cuentos, pelis, que son muy atractivas y posteriormente puedes hacer actividades con ellos sobre estas y las asambleas, rincones, etc...

**PREGUNTA 4:** ¿Se ha encontrado con dificultades a la hora de aplicar estas prácticas?

En caso de ser afirmativo, justifique su respuesta.

<b>Entrevistado</b>	<b>Ángela Martínez Sánchez</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora de educación infantil

**Respuesta**

No, ningún problema. Al contrario, me siento respaldada con el Plan de Convivencia, así como con el maestro de convivencia y el Equipo Docente y Directivo.

**PREGUNTA 4:** ¿Se ha encontrado con dificultades a la hora de aplicar estas prácticas?  
En caso de ser afirmativo, justifique su respuesta.

<b>Entrevistado</b>	<b>Carmen Rocío Álvarez Hermosin</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora lengua extranjera

#### **Respuesta**

Por supuesto que hay dificultad, yo soy tutora y especialista de inglés. Como tal, salgo muchísimo de mi aula. Para mí, la principal dificultad sin ninguna duda es la **falta de tiempo dedicada a la educación emocional en el currículo**. Tener que "perder" horas de tus clases para poder dedicárselo a la mejora emocional del alumnado.

**PREGUNTA 4:** ¿Se ha encontrado con dificultades a la hora de aplicar estas prácticas?  
En caso de ser afirmativo, justifique su respuesta.

<b>Entrevistado</b>	<b>Andrés Bonilla Carmona</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Masculino
<b>Rol</b>	Profesor de educación física

#### **Respuesta**

Las dificultades que me he encontrado al principio era la falta de conocimiento, el centro veía la necesidad de la educación de las emociones, ya que como he comentado anteriormente estos niños son “analfabetos emocionales”, pero claro para poder aplicarlas también hace falta una formación y una autoformación. A principio me costaba más trabajo hasta que hicimos la formación en centros, gracias a la ayuda de Antonio Sánchez, conocimos estrategias y técnicas para trabajar con el alumnado y eso fue un impulso para mí porque comencé a comprarme libros y a formarme.

Entonces la dificultad que me he encontrado, al principio, fue la falta de conocimiento. Pero después ninguna otra más, ya que hemos tenido el apoyo del equipo directivo y todo el claustro estaba interesado, ya que al final es un beneficio para todos.

**PREGUNTA 5:** ¿Han dado resultados positivos? En caso afirmativo o de lo contrario, negativo, justifique su respuesta.

<b>Entrevistado</b>	<b>Ángela Martínez Sánchez</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora de educación infantil

#### **Respuesta**

Por supuesto que sí, creo que ha quedado bien explicado en preguntas anteriores, cómo he utilizado cada técnica, en cada situación y para resolver problemas concretos. Es más, tengo la oportunidad de comparar la situación actual de mi alumnado, que hoy día tienen 5 años, con la situación de ellos mismos hace dos años cuando se incorporaron al colegio. Han mejorado en sus habilidades sociales, son capaces de abrir su corazón explicando cómo se sienten, incluso a veces son capaces de identificar su emoción estado de ánimo. También se han visto reducidos los problemas de convivencia que se resolvían con violencia, utilizando la palabra.

Para resumir los aspectos tratados durante la entrevista, la importancia que la IE asume en mi aula, frente a la inteligencia académica es fundamental ya que esta última depende de la primera. Por ello, la escuela debe ejercer una función directa en la formación de actitudes, sentimientos y autocontrol del alumnado.

**PREGUNTA 5:** ¿Han dado resultados positivos? En caso afirmativo o de lo contrario, negativo, justifique su respuesta.

<b>Entrevistado</b>	<b>Carmen Rocío Álvarez Hermosin</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Femenino
<b>Rol</b>	Profesora lengua extranjera

#### **Respuesta**

Por supuesto, mi clase ha cambiado casi un 80% su comportamiento y yo no soy una experta, ni mucho menos La educación emocional siempre da resultados positivos. Pero...hay que dedicarle tiempo y temporalizar lo demás. Y además creer tú mismo que te va a ayudar. Si el /la docente no cree que sirva para nada, mejor que no haga uso de ella.

**PREGUNTA 5:** ¿Han dado resultados positivos? En caso afirmativo o de lo contrario, negativo, justifique su respuesta.

<b>Entrevistado</b>	<b>Andrés Bonilla Carmona</b>
<b>Modo</b>	Online
<b>Género</b>	Masculino
<b>Rol</b>	Profesor de educación física

#### **Respuesta**

Totalmente positivos, es decir, mediante estrategias y técnicas de prevención, ya que realmente la educación emocional, gran parte lo que hace es intervenir y prevenir muchos conflictos que puedan existir en el aula, por lo tanto, ha mejorado el clima de convivencia, el clima de centro ( hay menos conflictos y todo esto supone la mejora del rendimiento académico del alumnado), la mejora del autoconocimiento y la toma de decisiones, mejora las relaciones interpersonales, favorece el desarrollo personal, el bienestar psicológico del niño, reduce la ansiedad.

Como conclusión diría que la educación emocional la adaptaría a algunos niños que tenían miedo a la hora de dormir, ósea, se trata de trabajar todo. Por ello lo veo super fundamental y me comentó el niño que le ayudó a dormir mejor.

Y especialmente a aumentar la motivación, que es fundamental para el rendimiento académico, y a mejorar su bienestar personal; estar más contento, más felices... y cuando un niño está contento, motivado, feliz y tiene buenas relaciones con sus iguales, por muchos problemas que tenga en casa, al final el niño mejora de manera considerable.

