



## Autocontrol emocional y adquisición de habilidades sociales en estudiantes a través de terapias con animales

### Emotional self-control and social skills acquisition in students through animal therapy

Laura Abellán-Roselló

[laura.abellan@unir.net](mailto:laura.abellan@unir.net)

<https://orcid.org/0000-0003-3009-9024>

Universidad Internacional de la Rioja, España.

Ángela DeLara-López

[angeladelara94@gmail.com](mailto:angeladelara94@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-2798-6119>

Universidad Internacional de Valencia, España.

#### Resumen

El objetivo del presente estudio consistió en determinar si las terapias asistidas con animales se constituyen como marcadores diferenciales, en el autocontrol de las emociones y en la interiorización de las habilidades sociales y de la empatía. La muestra estuvo compuesta por 63 participantes de entre 5 y 17 años (edad media, 13 años; 54% niñas y 46% niños). Se les administró una adaptación de cuatro cuestionarios estandarizados relacionados con las variables estudiadas. Los resultados revelaron regresiones significativas entre la edad y el curso académico de las variables estudiadas. Además, en la comparación de medias mediante el análisis de T de Studen, se obtuvo que las terapias asistidas con animales funcionan mejor en el sexo femenino.

**Palabras clave:** autocontrol, educación de la primera infancia, enseñanza primaria, enseñanza secundaria, pedagogía especial

#### Abstract

The purpose of this study consisted in determining whether animal-assisted therapies are considered as differential markers in emotional self-control and in the acquisition of social skills and empathy. The sample was composed of 63 participants between 5 and 17 years of age (medium age, 13 years; 54% girls and 46% boys). An adaptation of four standardized questionnaires related to the variables of study was administered to the sample. Results revealed significant regressions between age and academic year of the study variables. Besides, in the



comparison of media by means of the analysis of T of Studen, it was corroborated that animal-assisted therapies work better in female sex.

**Keywords:** self-control, education of early infancy, primary education, secondary education, special pedagogy

## **Introducción**

Esta investigación se basó en el estudio de cómo las Terapias Asistidas con Animales (TAA) influyen sobre el autocontrol de las emociones, para ello se contó con animales de las especies canina y equina. Distintos estudios han podido comprobar los múltiples beneficios que aportan las TAA con las personas, sobre todo, con aquellas que tienen algún tipo de discapacidad o problema (Martínez-Abellán, 2008). Además, es gratificante para los profesionales de la educación, observar cómo los alumnos avanzan notablemente y pueden optar por una mejor calidad de vida (Duncan y Allen, 2000).

La muestra estuvo compuesta por 63 participantes de entre cinco y 17 años (edad media: 13 años; Desviación Típica: 3.50; 54% niñas y 46% niños). Entre estos participantes se pueden encontrar dos estudiantes de la Educación Infantil (3,2%), 20 de Educación Primaria (31,7%), 30 de la Educación Secundaria Obligatoria (47,6%) y 11 de Bachillerato (17,5%).

En el estudio se comprobaron las relaciones establecidas entre los diferentes bloques tratados: TAA, Autocontrol y Conciencia Emocional (ACE) y Habilidades Sociales y Empatía (HSE). Estos constructos se analizaron a través de un cuestionario elaborado a partir del Cuestionario de Estilo Emocional (Roger, Guarino y Olason, 2000), Cuestionario de patrón de conducta tipo c (López, Ramírez, Esteve y Anarte, 2002), Escala de Sensibilidad Emocional (Guarino y Roger, 2005) y el cuestionario de terapias ecuestres (González, 2016).

El objetivo general que se propuso fue observar los cambios que introducen las TAA, en el autocontrol de las emociones y en la interiorización de las habilidades sociales y de la empatía, en personas que se encuentran en edad escolar. Los objetivos específicos fueron:

- Saber si la edad y el curso académico afectaba al nivel emocional de los participantes.
- Conocer si la edad, el curso académico y el sexo aumentaba el nivel de adquisición de habilidades sociales y empatía.
- Comprobar si había diferencias en el funcionamiento de las TAA según el género.



La presente investigación se basó en un estudio empírico-analítico y se desarrolló de manera cuantitativa. Concretamente, es un estudio descriptivo de encuesta. Es de naturaleza transversal puesto que se realiza en un momento concreto de tiempo. Se trata de un estudio con carácter retrospectivo, puesto que se describen sucesos y consecuencias que han ocurrido con anterioridad. Y donde se explora sobre las relaciones que existe entre las variables mencionadas durante el presente trabajo.

Para analizar los resultados se utilizó el programa estadístico IBM SPSS *Statistics* versión 25 (2017). Se tuvieron en cuenta las variables dependientes edad, sexo, curso académico y años que el alumnado llevan asistiendo a TAA, así como variables independientes que están relacionadas con los tres bloques mencionados anteriormente: TAA, ACE y HSE. Finalmente, se puede afirmar que, para la muestra estudiada, se observó que las TAA ofrecen cambios a nivel emocional y a nivel social.

## **Desarrollo**

### *Terapias asistidas con animales*

Los animales forman partes de la vida de las personas desde hace muchos años. En las sociedades primitivas se utilizaban para cazar, para realizar tareas agrícolas o para obtener productos como son la leche, el huevo o la lana. Por lo que, desde hace muchos años atrás, existe una relación beneficiosa entre el ser humano y los animales, según Phillips (2003).

A principios del siglo XVIII, en el hospital psiquiátrico York de Inglaterra, el médico William Tucker permitió la estancia de las mascotas para que le hicieran compañía a los pacientes con el fin de tranquilizarlos (Beyersdorfer y Birkenhauer, 1990). Tucker (2004) dijo que los animales que se utilizaban con más frecuencia para las TAA eran los delfines, los caballos y los perros, aunque se puede utilizar todo tipo de animales. Estos animales se usaban para fines terapéuticos en personas enfermas con el fin de mejorar su autoestima (Muela, Balluerka, Amiano, Caldentey y Aliri, 2017). Los animales hacen que estemos seguros y nos aceptan independientemente de cómo seamos (Chandler, 2005).

En 1953 se plantearon las bases de la terapia asistida facilitada por animales. El precursor fue Levinson tras una experiencia vivida en la consulta con su perro Jingle y un niño con problemas de comunicación, desarrollándose entre ambos una interacción positiva. Esto le permitió a



Levinson un mayor acercamiento y la mejora de la intercomunicación con el niño (Levinson, citado en Martínez, 2008). En el año 1969, este mismo autor utilizó por primera vez el término “animales de terapia” y destacó los beneficios que se obtenían a través del contacto con ellos (Levinson, citado en Martínez, 2008).

#### *Autocontrol y conciencia emocional*

De acuerdo con Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden y Dornheim (1998), las emociones son respuestas organizadas hacia una situación de tipo interna o externa, que incluyen aspectos cognitivos, psicológicos y motivacionales. Definen la inteligencia emocional como aquella forma de actuar con el mundo, que tiene en cuenta los sentimientos y engloba una serie de habilidades como pueden ser: el autocontrol de impulsos, la empatía, la motivación, la confianza o la autoconciencia (Finkel y Danby, 2019). Las personas con buenas habilidades emocionales desarrolladas suelen sentirse más satisfechas y son más eficaces en su día a día (Gabel, 2005).

Goleman (2000) distingue dos tipos de inteligencia emocional que son: por un lado, la inteligencia personal, la cual se compone de varias competencias que determinan la manera en la que las personas se relacionan consigo mismas, cuyos componentes son: la conciencia de uno mismo como es la capacidad de reconocer y entender en uno mismo las emociones, fortalezas o debilidades y el efecto que tienen sobre los demás. La autorregulación o control de sí mismo: se define como la habilidad para controlar el propio impulso y cada emoción con el fin de adaptarla a un objetivo, capacidad para responsabilizarse de los propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros. Son personas sinceras e íntegras, controlan el estrés y la ansiedad y son flexibles ante los cambios o nuevas ideas. Y la automotivación: darse a uno mismo las razones, impulso, entusiasmo e interés con el que provocar una acción específica o un determinado comportamiento. Por otro lado, la inteligencia interpersonal, compuesta por competencias que determinan la manera de relacionarse con los demás como son, la empatía: la capacidad de percibir, compartir o inferir en los sentimientos, pensamientos y emociones de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar y las habilidades sociales: la capacidad para manejar las relaciones con los demás e influir sobre ellos.

#### *Habilidades sociales y empatía*



Según Bentosela y Mustaca (2007), la interacción del humano con los animales, hace que se reduzcan los sentimientos de depresión, soledad y ansiedad. Además, también se conoce por los autores Grandgeorge y Hausberger (2011), que las mascotas actúan como sustitutos sociales debido al vínculo que se crea humano-animal, ya que produce bienestar personal y ayuda al desarrollo de habilidades sociales en las personas (Malcolm, Ecks y Pickersgill, 2018).

También, se puede nombrar el apego, el cual es considerado como una de las provisiones sociales de las relaciones humanas, que se requiere para conseguir el bienestar entre los adultos (Weiss, 1991). Por lo que, la combinación de apego y la relación con mascotas, mejora la salud y el bienestar emocional, evitando así, situaciones estresantes para las personas (Compitus, 2019; Garrity y Marx, 1985).

Hay estudios que demuestran que el alumnado que es propietario de mascotas, tiene mayor empatía con los demás, una alta autoestima y mejores habilidades sociales que el resto de personas y aprende más rápido acerca de las interacciones sociales, la reciprocidad emocional y la responsabilidad (Jalongo, Astorino y Bomboy, 2004; Wharton, Whitworth, Macauley y Malone, 2019).

Las habilidades sociales se pueden definir como el conjunto de comportamientos de un individuo en un contexto interpersonal, que expresa actitudes, deseos, sentimientos, opiniones o derechos se adecua a la situación, respeta las conductas de los demás, resuelve problemas inmediatos, reduciendo así, la probabilidad de que aparezcan problemas en un futuro. Para que una conducta se considere social, hay que analizar varios factores como son: las personas, el contexto y la interacción que se establece (Caballo, 2005).

Una vez mencionada la inteligencia emocional, por un lado y las habilidades sociales por otro, se puede decir que hay una gran relación entre ambas, puesto que se juntan y son imprescindibles para la etapa de transición que se produce entre la niñez y la edad adulta, las cuales ayudan a forjar el carácter y la personalidad. Además, afectan al propio autoconocimiento, a la autorregulación, automotivación y a la empatía. Un concepto interesante es el de aceptación social, que se define como la condición individual de una persona con respecto a un grupo de referencia, con el cual se relaciona a través del liderazgo, el compañerismo, la popularidad y el respeto (Zavala-Berbena, Valadez-Sierra y Vargas-Vivero, 2008).



### *La educación a través de las terapias asistidas con animales*

La educación asistida con animales es una educación no formal, dirigida por profesionales de la educación y por especialistas en intervenciones con animales, mediante los cuales se proporciona una educación complementaria a la de los centros escolares, por lo que se puede decir que sirve de apoyo y refuerzo a otras actividades e intervenciones del ámbito educativo (Barker, Barker y Schubert, 2017). A través del desarrollo de las sesiones, los animales se integran al proceso educativo, permitiendo al alumnado aprender de forma dinámica, experiencial, vivencial y experimental, con lo que se facilita el aprendizaje por descubrimiento (Burgon, Gammage y Hebden, 2018). Con este vínculo establecido entre el humano y el animal, se fomenta la participación, la concentración, la motivación, la empatía, las relaciones sociales con los demás o la adquisición de diversos valores. El fin último, es que sean capaces de transferir todo lo aprendido durante estas terapias, a la vida diaria (Prieto, 2018).

### *Descripción de la investigación*

Los participantes en el presente estudio son estudiantes que pertenecen al Centro Ecuestre de la ciudad de Ceuta (España), los cuales están repartidos por los diferentes centros educativos de la ciudad, siendo una muestra heterogénea. Se ha escogido esta muestra porque son personas que están en constante contacto con una gran diversidad de animales, sobre todo, con caninos y equinos, que son los animales en los que se basa la presente investigación. Para la realización de la presente investigación se ha contado con la autorización parental de cada participante. Cada estudiante ha colaborado de forma totalmente voluntaria.

La muestra seleccionada para la investigación está compuesta por 63 participantes, 29 chicos y 34 chicas, es decir, el 46% son chicos y el 54% son chicas, cuyas edades oscilan entre los cinco y los 17 años; la edad media de los sujetos:  $M=13$  años y la desviación típica:  $DS= 3.35$ . Entre estos participantes se pueden encontrar dos estudiantes de la Educación Infantil (3,2%), 20 de Educación Primaria (31,7%), 30 de la Educación Secundaria Obligatoria (47,6%) y 11 de Bachillerato (17,5%).

Para la recogida de datos, se ha diseñado un cuestionario que se ha consolidado con los ítems de otros instrumentos ya validados sobre la TAA y sobre las emociones. Al comienzo del cuestionario vienen las instrucciones para contestarlo y las preguntas a responder a través de un



proceso Likert con cinco opciones (1. Nunca, 2. Casi nunca, 3. A veces, 4. Casi siempre y 5. Siempre). Se ha decidido dividir el cuestionario en tres factores los cuales se analizan posteriormente, dichos factores son: TAA (10 ítems), ACE (18 ítems) y HSE (12 ítems).

Los instrumentos seleccionados para la elaboración del cuestionario, son los siguientes.

- Cuestionario de Estilo Emocional (*Emotional Style Questionnaire* [ESQ]), Roger, Guarino y Olason (2000). Es un cuestionario que incluye 39 ítems el cual mantiene una escala de respuesta dicotómica cierto-falso, con 21 ítems que miden la inhibición emocional y 18 ítems que miden la rumiación. Los índices de fiabilidad y consistencia interna se observan entre 0.73 y 0.92 obtenido a través fórmula de alfa de Cronbach. El constructo sobre el que se basa este cuestionario es de control y estilo emocional.
- Cuestionario de patrón de conducta tipo c (PCTC) de López, Ramírez, Esteve y Anarte (2002). Está formado por 26 ítems dividido en 5 partes: control emocional (5 ítems), racionalidad (4 ítems), represión emocional (5 ítems), necesidad de armonía (6 ítems) y comprensión (6 ítems). Las respuestas son: 1 (Sí) o 0 (No). El índice de fiabilidad y la consistencia interna abarcan desde 0.64 hasta 0.84 obtenida a través de la fórmula de alfa de Cronbach. La dimensión o constructo de este cuestionario es de personalidad tipo C.
- Escala de Sensibilidad Emocional (ESE): Guarino y Roger (2005). Esta escala mide la reactividad emocional de las personas y está formada por 45 ítems agrupados en tres apartados: sensibilidad egocéntrica negativa (22 ítems), distanciamiento emocional (10 ítems) y sensibilidad interpersonal positiva (13 ítems). Los índices de fiabilidad y consistencia interna fueron bastantes aceptados para todas las escalas y oscilan entre 0.71 y 0.82 obtenidos a través de fórmula de alfa de Cronbach. El constructo que se trabaja es la sensibilidad emocional.
- Cuestionario para voluntarios/estudiantes en prácticas en centros de terapias ecuestres según González (2016). Compuesto por 16 ítems con una escala tipo Likert 1. Totalmente en desacuerdo, 2. En desacuerdo, 3. Ni de acuerdo, ni en desacuerdo, 4. De acuerdo, 5. Totalmente de acuerdo. Se ha aplicado con el fin de conocer los beneficios de las terapias ecuestres. El índice de fiabilidad y la consistencia interna oscilan entre 0.67 y 0.86 obtenido a través fórmula de alfa de Cronbach. El constructo de este cuestionario son los beneficios de las áreas: física, psicológica y social.

#### *Resultados de la aplicación del cuestionario*



A continuación, se podrán observar diferentes tipos de regresiones lineales de Pearson realizadas teniendo en cuenta las diferentes variables dependientes y los tres bloques estudiados.

Tras el estudio de los resultados de la tabla 1, se puede comprobar que es un modelo de regresión lineal significativo porque el nivel de significación (0.001) es menor que 0.05, por lo que, la edad sí mejora el nivel emocional. El 33% de la edad de los participantes se predice por la responsabilidad en el control emocional.

**Tabla 1**

*Análisis de regresión lineal entre la edad y el autocontrol y conciencia emocional.*

<b>Procesos/ predictores</b>	<b>F</b>	<b>R</b>	<b>R cuadrado</b>	<b>R cuadrado ajustado</b>	<b>B</b>	<b>T</b>	<b>Sig.</b>
ACE Edad	1.227	.578	.334	.062	12.624	3.593	.001

Fuente: elaboración propia.

Tras la observación de los resultados de la tabla 2, se puede comprender que es un modelo de regresión lineal significativo porque el nivel de significación (0.000) es menor que 0.05, por lo que, la edad sí mejora el nivel de habilidades sociales y empatía. El 23% de la edad de los participantes se predice por la responsabilidad en el control de habilidades sociales y empatía.

**Tabla 2**

*Análisis de regresión lineal entre la edad y las habilidades sociales y empatía.*

<b>Procesos/ predictores</b>	<b>F</b>	<b>R</b>	<b>R cuadrado</b>	<b>R cuadrado ajustado</b>	<b>B</b>	<b>T</b>	<b>Sig.</b>
HSE Edad	1.265	.483	.233	.049	12.301	4.080	.000

Fuente: elaboración propia.

Tras haber examinado los resultados de la tabla 3, se puede observar que es un modelo de regresión lineal significativo porque el nivel de significación (0.007) es menor que 0.05, por lo que, el curso académico sí mejora el nivel de control emocional. El 30% del curso académico de los participantes se predice por la responsabilidad en el control de las emociones.





**Tabla 3**

*Análisis de regresión lineal entre el curso académico y el autocontrol y conciencia emocional.*

<b>Procesos/predictores</b>	<b>F</b>	<b>R</b>	<b>R cuadrado</b>	<b>R cuadrado ajustado</b>	<b>B</b>	<b>T</b>	<b>Sig.</b>
ACE Curso académico	1.046	.547	.300	.013	2.317	2.814	.007

Fuente: elaboración propia.

Tras la comparación de los resultados de la tabla 4, se puede conocer que es un modelo de regresión lineal significativo, porque el nivel de significación (0.000) es menor que 0.05, por lo que, el curso académico sí mejora el nivel de habilidades sociales y empatía. El 17% del curso académico de los participantes se predice por la responsabilidad en el control de las habilidades sociales y empatía

**Tabla 4**

*Análisis de regresión lineal entre el curso académico y las habilidades sociales y empatía.*

<b>Procesos/predictores</b>	<b>F</b>	<b>R</b>	<b>R cuadrado</b>	<b>R cuadrado ajustado</b>	<b>B</b>	<b>T</b>	<b>Sig.</b>
HSE Curso académico	.911	.424	.179	-.018	2.850	4.001	.000

Fuente: elaboración propia.

Tras la interpretación de los resultados de la tabla 5 se puede contemplar que es un modelo de regresión lineal significativo, porque el nivel de significación (0.000) es menor que 0.05, por lo que, el sexo sí mejora el nivel de habilidades sociales y empatía. El 17% del sexo de los participantes se predice por la responsabilidad en el control de las habilidades sociales y empatía.



**Tabla 5**

*Análisis de regresión lineal entre el sexo y las habilidades sociales y empatía.*

Procesos/predictores	F	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	B	T	Sig.
HSE	1.838	.553	.306	.139	2.620	6.092	.000
Sexo							

Fuente: elaboración propia.

A continuación, se comparan las medias a través del análisis de T de Studen, con el fin de observar si las TAA funcionan mejor en el sexo femenino o en el masculino en cada uno de los bloques. En la tabla 6 se comparan las medias de aquellos ítems que han salido significativos puesto que el número de significación es menor que 0.05, lo que indica que sí hay relación entre la variable y el sexo. Por todo esto, se va a observar si hay diferencia significativa en cuanto a hombres y mujeres respecto a las puntuaciones obtenidas.

**Tabla 6**

*Comparación de medias a través del análisis de T de Studen teniendo en cuenta el sexo.*

VARIABLE	SIG.	SEXO	M.	DS.
TAA 6	,00	F: 34	F: 5,00	F: ,000
		M: 29	M: 4,83	M: ,468
ACE 12	,02	F: 34	F: 2,32	F: 1,387
		M: 29	M: 2,00	M: ,926
ACE 25	,02	F: 34	F: 2,88	F: 1,472
		M: 29	M: 1,79	M: ,819
HSE 29	,02	F: 34	F: 3,12	F: 1,409
		M: 29	M: 2,48	M: ,738
HSE 30	,04	F: 34	F: 3,15	F: 1,480
		M: 29	M: 2,90	M: ,939
HSE 38	,02	F: 34	F: 2,47	F: 1,482
		M: 29	M: 1,86	M: ,990

\*Sig. ,05

Fuente: elaboración propia.



Las variables son significativas en su diferencia de medias entre género: la variable TAA6 es significativa para 0,00; las variables ACE12, ACE 25, HSE 29 y HSE 38, son significativa para 0,02; y la variable HSE 30, es significativa para 0,04.

Además, se puede observar, respecto a las medias, que el género femenino siempre alcanza una puntuación superior al masculino, puesto que hay más cantidad de mujeres que de hombres. En el caso de las medias de las mujeres, se puede observar que la M de la TAA6 de mujeres es de 5,00, la de la variable ACE 12, es de 2,32; la variable ACE 25 la M=2,88; la variable HSE 29, cuya media es 3,12; en la variable HSE 30, la M es de 3,15; y en la variable HSE 38, la media es de 2,47.

En cuanto al sexo masculino, la M de la TAA6 es de 4,83, la de la variable ACE 12, es de 2,00; la variable ACE 25 la M=1,79; la variable HSE 29, cuya media es 2,48; en la variable HSE 30, la M es de 2,90; y en la variable HSE 38, la media es de 1,86.

Según estos resultados, se puede interpretar que las variables más significativas son: las TAA suponen momentos de desconexión, disfrute o desahogo; cuando me siento agresivo/a, me descontrolo y lo demuestro; con frecuencia pequeñas cosas bastan para ponerme de mal humor; cuando alguna persona te ofende, ¿te resulta imposible comprenderla, tratarla bien y te pones en su lugar para entenderla ?, y la última, yo trato de no involucrarme emocionalmente con gente que está pasando por situaciones difíciles.

## **Conclusiones**

El objetivo general fue observar los cambios que introducen las TAA, concretamente con especies equinas y caninas, en el autocontrol de las emociones y en la interiorización de las habilidades sociales y de la empatía, en las personas que se encuentran en edad escolar. A través de las diferentes pruebas realizadas: regresión lineal simple de las variables dependientes edad, curso académico y sexo en relación con los tres bloques estudiados y, por último, la prueba T de Studen, donde se han comparado las medias obtenidas teniendo en cuenta la variable sexo, se ha observado cómo se han alcanzado todos los objetivos específicos propuestos.

Con relación a si la edad afecta al nivel emocional de los participantes, se observó que sí hay relación entre la edad y el nivel emocional del alumnado. Se deduce que cuanto mayor es la edad de las personas, mayor autocontrol emocional se tiene, puesto que se es más consciente de los



sentimientos y emociones. Las personas que tienen menor edad, están conociendo aún las emociones y el trato con los animales agiliza su evolución. Esto se relaciona con lo que hablaban Lima y de Sousa (2004) y Torres-Martínez (2006), sobre los beneficios emocionales de las TAA y que se van adquiriendo a medida que va aumentando la edad.

Se confirmó la existencia de relación entre la edad y la adquisición del nivel de las habilidades sociales y de la empatía. Además, se concibe que, a mayor edad, mayor nivel de adquisición de habilidades sociales y empatía, debido al aumento de la intensidad de las relaciones; las TAA ayudan mucho mejorarlas y mantenerlas. Igualmente, aprenden a ponerse en el lugar de los demás, sobre todo de los animales, conociendo cómo pueden sentirse ante diversas situaciones. Valiño-Pérez (2014) habla sobre el vínculo llamado apego que se crea entre las personas y los animales, teniendo mayor capacidad para ser empáticos y sentir dolor ante el fallecimiento de estos, estos sentimientos serán más fuertes a medida que crezcan y maduren.

Los análisis concluyen que el curso académico mejora el nivel emocional del alumnado. Es decir, a mayor curso académico, mejor será el autocontrol emocional del alumnado, debido al aumento de la conciencia de sus emociones. Fine (2010) expone sobre la autorregulación de las emociones que proporcionan los animales, debido al efecto tranquilizador que poseen.

Se identificó que cuanto más alto es el curso académico, mayor capacidad para adquirir las habilidades sociales y la empatía con mayor facilidad, debido a que, durante las terapias, las personas se relacionan de manera continua tanto con los profesionales, como con sus iguales, estableciendo relaciones de amistad y compañerismo más intensas a medida que va aumentando el curso escolar y con ello, la edad. Lo expuesto, se puede relacionar con lo que argumentaban Cirulli, Borgi, Berry, Francia y Alleva (2011) estos decían que el uso de especies caninas en la educación, aumenta la socialización, disminuye la hiperactividad y el comportamiento de confrontación a medida que van aumentando los años.

Se comprobó que existe relación entre el sexo y el nivel de habilidades sociales y empatía. Este resultado deduce, que el sexo de los participantes mejora el nivel de habilidades sociales y empatía. En este análisis, se interpreta que las mujeres tienen mayor capacidad que los hombres para relacionarse con los demás y ponerse en su lugar. Aquí se puede nombrar a Martínez-



Abellán (2008) y Valiente (2009), que exponían los beneficios sociales del trabajo con los animales en ambos sexos.

Por último, también se ha constatado que hay diferencias en el funcionamiento de las TAA según el género. Estos resultados van en la línea de los resultados extraídos de Collica-Cox y Furst (2019).

Las conclusiones generales de esta investigación son las siguientes: se observa que a mayor edad y curso académico se puede adquirir un nivel más alto de autocontrol y conciencia emocional; que, la edad, el curso académico y el sexo están relacionados con la adquisición de las habilidades sociales y de la empatía. Se interpreta que las TAA son muy favorables para trabajar estos aspectos, puesto que, según los resultados, los participantes son capaces de mantener un control de sus sentimientos y emociones; además, al asistir a estas terapias, se relacionan con una variedad de personas con características diferentes con las que mantienen relaciones de compañerismo o amistad, y también, estas terapias ayudan a que sean capaces de ponerse en el lugar, tanto de sus compañeros, como de los animales, siendo capaces de sentir su dolor o alegría.

### Referencias bibliográficas

- Martínez-Abellán, R. M. (2008). La terapia asistida por animales: una nueva perspectiva y línea de investigación en la atención a la diversidad. *Indivisa: Boletín de estudios e investigación*. (9), 117-146.
- Barker, S. B., Barker, R. T. y Schubert, C. M. (2017). Therapy Dogs on Campus: A Counseling Outreach Activity for College Students Preparing for Final Exams. *Journal of College Counseling*. 20(3), 278-288. DOI: <https://doi.org/10.1002/jocc.12075>
- Bentosela, M. y Mustaca, A. (2007). Comunicación entre perros domésticos (*Canis familiaris*) y hombres. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 39 (2), 375-387.
- Beyersdorfer, P. L. y Birkenhauer, D. M. (1990.) The therapeutic use of pets on an Alzheimer's unit. *American Journal of Alzheimer's Care and Related Disorders and Research*. 5, 13-17.
- Burgon, H., Gammage, D. y Hebden, J. (2018). Hoofbeats and heartbeats: Equine-assisted therapy and learning with young people with psychosocial issues—Theory and



- practice. *Journal of Social Work Practice*. 32(1), 3-16. DOI: <https://doi.org/10.1080/02650533.2017.1300878>
- Caballo, V. E. (2005). *Manual de Evaluación y Entrenamiento de Habilidades Sociales*. Siglo XXI.
- Chandler, C. K. (2005). *Animal Assisted Therapy in Counseling*. Routledge.
- Cirulli, F., Borgi, M., Berry, A., Francia, N. y Alleva, E. (2011). Animalassisted interventions as innovative tools for mental health. *Ann Ist Super Sanità*. 47(4), 341-348. DOI: 10.4415/ANN\_11\_04\_04
- Collica-Cox, K. y Furst, G. (2019). Implementing Successful Jail-Based Programming for Women: A Case Study of Planning Parenting, Prison y Pups -- Waiting to “Let the Dogs In.” *Journal of Prison Education and Reentry*. 5(2), 101–119.
- Compitus, K. (2019). Traumatic pet loss and the integration of attachment-based animal assisted therapy. *Journal of Psychotherapy Integration*. 29(2), 119–131. DOI: <https://doi.org/10.1037/int0000143>
- IBM (2017). *Programa estadístico IBM SPSS Statistics Versión 25*.
- Duncan, S. L. y Allen, K. (2000). Los animales de servicio y sus funciones en la mejora de la independencia, la calidad de vida y el trabajo en personas con discapacidades. En *Manual de terapia asistida por animales* (341-364). Fondo Editorial.
- Fine, A. H. (2010). *Handbook on animal-assited therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice*. Academic Press Elsevier.
- Finkel, R. y Danby, P. (2019). Legitimizing leisure experiences as emotional work: A post-humanist approach to gendered equine encounters. *Gender, Work and Organization*. 26(3), 377-391. DOI: <https://doi.org/10.1111/gwao.12268>
- Gabel, R. (2005). *Inteligencia emocional: perspectiva y aplicaciones ocupacionales*. Tesis Doctoral. Recuperado de <https://www.esan.edu.pe/publicaciones/2009/12/07/DocTrab16.pdf>
- Garrity, T. y Marx, M. (1985). Effects of moderator variables on the response to stress. *Stress Psychological and physiological interactions*. 223-240.
- Abellán-Roselló, L. y DeLara-López, A. (2021). Autocontrol emocional y adquisición de habilidades sociales en estudiantes a través de terapias con animales. *Educación y Sociedad*, 19(1), 77-92.



- Goleman, D. (2000). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairos.
- Grandgeorge, M. y Hausberger, M. (2011). Human-animal relationships: from daily life to animal-assisted therapies. *Annali dell'Istituto superior di sanità*. 47 (4), 397-408.
- González, M. (2016). *Beneficios de las terapias ecuestres. Estudio de caso: Asociación Hispalense de Terapias Ecuestres y la Herradura*. Trabajo de fin de grado inédito. Universidad de Sevilla.
- Guarino, L. y Roger, D. (2005). Construcción y validación de la escala de sensibilidad emocional (ESE). *Un nuevo enfoque para medir neuroticismo. Psicothema*, 17, 465-470.
- Jalongo, M. R., Astorino, T. y Bomboy, N. (2004). Canine visitors: The influence of therapy dogs on young children's learning and well-being in classrooms and hospitals. *Early Childhood Education Journal*. 32(1), 9-16.
- Lima, M. y de Sousa, L. (2004). A influencia positiva dos animais de ajuda social. *Interações*. 6, 156-174.
- López, M., Ramírez, C., Esteve, R. y Anarte, M. T. (2002). El constructo de personalidad tipo C, una contribución a su definición a partir de datos empíricos. *Psicología conductual*. 10, 229-249.
- Malcolm, R., Ecks, S. y Pickersgill, M. (2018). 'It just opens up their world': Autism, empathy, and the therapeutic effects of equine interactions. *Anthropology y Medicine*. 25(2), 220-234. DOI: <https://doi.org/10.1080/13648470.2017.1291115>
- Martínez, R. (2008). La terapia asistida por animales: Una perspectiva y línea de investigación en la atención a la diversidad. *Indivisa, Boletín de Estudios e Investigación*. 9, 117-143.
- Muela, A., Balluerka, N., Amiano, N., Caldentey, M. A. y Aliri, J. (2017). Animal-assisted psychotherapy for young people with behavioural problems in residential care. *Clinical Psychology y Psychotherapy*. 24(6), 1485-1494. DOI: <https://doi.org/10.1002/cpp.2112>
- Phillips, D. (2003). Research and Reflection: Animal Assisted Therapy in Mental Health Settings. *Counseling and Values*. 48, 47-56.



- Prieto-Sánchez, P. (2018). *Educación Asistida con Animales*. Trabajo de fin de grado. Universidad de Sevilla.  
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/82844/PRIETO%20SANCHEZ%2C%20PATRICIA%20TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Roger, D., Guarino, L. y Olason, D. (2000). Emotional style and health: A new three-factor model. Conferencia Europea de Psicología de la Salud.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J. y Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and individual differences*, 25 (2), 167-177.
- Torres-Martínez, E. (2006). Terapia asistida por animales de compañía aplicada en una residencia geriátrica. Un modelo de intervención. *Informaciones psiquiátricas*, 184. 259-271.
- Tucker, M. (2004). *The Pet Partners Team Training Course Manual*. Delta Society.
- Valiente, I. (2009). *El perro, herramienta terapéutica en el proceso de rehabilitación de una persona con discapacidad*. Fundación 4 Patas.  
[http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-equino/boletin\\_dogui.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-equino/boletin_dogui.pdf)
- Valiño-Pérez, C. (2014). El realojo emocional. *Clínica e investigación Relacional*, 8 (3), 452-475.
- Weiss, R. (1991). The attachment bond in childhood and adulthood. *Attachment across the life cycle*. 8, 66-76.
- Wharton, T., Whitworth, J., Macauley, E. y Malone, M. (2019). Pilot testing a manualized equine-facilitated cognitive processing therapy (EF-CPT) intervention for PTSD in veterans. *Psychiatric Rehabilitation Journal*. 42(3), 268-276. DOI: <https://doi.org/10.1037/prj0000359>
- Zavala-Berbena, M. A., Valadez-Sierra, M. D. y Vargas-Vivero, M. C. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(2), 321-338.  
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4)