

Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Las emociones en Educación Infantil: sentir, reconocer y expresar.

Trabajo fin de grado presentado por:
Titulación:
Línea de investigación:
Director/a:

Judit Aresté Grau
Educación Infantil
Propuesta de Intervención
Silvia Martínez Cano

Ciudad
[Seleccionar fecha]
Firmado por:

CATEGORÍA TESAURO:

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
JUSTIFICACIÓN	5
UTILIDAD	6
OBJETIVOS	7
Objetivo general	7
Objetivos específicos	7
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	8
ANTECEDENTES.....	8
DEFINICIÓN DE EMOCIÓN.....	10
CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES.....	11
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	14
LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	18
EL DESARROLLO EMOCIONAL EN EL NIÑO DE CUATRO AÑOS	21
LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES EN LOS NIÑOS Y SUS RASGOS CARACTERÍSTICOS.....	22
DOS EMOCIONES PRIMARIAS: LA TRISTEZA Y LA ALEGRÍA	23
LAS EMOCIONES EN EL AULA DE INFANTIL.....	25
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	27
DISEÑO Y TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	27
POBLACIÓN Y MUESTRA.....	28
PROCEDIMIENTO (FASES).....	28
CRONOGRAMA (TIEMPOS)	29
CAPÍTULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	30
OBJETIVOS GLOBALES DE LA PROPUESTA	30
ACTIVIDADES	30
DESARROLLO O METODOLOGÍA.....	37
EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	38
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA	39
CONCLUSIONES Y LIMITACIONES	39
PROSPECTIVA.....	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
BIBLIOGRAFÍA	44
ANEXOS	46

RESUMEN

El presente documento contiene un Trabajo de Final de Grado basado en la ilusión personal de realizar un proyecto innovador, creativo y a la vez funcional en el reconocimiento y la expresión de las emociones en niños de cuatro años. En él se realiza un recorrido por algunas de las teorías importantes relacionadas con la inteligencia y la educación emocional y se profundiza en dos emociones básicas: la alegría y la tristeza. También centra su estudio en el desarrollo emocional del niño en la etapa de educación infantil y ahonda en la importancia de la educación integral del infante, objetivo fundamental en la educación actual.

La propuesta de intervención recoge el desarrollo de un programa emocional para ser aplicado durante un curso escolar. En dicho programa se trabaja el desarrollo de seis emociones básicas a través del impulso de las competencias propuestas por el Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica.

Finalmente, se recogen las conclusiones y limitaciones halladas durante el trascurso del proyecto y se proponen nuevas perspectivas para llevar a cabo.

Palabras clave: emoción, educación infantil, inteligencia emocional, educación emocional, tristeza, alegría.

INTRODUCCIÓN

Nos encontramos inmersos en una sociedad cambiante y globalizada. En una sociedad donde el ritmo frenético del día a día no nos permite parar, pensar y analizar qué es lo que hacemos y porqué lo hacemos. Y lo que resulta más importante: preguntarnos si lo que estamos haciendo es realmente lo que deseamos hacer. Esta idea inicial es la que me ha llevado a escoger el tema central del trabajo de final de grado: las emociones. A priori puede parecer que no haya relación entre ambas ideas pero lo cierto es que considero que saber reconocer las propias emociones es lo que nos hace analizar y reconducir nuestras acciones.

El cambio social que estamos experimentando no deja de lado a una de las instituciones sociales más importantes: la escuela. Es decir, mientras que anteriormente la escuela era un lugar donde la educación se basaba en los conocimientos académicos, actualmente abarca muchísimos otros campos que antiguamente quedaban relegados a otras instituciones como la familia.

Así, uno de los nuevos retos de la escuela moderna es favorecer el desarrollo integral del niño. Ello implica tanto el desarrollo físico, como el cognitivo, el social y el emocional. El desarrollo en el niño de cada una de las partes no se realiza individualmente sino que el alumno crece y se desarrolla a la vez, es decir globalmente. De todos modos es cierto que existen actividades que van más focalizadas al desarrollo de uno u otro ámbito de la persona.

En el presente trabajo se ha escogido la educación emocional dentro de la educación infantil para intentar desarrollar el conocimiento de uno mismo, favorecer la relación con los demás e intentar crear un clima agradable en el aula. Todo ello se pretende conseguir a través de la educación emocional. Antes de realizar la unidad de intervención se lleva a cabo un recorrido por las teorías de Goleman y Bisquerra dos de los autores más importantes en el desarrollo del trabajo emocional.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

JUSTIFICACIÓN

A nivel personal siempre me ha interesado el mundo de la emociones y considero muy necesario empezar a trabajarlas desde una edad temprana. Con un buen trabajo emocional pienso que muchos conflictos internos y externos que pueden surgir a lo largo de nuestra vida pueden verse paliados gracias a un buen reconocimiento y expresión de las emociones. Así, considero que cuanto antes aprendamos a reconocer, regular y expresar nuestras emociones mejor será nuestra respuesta ante los posibles conflictos que puedan surgir a lo largo de nuestra trayectoria vital.

Por otro lado, no conozco ningún centro que aplique un trabajo sobre las emociones a lo largo de la escolarización de los estudiantes y ello me anima a realizar esta pequeña propuesta que espero que algún día pueda ser aplicada en una realidad escolar.

Además, aunque las emociones sean una realidad que palpamos a diario, pocas veces nos detenemos y reflexionamos sobre lo que sentimos y el porqué de nuestros sentimientos. Como ya he comentado, las emociones es un tema que me despierta curiosidad. A la vez, tengo que reconocer que es una cuestión de la que no dispongo de mucha información y ello me anima a indagar sobre la materia. Por ello, realizar este trabajo me obligará a investigar y formarme repercutiendo muy positivamente tanto en mi formación como en mi futura profesión.

Considero que la escuela debe ser un vehículo que conduzca al alumno hacia el máximo desarrollo personal. Así pues, la escuela también debe englobar el trabajo sobre el autoconocimiento, la buena relación con uno mismo y con los demás. Por ello, resulta fundamental ser capaz de reconocer y expresar de manera adecuada las propias emociones y saber actuar de forma correcta según el estado de ánimo sin dañarse a uno mismo ni a los demás.

La escuela es el principal ente socializador para el niño después de la familia. Por ello, debemos pretender el máximo desarrollo del infante tanto a nivel físico como también cognitivo y emocional. Así lo vemos recogido en los siguientes objetivos que el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte detalla para la etapa de educación infantil (Ministerio de educación, cultura y deporte, 2013):

- Desarrollar sus capacidades afectivas.

- Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.
- Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.

De acuerdo con los objetivos educativos nombrados debemos remarcar la importancia del desarrollo afectivo del infante en la escuela como algo prioritario ya que actualmente las familias han dejado de tomar algunos roles que antiguamente asumían. El sistema social ha cambiado y actualmente muchas familias no educan a sus hijos hacia el máximo desarrollo afectivo ni en una escala de valores clara. Por ello la escuela debe asumir parte de dicha educación en valores y emocional.

UTILIDAD

Tradicionalmente la escuela ha tenido como objetivo transmitir conocimientos teóricos y conceptuales. Actualmente este tipo de escuela no tiene sentido porque la información está al alcance de todos. Por ello, la escuela actual debe plantearse nuevos retos que fomenten el desarrollo integral del niño. Uno de los aspectos fundamentales del desarrollo integral es la parte emocional. Así, este trabajo pretende fomentar la educación emocional en la etapa de educación infantil para ayudar a superar una educación tradicional donde lo más importante son los contenidos conceptuales. Por el contrario, pretendemos dar prioridad al máximo desarrollo de cada uno de los alumnos.

Así, la propuesta educativa pretende ser útil para mejorar la capacidad de los niños a la hora de reconocer y expresar sus sentimientos. Con ello se persigue que dicho trabajo de identificación de emociones sirva para aprender a canalizar mejor sus emociones. Y, a largo plazo y con un trabajo continuo, ayudar a adquirir la capacidad de resolver sus propios conflictos y con los demás de una forma no agresiva y amistosa.

Al tratarse de una propuesta de intervención, ésta pretende ser aplicable directamente en el aula ya que los niños deben aprender a relacionarse de forma asertiva con el resto del grupo. Para conseguir dicho objetivo se persigue mejorar el autoconocimiento de cada niño y la capacidad relacional del grupo a través de las emociones.

Por otro lado, centrándonos en la figura del maestro, una de sus funciones será conocer a cada uno de sus alumnos para detectar y ofrecer los recursos óptimos para su adecuado desarrollo. Por ello, saber qué sienten y cómo sienten los infantes será un paso fundamental para saber cómo son y por qué actúan de una manera u otra. Una vez los conozcamos en profundidad podremos favorecer su desarrollo individual.

A la vez, la propuesta de intervención quiere trabajar la expresión de las emociones. Con ello se pretende que la capacidad de expresar lo que sentimos lleve a los alumnos a manifestar lo que sienten y a comportarse de manera correcta, positiva y asertiva. Es decir, quiere conseguir que un niño sea capaz de decirle a un compañero: “si me tiras de la bufanda me pongo triste. ¿Puedes dejar de hacerlo?” En lugar de reaccionar dando un empujón al compañero. De este modo se desea crear un clima positivo en el aula.

Por último, a través de las actividades de trabajo emocional se quiere desarrollar la capacidad de autoconocimiento y empatía de los alumnos. Dos capacidades fundamentales en el desarrollo del ser humano para un adecuado desarrollo personal.

OBJETIVOS

Objetivo general

Favorecer el reconocimiento y expresión de emociones con alumnos de cuatro años de Educación Infantil.

Objetivos específicos

Investigar y conocer las últimas teorías sobre inteligencia y educación emocional

Describir el estado del desarrollo emocional en niños de cuatro años.

Desarrollar el conocimiento y expresión emocional en niños de cuatro años.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

En el segundo capítulo se recoge, sintetiza y analiza información referida a las emociones y algunas de sus clasificaciones; también se desarrollan los términos inteligencia y educación emocional. Además, se hace un recorrido por el desarrollo emocional del niño de cuatro años y, finalmente se analizan dos emociones primarias que se trabajan en la propuesta de intervención: la alegría y la tristeza.

ANTECEDENTES

Razón y emoción han estado presentes en las mentes de muchos pensadores. ¿En qué medida influye la emoción en la razón del ser humano?, ¿es posible ser cien por cien racional sin atender a las emociones y a los sentimientos? Peter Salovey y John Mayer (1990) definieron por primera vez el concepto de inteligencia emocional y Goleman lo difundió a nivel mundial a través de sus múltiples trabajos. Dicho autor entiende la inteligencia emocional como una manera de actuar en el mundo, donde intervienen los sentimientos y que requiere el dominio de ciertas habilidades. Esta manera de entender la inteligencia emocional está basada en la Teoría de la Inteligencias Múltiples de Gardner (1983) que defiende que las personas poseemos ocho tipos de inteligencia y no solamente una.

Más adelante, El Informe Delors (1998) definió e introdujo la educación emocional como un eje indispensable para el desarrollo integral del ser humano y la introdujo en sus cuatro pilares educativos que definen la educación de nuestros tiempos. Muchos problemas de la infancia y la adolescencia se atribuyen a carencias emocionales. Por ello, la educación emocional se ha vuelto imprescindible tanto en la familia como en la escuela. Así, la inteligencia emocional se ha convertido en una parte importante del desarrollo humano y esencial para alcanzar buenas metas laborales, sociales, familiares y emocionales.

Un buen momento para comenzar a trabajar la educación emocional es durante la etapa de educación infantil ya que los niños desarrollan sus capacidades físico – motoras, lingüísticas, cognitivas, sociales y afectivas. Así, la propuesta educativa que aquí se presenta está centrada en la etapa de educación infantil ya que el desarrollo emocional debería trabajarse desde los primeros años que es cuando los niños comienzan a tener conciencia de sus emociones. Además, dicha educación emocional debería estar presente durante toda la vida.

La educación emocional, como proceso continuo y permanente, debe estar presente desde el nacimiento, durante la educación infantil, primaria, secundaria y superior, así como a lo largo de la vida adulta. La educación emocional adopta un enfoque del ciclo vital, que se prolonga durante toda la vida. (Bisquerra Alzina y Pérez Escoda, 2012)

El desarrollo emocional cambia a lo largo del tiempo. Un recién nacido no siente del mismo modo que un niño de tres años o un infante de siete. Es importante trabajar el desarrollo afectivo y emocional desde una edad temprana ya que es cuando los niños empiezan a tener capacidad para ello. Por ello resulta tan importante una educación emocional desde el inicio de la edad escolar.

Para conseguir una correcta educación emocional es esencial la figura del adulto para que los niños puedan regular de forma adecuada sus emociones. En el ámbito escolar esta figura adulta es el maestro que desarrolla la función de educador emocional. Con una buena actuación del maestro y una correcta educación emocional podemos evitar que las emociones de los niños se conviertan en emociones negativas.

El aprendizaje del niño requiere respuestas inmediatas y adecuadas a lo que está experimentando. Los niños se sienten fácilmente invadidos por sus emociones y necesitan a los adultos (figuras parentales) para que les ayuden y les enseñen a expresarlas.” (Chías y Zurita, 2009)

Además, una buena educación emocional y un adecuado trabajo temprano sobre la regulación y reconocimiento de las emociones pretenden evitar frustraciones futuras ya que en la etapa de la educación infantil los niños aprenden que no siempre pueden conseguir lo que ellos quieren, sino que existen normas sociales marcadas por los adultos. Asimilar dichas reglas debe conseguirse de un modo no traumático y de manera positiva.

La etapa de 0 a 6 años es muy importante para el desarrollo emocional. Es una edad en la que se hacen presentes los miedos y la ansiedad debido a causas del adulto, del entorno y de sus iguales, la puesta en práctica de sus habilidades y el fomento de su autonomía. Esto ocasiona frustraciones y exigencias tempranas debido a que no consigue lo que desea, porque no puede hacer lo que quiere (límites del adulto, dependencia del adulto para conseguir sus retos, desarrollo de sus capacidades físicas y cognitivas). (Chías y Zurita, 2009)

DEFINICIÓN DE EMOCIÓN

Muchos autores han intentado definir el término emoción pero debido a la gran complejidad del concepto no existe una definición oficial sobre el término. A continuación se destacan las definiciones de Goleman y Bisquerra.

Para comenzar es conveniente diferenciar entre emoción y estado de ánimo.

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 (Mayer y Salovey, 199 cit. por Del Valle, 1998).

Es decir, la diferencia principal entre estado de ánimo y emoción radica en la brevedad e intensidad de éstas últimas como respuesta a un acontecimiento mientras que el estado de ánimo tiene una mayor continuidad en el tiempo y no siempre surge como respuesta a un suceso.

La definición de Goleman para el término emoción es el siguiente:

El término emoción se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan. (Goleman, 1996)

De las palabras anteriores se desprende la complejidad del término emoción ya que Goleman no solamente lo relaciona con los sentimientos sino que además lo vincula tanto a la parte biológica como a la parte psicológica de la persona.

Para Bisquerra la emoción se define como

Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno. (Bisquerra, 2000)

Bisquerra habla en su definición, además de la complejidad del término, de la generación de la emoción ya sea debido a un acontecimiento externo o interno. Dicha respuesta añade complejidad a la educación emocional ya que en muchas ocasiones no podemos controlar el entorno donde surge la emoción.

CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

A lo largo del tiempo ha habido muchos intentos de clasificación de las emociones pero no se ha llegado a un consenso. En este apartado se destacan tres posibles clasificaciones elegidas por su relevancia y cercanía en el tiempo.

La primera clasificación es de Félix López que realiza una adaptación de la clasificación de Damasio (2005)

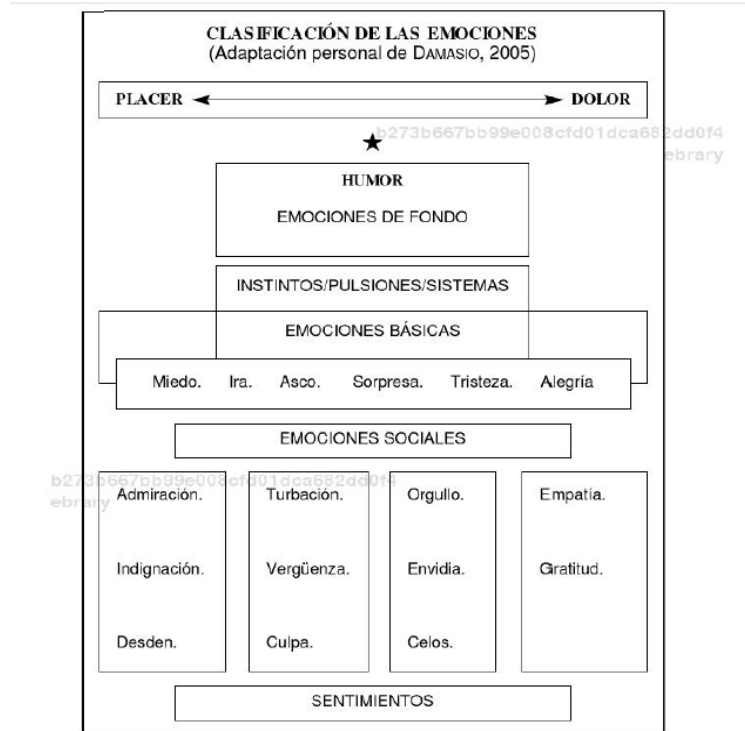


Figura 1. Clasificación de las emociones. (López Sánchez, 2009, p.18).

En la clasificación anterior se distingue el humor entendido como un rasgo estable de la persona; las emociones referidas a reacciones psicósomáticas fugaces que sentimos subjetivamente, interpretamos socialmente y nos preparan para la acción. Dentro de las emociones podemos distinguir entre las emociones básicas y las emociones sociales; los sentimientos como la idea que nos hacemos de la vida emocional; y los vínculos afectivos referidos a enlaces con otras personas.

Como hemos visto anteriormente, Goleman se refiere a la emoción como un sentimiento, un estado biológico y a la vez a una acción. Con esta consideración eleva las emociones a un número indefinido. Para este autor, algunas emociones son consideradas primeras emociones a partir de las cuales se derivan otras secundarias. Es decir, agrupa las emociones en familias de emociones en las que una es la relevante y en torno a ella se

agrupan o derivan otras. Así, Goleman (1996) denomina unas emociones primarias de las cuales se desprenden otras secundarias. A continuación, se recogen en una tabla su clasificación.

EMOCIONES PRIMARIAS	EMOCIONES SECUNDARIAS
Ira	Rabia, enojo, resentimiento, furia, exasperación, indignación, acritud, animosidad, irritabilidad, hostilidad y, en caso extremo, odio y violencia.
Tristeza	Aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desesperación y, en caso patológico, depresión grave.
Miedo	Ansiedad, aprensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, terror y en caso de que sea psicopatológico, fobia y pánico.
Alegría	Felicidad, gozo, tranquilidad, contento, deleite, beatitud, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, raptó, gratificación, satisfacción, euforia, capricho, éxtasis y, en caso extremo, manía.
Amor	Aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y ágape.
Sorpresa	Sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.
Aversión	Desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto y repugnancia.
Vergüenza	Culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar y aflicción.

Figura 2. Clasificación de las emociones. (Goleman, 1996, p.432 y 433).

En la tabla anterior observamos que Goleman considera ocho emociones primarias de las que se derivan una larga lista de emociones secundarias imprescindibles para la comprensión de la complejidad emocional humana.

Bisquerra (2000) por su parte ofrece una clasificación diferente a las vistas hasta ahora. Su clasificación distingue entre emociones negativas, emociones positivas, emociones ambiguas y emociones estéticas. De todos modos, observando las clasificaciones de Goleman y Bisquerra vemos que las emociones primarias de Goleman se repiten en la siguiente clasificación de Bisquerra pero en una categoría distinta. Además, esta última clasificación añade nuevas emociones como son la esperanza o la felicidad.

1. EMOCIONES NEGATIVAS	
Ira	Rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, acritud, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia.
Miedo	Temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia, ansiedad, aprensión, inquietud, incertidumbre.
Ansiedad	Angustia, desesperación inquietud, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo.
Tristeza	depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación, desesperación.
Vergüenza	Culpabilidad, timidez, inseguridad, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar.
Aversión	Hostilidad, desprecio, acritud, animosidad, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo, asco, repugnancia, desdén, displicencia, disgusto.
2. EMOCIONES POSITIVAS	
Alegría	Entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, gratificación, estremecimiento, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, felicidad, gozo, diversión.
Humor	Provoca sonrisa, risa, carcajada, hilaridad.
Amor	Afecto, cariño, ternura, simpatía empatía, aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud.
Felicidad	Gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, bienestar.
3. EMOCIONES AMBIGÜAS	
Sorpresa, esperanza y compasión.	
4. EMOCIONES ESTÉTICAS	
Son aquellas producidas por las manifestaciones artísticas como la literatura, la pintura, la escultura, o la música.	

Figura 3. Clasificación de las emociones. (Bisquerra 2000, 96)

En la clasificación de Bisquerra podemos observar seis emociones negativas de las que se desprenden otras emociones secundarias; cuatro emociones positivas principales, tres emociones ambiguas y las emociones estéticas que para el autor son aquellas emociones relacionadas con la esfera artística. La clasificación de Bisquerra, junto con las anteriores, nos permiten darnos cuenta de la abundante cantidad de emociones que el ser humano llega a sentir y por tanto, el complejo mundo que entraña la parte emocional de la persona.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

En este apartado se realiza un breve recorrido por algunas de las definiciones del término inteligencia emocional y se describen sus competencias con el objetivo de profundizar en el término y hacerlo funcional a la hora de desarrollar la parte práctica del trabajo.

En los últimos tiempos se ha despertado gran interés por la inteligencia emocional. Peter Salovey en 1990 utiliza el término por primera vez en la universidad de Harvard, John Mayer hace lo mismo en la Universidad de New Hampshire. Ambos autores consideran la inteligencia emocional como un "subconjunto" de la inteligencia social. Mayer y Salovey afirman que inteligencia emocional es

La faceta de la inteligencia social que 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. (Ángela del Valle, 1998).

Para Goleman la inteligencia emocional es

La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y nosotros mismos. (Goleman, 1999).

A partir de las definiciones anteriores podemos afirmar que la inteligencia emocional implica no solamente ser capaz de conocer y manejar los sentimientos propios sino que además hay que hacerlo con los sentimientos de los demás. Por ello se hace imprescindible realizar un trabajo desde la escuela donde el autoconocimiento y la empatía sean núcleos básicos en la educación de los más pequeños.

Antes de adentrarnos en el modo y la necesidad de educar las emociones vamos a hablar de Gardner y la Teoría de las Inteligencias Múltiples. Para Gardner la inteligencia no es única ni medible a través del coeficiente intelectual sino que para él la inteligencia abarca muchos más ámbitos. Gardner considera la inteligencia como una habilidad. Es decir, la inteligencia tiene una parte innata que viene predefinida por la genética y otra parte adquirida que puede trabajarse a lo largo de la vida. Así Gardner identifica los siguientes tipos de inteligencia:

1. Lingüística: Dominio y amor por el lenguaje y las palabras con un deseo de explorarlas.
2. Lógico – matemática: Confrontar y evaluar objetos y abstracciones y discernir sus relaciones y aspectos subyacentes.
3. Musical: Competencia no sólo para componer e interpretar piezas con entonación, ritmo y timbre, sino también para escuchar, disfrutar y juzgar la música.
4. Espacial: Habilidad para percibir el mundo visual con precisión, transformar y modificar....su ejecución sin estímulo físico.
5. Corporal – cinestética: Controlar y orquestar movimientos corporales y manejar objetos con éxito.
6. Personales: Determinar con precisión estados de ánimo, sentimientos y otros estados mentales en uno mismo (inteligencia intrapersonal) y en otros (interpersonal) y utilizar la información para guiar el comportamiento.
7. Naturalista: Reconocer y categorizar objetos naturales.

Figura 4. Las inteligencias múltiples de Gardner. (Revista de psicología y educación, Vol.1, nº.1, 17-26)

Goleman y Gardner tienen un punto en común y sus teorías se ven relacionadas e influenciadas. Así, Gardner define la capacidad de comprender las emociones humanas como inteligencia personal. Goleman (1999) agrupa la aptitud personal que permite el dominio de uno mismo y la aptitud social que permite manejar las relaciones con los demás y lo denomina inteligencia emocional.

Para entender mejor el término inteligencia emocional y realizar un adecuado desarrollo en la etapa de educación infantil veamos su estructura como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas tomando el modelo de Mayer y Salovey (1997):

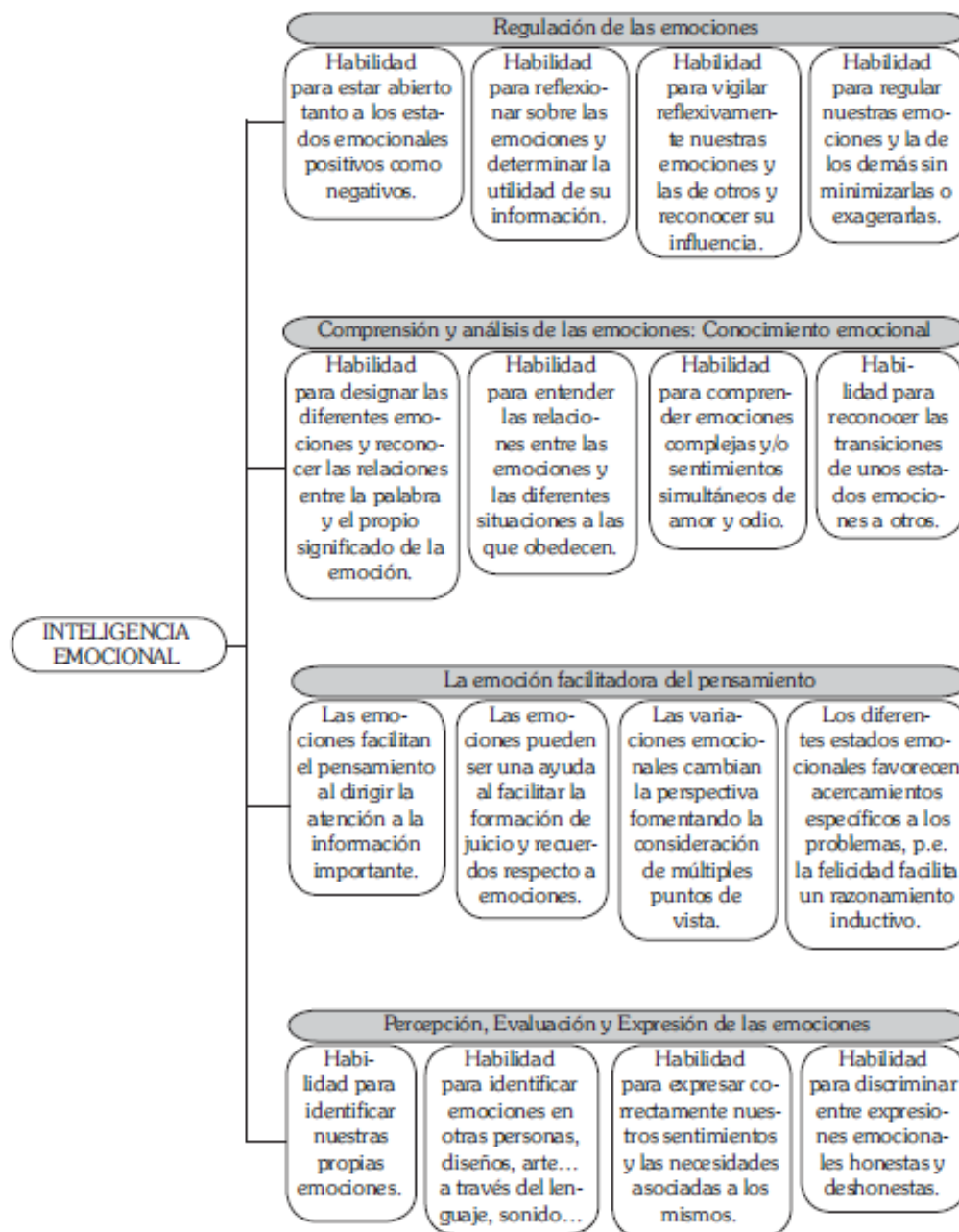


Figura 5. Modelo revisado de IE de Mayer y Salovey, 1997. (Fernández y Extremera, p. 73)

En el esquema anterior vemos que la inteligencia emocional no solamente implica el autoconocimiento de las propias emociones sino que se hace imprescindible el control de estas y sobretodo el reconocimiento emocional en los demás. Volvemos a remarcar la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en un ambiente donde los niños se relacionan con sus iguales y a la vez haya una persona guiando el proceso de aprendizaje. Este lugar es sin duda la escuela.

Ángela del Valle propone otro modo de sintetizar el término inteligencia emocional. Dicha autora agrupa la inteligencia emocional en torno a áreas y cada una de ellas la subdivide en capacidades específicas. La inteligencia emocional queda dividida en la valoración y expresión emocional, la regular la emoción y el uso de la emoción. (Ángela del Valle, 1998)

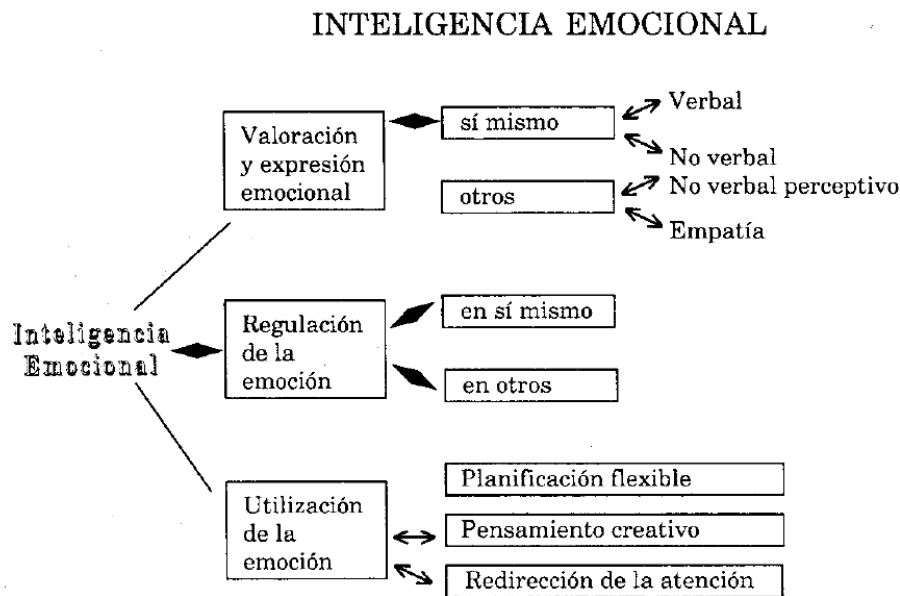


Figura 6. Inteligencia emocional. (Ángela del Valle López, 1998, p.183).

Una vez vistos el modelo propuesto por Salovey (1997) y el esquema de Ángela del Valle (1998) se puede deducir que la inteligencia emocional no implica el desarrollo de uno solo de los campos sino que es necesario el desarrollo de cada uno de los subapartados para completar el desarrollo de una verdadera inteligencia emocional. Además, es necesario aprender a expresar, comprender, compartir, regular, controlar y usar bien las emociones. Tanto las emociones positivas (alegría, felicidad, placer, empatía, ternura, etc.), como las negativas (tristeza, ira, miedo, aversión, ansiedad, etc.). Todas las emociones son útiles, dando significado a las cosas, los sucesos y las relaciones. (Félix López, 2009).

Una vez definido el concepto de inteligencia emocional y analizados sus componentes, deducimos la importancia de educar y regular las emociones para un correcto desarrollo personal y social del infante. Como dijo Aristóteles,

Enfadarse es fácil; pero hacerlo con la persona oportuna, en el momento oportuno y en la forma e intensidad adecuada, es un arte. (López, 2009).

Las emociones pueden y deben expresarse; pero no deben sobrepasarnos de manera que perdamos el control y nos lleven a decir cosas o a tener conductas impulsivas y descontroladas. La impulsividad genera problemas sociales y malestar a nivel personal por haber dicho o hecho lo que en realidad no se quería. Las personas podemos controlar las emociones a través del pensamiento; pero las emociones hay que transmitirlos. Los niños no nacen enseñados y por supuesto, en el ámbito emocional tampoco. Por ello, se convierte e imprescindible una educación emocional donde el adulto, con sus palabras y actitudes, muestre a los infantes que existen emociones como la compasión, la empatía, la alegría, la tristeza, etc.

Por último, como ya hemos comentado, el término “inteligencia emocional se refiere a la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar las emociones de sí mismo y en los demás” (Cabello, 2011, p. 178). Por tanto, la inteligencia emocional no se trata de acumular emociones, sino ser capaz de dirigirlas de un modo adecuado, tanto en uno mismo como en relación con los demás. Dicha capacidad de autocontrol no se consigue rápidamente sino que se trata de un trabajo continuo que puede realizarse en la familia pero también en la escuela. Veamos en el siguiente apartado las claves para una buena educación emocional.

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La educación emocional empieza al inicio de la vida y ésta debería estar presente a lo largo de todo el ciclo vital. Por ello, es importante un trabajo temprano en la educación de las emociones. En este apartado vamos a definir qué se entiende por educación emocional, cuáles son sus objetivos y las competencias necesarias para ser una persona emocionalmente inteligente.

La educación emocional debe ser eficaz y duradera en el tiempo con el objetivo de mejorar la calidad humana tanto a nivel personal como en su convivencia social. Entendemos educación emocional como el

proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social. (Bisquerra, 2000).

El Informe Delors (UNESCO, 1998) considera la educación emocional como algo imprescindible para el desarrollo cognitivo de la persona. Además, la califica como un elemento fundamental para la prevención de conflictos ya que muchos problemas tienen la raíz en el ámbito emocional. Dicho informe considera cuatro pilares básicos para la educación del siglo XXI. Entre ellos, se establece la necesidad de una educación emocional para aprender a ser una persona responsable y aprender a convivir con los demás.

4 pilares de la educación según el Informe Delors
1. Aprender a conocer y aprender a aprender para aprovechar las posibilidades que ofrece la educación a lo largo de toda la vida.
2. Aprender a hacer para capacitar a la persona para afrontar muchas y diversas situaciones.
3. Aprender a ser, para obrar con autonomía, juicio y responsabilidad personal.
4. Aprender a convivir, a trabajar en proyectos comunes y a gestionar los conflictos.

Figura 7. Cuatro pilares de la educación. (Delors, 1998, p.34)

Además del Informe Delors, muchos autores defienden la educación emocional como freno a comportamientos problemáticos en niños y adolescentes. En ocasiones se buscan las causas de tales comportamientos en los cambios constantes de la sociedad, en la falta de tiempo de las familias para atender a los hijos, en una crisis de valores de la sociedad o en los medios de comunicación. Moreno (1998) asocia muchos de los problemas comportamentales a un subdesarrollo afectivo entendido como una falta de conocimiento emocional tanto a nivel personal como en los demás.

Para el desarrollo de una óptima educación emocional que ayude a paliar los problemas que acabamos de comentar, es fundamental tener claros los objetivos que persigue la educación emocional. Para ello tomaremos como referencia los de Bisquerra (2005). De ellos se desprende la importancia tener un correcto autoconocimiento y un buen autoconcepto para desarrollar actitudes positivas ante la vida y poder paliar los efectos que de las emociones negativas que puedan surgir.

Objetivos de la educación emocional según Bisquerra

1. Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
2. Identificar las emociones de los demás.
3. Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
4. Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
5. Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
6. Desarrollar la habilidad de automotivarse.
7. Adoptar una actitud positiva ante la vida.
8. Aprender a fluir.

Figura 8. Objetivos de la educación emocional. (Bisquerra, 2005, p.96)

Para poder llevar a la práctica los objetivos anteriores existen diversos modelos de competencias emocionales. A continuación se presenta el modelo del GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica) de la Universitat de Barcelona (Bisquerra, 2003), según el cual hay cinco grandes competencias necesarias para desarrollar una correcta educación emocional. Tomaremos como referencia dichas competencias para el desarrollo de nuestra propuesta de intervención.

Conciencia emocional.	Es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.
Regulación emocional.	Es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.
Autonomía emocional.	Dentro de la autonomía personal se incluyen un conjunto de características relacionadas con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional.
Competencia social o inteligencia interpersonal.	La inteligencia interpersonal es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro-sociales, asertividad, etc.
Competencias para la vida y el bienestar.	Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales. Todo ello de cara a potenciar el bienestar personal y social.

Figura 9. Competencias emocionales. (Bisquerra, 2003, p.23, 24, 25 y 26)

Observando las competencias recogidas en la tabla anterior podemos afirmar que educar las emociones no es tarea fácil. Para hacerlo de una forma eficaz debemos tener en cuenta tanto las relaciones intrapersonales como las interpersonales. Destacamos entonces la importancia de favorecer las distintas competencias propuestas por Bisquerra que van desde conseguir una conciencia emocional motivando el autoconocimiento, a la autorregulación frente las emociones y que pasa por conseguir una óptima relación social con el resto del grupo favoreciendo el desarrollo de la empatía. Para ello no debemos olvidar la importancia del aprender a conocer, el aprender a ser y el aprender a hacer recogidas en el Informe Delors.

EL DESARROLLO EMOCIONAL EN EL NIÑO DE CUATRO AÑOS

Es importante para este proyecto saber en qué estado emocional se encuentran los niños de cuatro años a los que va dirigida la propuesta de intervención. Aunque este apartado se centra en el estado emocional del infante, hay que resaltar que el desarrollo en el niño es global. Es decir, el desarrollo físico, emocional y cognitivo evolucionan de manera simultánea.

Según un gran número de investigadores, el desarrollo emocional está íntimamente relacionado con las primeras relaciones con el entorno social que tiene el niño. Por ello es muy importante crear un vínculo familiar adecuado entre los cuidadores y el niño desde los primeros momentos de vida.

La manifestación de las emociones evoluciona a medida que el niño crece y toma mayor contacto con el mundo social que le rodea. En un primer momento las emociones del niño están muy ligadas a lo fisiológico, entre los 6 y los 18 meses se manifiestan las pre – emociones, entre los 18 meses y los 3 años aparecen las emociones simples y entre los 3 y los 6 años se manifiestan las emociones sociales. (Troya, 2013).

Podemos afirmar que los niños de cuatro años se ven inmersos en las emociones sociales. Se llaman de este modo porque el niño se encuentra en una etapa donde empieza a relacionarse más allá del entorno familiar y amplía sus relaciones en los parques, en la escuela, etc. En este período evolutivo, los niños ya manifiestan emociones tales como la alegría, el afecto, la rabia, el miedo, la sorpresa y la tristeza.

Además, ya desde los dos años, los niños son capaces de reconocer algunas emociones en los demás y dar una respuesta a éstas. Y, a los cuatro años los infantes son capaces de adaptar las emociones a cada situación.

LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES EN LOS NIÑOS Y SUS RASGOS MÁS CARACTERÍSTICOS

La expresión de las emociones en los niños es importantísima y necesaria para su desarrollo. Para ayudar a realizar una buena expresión emocional en los niños vamos a conocer los rasgos emocionales en la etapa de infantil. Tomando como referencia a Macarena Chías y José Zurita Chías (2009) destacamos una serie de rasgos en las emociones infantiles que damos a conocer a continuación. Dichas características son importantes para tenerlas en cuenta en el momento de realizar nuestra intervención en el aula.

- Las emociones son intensas. Los niños pequeños pueden responder con la misma intensidad ante un evento trivial que ante una situación grave.
- Las emociones son frecuentes. Los niños sienten emociones de manera constante. Además, a medida que los infantes crecen se dan cuenta que al expresar una emoción, reciben una respuesta positiva o negativa por parte del adulto como respuesta a su expresión.
- Los niños cambian la expresión de las emociones de forma muy rápida.
- Hay un cambio en la intensidad de las emociones. Aquellas que en un momento determinado no tienen importancia cobran mucha relevancia en otras etapas de la vida del niño.
- En muchas ocasiones, las emociones de los niños se pueden detectar mediante sus conductas.
- Los niños antes de nacer, casi desde el momento en que son concebidos, inician su vida emocional, mediante la recepción de las emociones que está experimentando su madre – alegría, amor, poder, rabia, tristeza o miedo.
- Los niños entienden antes la expresión no verbal de sus cuidadores que la expresión verbal, y si con la no verbal se les trasmite un mensaje y con la verbal o con sus acciones el mensaje es diferente, los niños pueden confundirse.

A la hora de trabajar las emociones en la etapa de educación infantil debemos tener en cuenta los aspectos anteriores. Hemos visto que los niños sienten mucho, con mucha frecuencia e intensidad. Nuestra tarea consiste en ayudar a reconocer estas emociones, analizarlas y regularlas para darles la intensidad e importancia óptimas en cada situación concreta de la vida del niño. Es decir, ayudar a que el niño sea capaz de autorregularse en cada situación.

DOS EMOCIONES PRIMARIAS: LA TRISTEZA Y LA ALEGRÍA

El desarrollo de nuestra intervención se basa en el trabajo de dos emociones básicas: la tristeza y la alegría. Antes de adentrarnos en la parte práctica, vamos a definir algunas características de dichas emociones para conocer qué son, sus formas de detección, las causas por las que aparecen y sus formas de expresión. Para ello vamos a tomar como referencia las ideas de Macarena Chías y José Zurita (2009).

LA TRISTEZA

Para Cabero (2011) la tristeza está vinculada al afecto que hemos establecido con alguien o algo. Afirma que “la emoción de la tristeza surge de la experiencia de la pérdida de algo o alguien con quien hemos establecido un vínculo afectivo” (p. 129).

Para Chías y Zurita (2009) la tristeza es la emoción de la pérdida. Cualquier tipo de pérdida, ya sean personas, animales, cosas, ilusiones, esperanzas, deseos u objetivos, desencadena una respuesta emocional que nos mueve a llenar el vacío surgido por dicha pérdida. También aparece la tristeza cuando nos sentimos decepcionados o ha ocurrido una desgracia ya sea a nosotros mismos o a alguien que nos importa.

Tanto los niños como los adultos, cuando estamos tristes nos parece que no hay nada que nos anime, y nada nos pueda ayudar a superar esa sensación de tristeza. Normalmente, la tristeza la mostramos mediante el llanto y con nuestra expresión facial y corporal. Los niños aprenden a reconocer la tristeza en la expresión facial que muestran sus padres al contactar con ella (los ojos caídos, su boca sin sonrisa, sus ojeras). Con la expresión corporal podemos mostrar nuestra tristeza.

En ocasiones la tristeza se detecta de manera clara (cuando un niño llora desconsoladamente) pero otras veces resulta complicado ya que puede existir bloqueo a la

hora de expresarla. Además, y sobre todo en los niños que sólo viven el presente, la sensación de tristeza va unida a la creencia de que va a durar para siempre.

Cuando estamos tristes conectamos con la ausencia de la felicidad y del bien, el mundo parece oscuro e inhóspito, y es difícil que algo nos haga ilusionar. Generalmente, la tristeza provoca un decaimiento de la energía y debilita el sistema inmune.

En cuanto a las causas de la tristeza éstas pueden ser la pérdida de alguien a quien queremos o una mascota, la pérdida de un juguete, el nacimiento de un nuevo hermano, el primer día de colegio, una pelea, el que sus papás se vayan de casa, el ver a sus padres pelearse, la separación de sus padres, la separación de sus amigos como consecuencia de un cambio de casa o de colegio, el fin de una etapa más o menos larga que implica una pérdida, como puede ser un campamento, etc.

Para ayudar a expresar la tristeza ante una pérdida, la primera emoción que surge es la tristeza, pero no es la única. Una pérdida genera miedo y rabia además de tristeza. Para ayudar a los niños a resolver definitivamente su pérdida, habrá que acompañarles para que hagan un duelo de la relación con aquello que han perdido.

El niño debe llorar su pérdida, pero además necesita del adulto el acompañamiento y la protección. Además debemos hablar de lo ocurrido con el niño para que pueda explicarnos y explicarse a sí mismo el motivo de su tristeza. Si durante esa explicación se siente escuchado, comprendido acogido y querido, puede ir dejando que la tristeza se canalice adecuadamente. Si además le transmitimos que está bien que se sienta triste, poco a poco su tristeza irá disminuyendo e irá tranquilizándose.

LA ALEGRÍA

La alegría es la emoción relacionada con la sensación de satisfacción en el aquí y ahora. Conectamos con ella cuando nos ocurren cosas positivas, cuando logramos alguna meta que nos habíamos propuesto o tenemos una sensación placentera.

Existen muchos estímulos en la vida cotidiana que ponen en marcha esta emoción, desde conseguir un objetivo propuesto hasta recibir una simple caricia de alguien que nos haga sentirnos bien. Alguien que nos sonrío, un detalle afectivo, un recuerdo feliz que viene a nuestra mente, una noticia positiva, etc. ponen en marcha nuestra emoción y nos dan una energía nueva. Muchas de las causas de la alegría están relacionadas con la autoestima.

La expresión de la alegría es la risa. Es bueno hacerles reflexionar sobre el motivo de su alegría y reconducir aquellos casos en que la alegría no es adecuada (por ejemplo reírse de un compañero). Con ello estamos contribuyendo al desarrollo de la personalidad del infante.

La alegría puede surgir estando solos o en relación con otras personas. Para ayudar a identificar las emociones puede ser bueno que vayamos explicando a los niños de forma sencilla el mundo de las emociones. Una manera de hacerlo es decirles a los niños cómo sabemos que estamos alegres o cómo notamos por dentro nuestra alegría. Podemos ver que los niños muestran su alegría al reír, sus ojos brillan, o cuando están activos, con ganas de relacionarse y de hacer cosas.

Para desarrollar alegría en los niños podemos reírnos con ellos, jugar, hacer bromas, mostrarnos alegres cuando ellos estén alegres, contar e inventar cuentos con ellos, cantar, abrazarnos, etc.

LAS EMOCIONES EN EL AULA DE INFANTIL

Según López Sánchez (2009), a lo largo del tiempo ha habido tres modelos de escuela. En primer lugar el Modelo de guardería o asilo cuyo principal objetivo era cuidar y guardar a los niños en un momento histórico donde la mujer empieza a trabajar y no tiene tiempo para ocuparse de los hijos. En segundo lugar, aparece el Modelo de escuela infantil cuyo objetivo principal es preparar al niño para obtener un buen rendimiento en el futuro. Y en tercer lugar, tenemos el Modelo de las necesidades cuyo objetivo se centra en el desarrollo integral del niño partiendo de sus necesidades. Se trata de un modelo basado en el bienestar del infante y tiene su raíz en la seguridad emocional y la autoestima en la etapa infantil.

Tomando como referencia el Modelo de las necesidades, presente en las aulas actuales, podemos determinar dos objetivos principales a alcanzar en ellas:

- “Una adecuada integración de todos los alumnos, erradicando el fracaso escolar y
- dedicando los esfuerzos no sólo al aprendizaje de los contenidos instrumentales o académicos, sino también a la promoción del bienestar personal y social”. (López Sánchez, 2009, p. 50)

Es decir, se pretende conseguir una escuela que enseñe a vivir, a desarrollarse de forma integral, y no solamente a ser una transmisora de contenidos vacíos de significado. Para lograrlo ponemos el énfasis en el trabajo de las emociones para lograr una calidad emocional en el niño que le permita el máximo desarrollo de sus capacidades.

Una vez realizado el recorrido por las teorías más importantes sobre las emociones, la inteligencia emocional y la educación emocional vamos a centrarnos en los alumnos de cuatro años que serán los destinatarios de la propuesta de intervención. Como ya hemos visto, los seres humanos no tenemos una sola inteligencia y en ello recae uno de los fundamentos más importantes del desarrollo de la educación emocional en las aulas. Asimismo, la educación emocional debe comenzarse durante los primeros años de vida y ésta debe continuar a lo largo de ella. Además, como hemos argumentado, dicha educación debe adaptarse al desarrollo emocional del alumno. Es decir, en nuestro caso, debemos tener en cuenta que el niño se encuentra en un momento óptimo para trabajar el desarrollo de las emociones sociales.

El objetivo fundamental de llevar a cabo una educación emocional es convertir a los alumnos en seres emocionalmente inteligentes. Es decir, transformarlos en personas capaces de conocer y manejar los sentimientos propios y de los demás así como que sean capaces de desarrollar unas habilidades óptimas para dar una respuesta apropiada frente a las emociones. Para conseguirlo, creemos importante el desarrollo de la conciencia emocional, la regulación emocional, la competencia social, la autonomía emocional y la competencia para la vida y el bienestar. Dichas competencias serán el eje vertebrador para desarrollar el trabajo práctico en el aula que veremos a continuación y que procura ayudar a desarrollar una adecuada regulación emocional durante un curso de educación infantil.

CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO

En el presente capítulo se realiza una explicación de los pasos a seguir en la elaboración del Trabajo Final de Grado. En primer lugar se describe el diseño y el tipo de investigación que se llevará a cabo. A continuación, se detallan la población y la muestra de la investigación así como el procedimiento para llevarla a cabo. Finalmente, se presenta un cronograma de la propuesta donde se distribuyen las distintas fases y el mes durante el cual se realizarán.

DISEÑO Y TIPO DE INVESTIGACIÓN

Debido a su carácter fundamentalmente práctico, para la realización del presente trabajo se utilizarán distintos materiales: libros editados, monográficos, artículos de revistas e información extraída de páginas webs.

Del conjunto de estos materiales extraeremos cuáles son las bases teóricas que sustentan la propuesta de intervención, así como cuáles son las claves y elementos principales para un buen desarrollo de la parte práctica del trabajo, o cuales son los mejores procesos para la resolución de los objetivos expuestos.

Hemos elegido como fuentes principales a los autores Rafael Bisquerra y Daniel Goleman ya que resultan fundamentales por sus estudios y aportaciones en el campo de la inteligencia y educación emocional. Ambos autores se complementan y aportan sus conocimientos en el campo de las emociones, eje central del presente trabajo.

Además, el trabajo se enriquece con aportaciones de otros autores que realizan nuevas aportaciones el campo de las emociones como Ángela del Valle (1998) o Macarena Chías y José Zurita (2009) que centran su trabajo en el acompañamiento de las emociones en los infantes.

Para la realización del diseño de la propuesta de intervención se partirá del modelo del GROPE según el cual se indica que deben trabajarse cinco grandes competencias para lograr una educación emocional de calidad. A partir de estas competencias se propondrán distintas actividades óptimas para el reconocimiento y expresión de las emociones propias y de los demás para alumnos de cuatro años de edad. Dichas actividades serán diversas y se adecuarán a la individualidad del alumnado del aula.

Para el análisis y la extracción de conclusiones se hará una valoración a nivel teórico de las posibilidades que tiene la intervención de ser aplicada a una realidad escolar. Se tendrá en cuenta la adecuación de los objetivos a alcanzar, la adaptación de las actividades a la edad de los niños, la temporalización y el modo de evaluar el alcance de los objetivos.

Finalmente se reflexionará sobre la relevancia e innovación realizadas por la propuesta así como el modo de trabajo llevado a cabo para realizarla. Posteriormente se redactarán unas

conclusiones y una proposición para mejorar cada una de las fases del desarrollo de la investigación.

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población a la que se dirige la propuesta son alumnos de educación infantil, concretamente, alumnos de cuatro años de edad. Ésta está diseñada para un público en general sin distinguir un perfil socioeconómico específico ni unas características concretas del alumnado. Es decir, la propuesta va dirigida al público infantil sin necesidad de especificaciones ya que en un aula encontramos gran diversidad de alumnos y pretendemos que el proyecto pueda ser aplicado en distintas realidades.

En cuanto a la muestra no dispongo de ella para llevar a la práctica la intervención. Por tanto quedará en un trabajo teórico que espero que en un futuro pueda ser llevado a la realidad de una escuela.

PROCEDIMIENTO (FASES)

A continuación se detallan los pasos que se seguirán durante la investigación.

Fase I: Búsqueda de información a nivel teórico. Para ello se utilizarán libros, artículos de revistas, páginas web etc. tanto a nivel digital como en formato papel.

Fase II: Lectura de los textos y selección de la información más adecuada para redactar el marco teórico.

Fase III: Redacción del marco teórico. Una vez realizada la lectura de los textos seleccionados se dará forma al capítulo II del Trabajo Final de Grado.

Fase IV: Diseño de la propuesta de intervención. Una vez realizado el marco teórico se diseñará la propuesta práctica del trabajo siempre teniendo como referencia la teoría seleccionada.

Fase V: Realización del análisis y extracción de conclusiones de la propuesta. Una vez diseñada la propuesta se analizará la adecuación de ésta para aplicarla a la realidad.

Fase VI: Extracción y redacción de las conclusiones del Trabajo Final de Grado. Una vez finalizadas las fases anteriores volverá a leerse el proyecto y se extraerán conclusiones sobre su formato, el contenido, la adecuación a la realidad o del modo de trabajar de la autora.

CRONOGRAMA (TIEMPOS)

Seguidamente se presenta una tabla en la que se distribuye el tiempo disponible para realizar el proyecto y las fases a llevar a cabo anteriormente mencionadas. En ella se observa la previsión temporal para la realización de cada una de las fases.

MES	FASES
Enero – Febrero	Fase uno y fase dos
Febrero – Marzo	Fase dos y fase tres
Abril	Fase cuatro y fase cinco
Mayo	Fase seis

CAPÍTULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

En el presente capítulo se desarrolla la propuesta de intervención. Ésta pretende desarrollar la capacidad para reconocer y expresar seis emociones básicas en alumnos de cuatro años de edad. Para ello se presenta una propuesta válida para un curso escolar pero solamente se desarrollan de manera detallada las sesiones a realizar durante el primer trimestre del curso.

OBJETIVOS GLOBALES DE LA PROPUESTA

- Reconocer y expresar las emociones propias de miedo, alegría, sorpresa, tristeza, enfado y vergüenza con niños de cuatro años.
- Identificar las emociones de miedo, alegría, sorpresa, tristeza, enfado y vergüenza en los demás.
- Favorecer un clima adecuado en el aula a través de las actividades propuestas.

ACTIVIDADES

Como vimos en el marco teórico, existen diversos modelos de competencias emocionales para tratar la educación emocional. Para desarrollar la propuesta de intervención y sus actividades en el aula vamos a basarnos en el modelo del *Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica*) de la *Universitat de Barcelona* según el cual se indica que deben trabajarse cinco grandes competencias para lograr una educación emocional de calidad.

La propuesta de intervención está pensada para desarrollarse durante un curso escolar. Cada trimestre se trabajarán en profundidad dos emociones que irán añadiéndose a las anteriormente trabajadas. La distribución de las emociones en el tiempo quedaría de la siguiente forma:

TRIMESTRE	EMOCIÓN
Trimestre 1	Tristeza y alegría
Trimestre 2	Miedo y sorpresa
Trimestre 3	Enfado y vergüenza

Debido a la limitación de espacio y tiempo para desarrollar el proyecto se desarrollarán únicamente las sesiones a realizar durante el primer trimestre. Es decir, las sesiones donde se trabajan la tristeza y la alegría.

SESIÓN 1: Tristeza

Objetivos.

Realizar una escucha activa del cuento El patito feo
Reconocer la tristeza en distintas situaciones del cuento.
Identificar una emoción propia de tristeza.
Expresar frente al resto del grupo una emoción propia de tristeza.
Mostrar respeto por las emociones de los compañeros.

Actividades.

Actividad 1: El patito feo. Ver ANEXO I

Desarrollo: El maestro presenta el cuento del patito feo. Se forma un círculo con los niños sentados en el suelo y el maestro explica el cuento para todo el grupo. Éste se ayudará de las ilustraciones del libro mostrándoselas a los infantes.

Fuente del material: Cuento El Patito feo. Extraído de <http://cuentodisco.blogspot.com/>

Actividad 2: Reflexión del cuento

Desarrollo: El maestro pregunta al grupo cómo creen que se siente el pato del cuento. Los niños dan su opinión ordenadamente. Con la ayuda del maestro se reflexiona sobre los momentos del cuento en los que el pato está triste y el motivo de su tristeza.

Actividad 3: ¿Cuándo me siento triste?

Desarrollo: Cada niño debe pensar algún acontecimiento que le entristezca. Después lo expresará en voz alta delante de sus compañeros. El maestro ayuda a aquellos niños a los que les cueste expresar su emoción. Después el maestro grabará en vídeo uno a uno a los alumnos expresando qué es lo que les entristece. El video se cuelga en el blog de la escuela para compartir el trabajo con las familias.

Recursos.

Cuento El patito feo.
Cámara de vídeo.
Ordenador.

Temporalización.

Actividad 1: 10 minutos.
Actividad 2: 15 minutos.
Actividad 3: 30 minutos.

Competencia a trabajar.

Conciencia emocional, regulación emocional y competencia social.

Evaluación.

Han escuchado con atención el cuento.
Han sido capaces de reconocer las situaciones de tristeza en la historia.
Han expresado una situación que les produzca tristeza.
Han escuchado con respeto a los compañeros.

SESIÓN 2: Alegría

Objetivos.

- Realizar una escucha activa del vídeo Teo tiene una hermanita.
- Reconocer la alegría de Teo en distintas situaciones del capítulo.
- Identificar una emoción propia de alegría.
- Expresar frente al resto del grupo una emoción propia de alegría.
- Mostrar respeto por las emociones de los compañeros.

Actividades.

Actividad 1: Teo tiene una hermanita.

Desarrollo: En la pizarra digital del aula proyectamos en capítulo de dibujos animados Teo tiene una hermanita.

Fuente del material: Material disponible en el siguiente enlace: https://www.youtube.com/watch?v=3wcc_oIxX10.

Actividad 2: Reflexión del vídeo.

Desarrollo: El maestro pregunta al grupo cómo creen que se siente Teo en diferentes momentos del episodio. Los niños dan su opinión ordenadamente. Con la ayuda del maestro se reflexiona sobre los momentos del video en los que Teo está contento y el motivo de su alegría.

Actividad 3: ¿Cuándo me siento alegre?

Desarrollo: Cada niño debe pensar algún acontecimiento que le produzca alegría. Después lo expresará en voz alta delante de sus compañeros. El maestro ayuda a aquellos niños a los que les cueste expresar su emoción. Después el maestro gravará en vídeo uno a uno a los alumnos expresando aquello que les produce alegría. Por ejemplo: *“¡Me siento alegre cuando me dan un abrazo!”* El video se cuelga en el blog de la escuela para compartir el trabajo con las familias.

Recursos.

Pizarra digital y ordenador.
Cámara de vídeo.

Temporalización.

Actividad 1: 10 minutos.
Actividad 2: 15 minutos.
Actividad 3: 30 minutos.

Competencia a trabajar.

Conciencia emocional, regulación emocional y competencia social.

Evaluación.

- Han escuchado con atención el vídeo.
- Han sido capaces de reconocer el motivo de alegría en el capítulo.
- Han expresado una situación que les produzca alegría.
- Han escuchado con respeto a los compañeros.

SESIÓN 3: Alegría y tristeza

Objetivos.

Identificar expresiones de alegría y tristeza a través de la expresión facial.
Crear una máscara de la alegría y una máscara de la tristeza.
Reconocer alegría y tristeza en diferentes situaciones de la vida cotidiana.

Actividades.

Actividad 1: ¿Expresa alegría o tristeza? Ver ANEXO II

Desarrollo: El maestro muestra en la pizarra digital distintas caras que expresen alegría o tristeza. Los niños deben decir si es una cara alegre o triste. El maestro explica cómo vemos que una cara expresa alegría o tristeza (por las lágrimas, por la sonrisa, por ojos muy abiertos, etc.).

Fuente del material: Creación propia.

Actividad 2: Mi cara alegre / mi cara triste

Desarrollo: Le damos a cada niño la silueta de dos caras dibujadas en una hoja de papel, lápices y colores. Cada uno deberá dibujar en ella una cara alegre y una cara triste (los ojos, la boca, lágrimas...) y colorearla.

Actividad 3: ¡Estoy alegre! O estoy triste

Desarrollo: El maestro verbaliza diferentes situaciones de la vida cotidiana. Por ejemplo: *“he perdido a mi perro, me han regalado una tortuga!, Miguel me ha dado un empujón, itengo muchos amigos!”* Dependiendo si se trata de una situación alegre o triste, los niños deben ponerse la máscara alegre o la máscara triste que han creado en la actividad anterior.

Actividad 4 : ¡Estoy alegre! O estoy triste

Desarrollo: Se trata de seguir el mismo procedimiento que en la actividad anterior. Los niños visualizan en grupo el video A better world. Cada vez que los niños identifiquen una situación alegre deben levantar su máscara de la alegría. Por el contrario, cada vez que identifiquen una situación triste, los niños deben levantar su máscara de la tristeza. Si es necesario el maestro puede parar el vídeo para identificar mejor las situaciones y explicarlas.

Fuente del material: Material disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=rwelE8yyYoU>

Recursos.

Pizarra digital
Hojas de papel
Colores

Temporalización.

Actividad 1: 10 minutos.
Actividad 2: 20 minutos.
Actividad 3: 10 minutos.
Actividad 4: 15 minutos.

Competencia a trabajar.

Conciencia emocional, regulación emocional y competencia social.

Evaluación.

El maestro pregunta al grupo cómo pueden saber si alguien está contento o triste mirándole la cara.
Han sido capaces de crear una expresión correcta de alegría y una de tristeza en sus máscaras.
Han levantado la máscara correcta en las distintas situaciones de la vida cotidiana.

SESIÓN 4: Alegría y tristeza

Objetivos.

Fomentar la autoestima y el autoconocimiento.
Identificarse a uno mismo y a los demás con la ayuda de un espejo.
Fomentar alegría y bienestar con uno mismo y con los demás.
Expresar libremente las emociones a través del baile.

Actividades.

Actividad 1: Espejito, espejito...

Desarrollo: El maestro muestra al grupo una caja cerrada y les explica que dentro hay una cosa muy muy valiosa. Cada niño la destapa y descubre su reflejo dentro de ella. Una vez todos hayan descubierto su reflejo, el maestro ayuda a reflexionar a los niños con preguntas como ¿qué hay dentro de la cajita?, ¿hay alguna persona?, ¿por qué eres importante?...

Posteriormente se les pide que se dibujen a ellos mismos. Sus dibujos servirán para decorar la clase.

Fuente del material: creación propia de la caja con el espejo.

Actividad 2: ¡A bailar!

Desarrollo: El maestro pregunta a sus alumnos cómo expresarían que están contentos y cómo expresarían que están tristes. Se elabora una lista con sus respuestas. Seguidamente el maestro les pide a los niños que bailen al ritmo de la música que suena. Se alternan canciones muy divertidas y alegres (“Hakuna matata de la película el Rey león, Happy de Pharrell Williams, Chu chua de los Cantajuegos) y otras tristes (“Música triste de violín” de “La lista de Schindler, Goodbye Jan A.P. Kaczmarek de la película Hachiko). El maestro también debe participar en la actividad. Para finalizar, el maestro pregunta si todas las canciones eran iguales, si han bailado todo el rato del mismo modo, por qué no...

Fuente del material: selección personal de la música y creación de CD.

Recursos.

Cajita atractiva con un espejo dentro.
Folios y colores.
Reproductor de música.
CD con música alegre y triste.

Temporalización.

Actividad 1: 30 minutos.
Actividad 2: 30 minutos.

Competencia a trabajar.

Autonomía emocional y regulación emocional.

Evaluación.

El maestro pregunta ¿Quién es muy importante? Los niños deben responder que ellos mismos son personas muy importantes.

Han sido capaces de dibujarse a sí mismos.

Han expresado correctamente las emociones a través del baile.

SESIÓN 5: Alegría o tristeza	
Objetivos.	
Expresar verbalmente y mediante la pintura nuestros sentimientos y emociones en referencia a nuestro hogar y quién vive en él.	
Actividades.	
Actividad 1: Mi hogar	
<p><u>Desarrollo:</u> El maestro muestra al grupo una casita de juguete. Explica que en ella vive una familia de muñecos. Con ello invita a sus alumnos que hablen de su hogar, quién vive dentro, cómo se sienten en su casa y todas las vivencias personales que quieran compartir con el grupo. El maestro es el primero que explica cómo es su hogar y cómo le hace sentir. A continuación realizan un dibujo para su habitación. Antes de llevárselo explican al resto de sus compañeros qué dibujo han realizado.</p> <p><u>Fuente del material:</u> López Cassà, É. Y Bisquerra, R. (2012). <i>La educación emocional en la escuela: actividades para la educación infantil (3 a 5 años)</i>.</p>	
Recursos.	Temporalización.
Casita de juguete. Cartulinas y pinturas.	Actividad 1: 50 minutos.
Competencia a trabajar.	
Conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencia para la vida y el bienestar.	
Evaluación.	
Han expresado adecuadamente sus emociones al hablar de su hogar. Han escuchado con respeto a los compañeros.	

SESIÓN 6: Alegría o tristeza

Objetivos.

Identificar y expresar situaciones alegres y tristes en el entorno escolar.

Expresar alegría y tristeza con el propio cuerpo.

Actividades.

Actividad 1: En la escuela, ¿cómo me siento?

Desarrollo: El maestro explica que en la escuela pasan muchas cosas que nos ponen alegres y también otras que nos ponen tristes. A continuación, pide a los niños que digan una lista de las cosas que les hacen sentir alegres en el colegio. El maestro anota sus ideas en cartulinas en forma de estrella y las cuelga a un lado de la pizarra. Se sigue el mismo procedimiento con aquellas cosas que les hacen sentir tristes. Para finalizar, entre todos intentar encontrar soluciones para que la lista de “cosas tristes” desaparezca.

Fuente del material: López Cassà, É. Y Bisquerra, R. (2012). *La educación emocional en la escuela: actividades para la educación infantil (3 a 5 años)*.

Actividad 2: ¡Di patata!

Desarrollo: A modo de cierre, el grupo se hace una fotografía expresando su cara más alegre y otra mostrando su cara más triste. La foto se imprime y se cuelga en la clase para que los niños puedan identificar las dos emociones trabajadas durante el trimestre.

Recursos.

Cartulinas en forma de estrella.

Cámara de fotos.

Temporalización.

Actividad 1: 30 minutos.

Actividad 2: 10 minutos.

Competencia a trabajar.

Conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencia para la vida y el bienestar.

Evaluación

Han sido capaces de identificar situaciones alegres y tristes en la escuela.

Han expresado correctamente una cara alegre.

Han expresado correctamente una cara triste.

DESARROLLO O METODOLOGÍA

Para realizar la presente propuesta comenzaré analizando una serie de fuentes sobre inteligencia emocional, educación emocional y el desarrollo emocional de los niños y niñas de cuatro años de edad. A partir de ellas, realizaré un marco teórico sólido y fundamentado sobre el que sustentar mi propuesta de intervención en el aula de Educación Infantil.

La propuesta de intervención se centrará en el trabajo de las emociones en un aula de educación infantil con alumnos de cuatro años. La propuesta tendrá la duración de un curso escolar y en él se quiere trabajar el reconocimiento y expresión de las siguientes emociones básicas: miedo, alegría, sorpresa, tristeza, enfado y vergüenza. Durante el primer trimestre se trabajan dos sentimientos/emociones (alegría y tristeza). Durante el segundo trimestre se trabajan dos sentimientos/emociones más (miedo y enfado). Y, durante el tercer trimestre se trabajan las emociones de sorpresa y vergüenza. En esta propuesta se desarrollarán en profundidad las sesiones del primer trimestre en las cuales se propondrán actividades para reconocer y expresar los sentimientos de tristeza y alegría.

La metodología será activa y globalizadora, donde el trabajo emocional parta de la propia experiencia del niño para que a través de ella puedan alcanzar aprendizajes significativos. Para ello, utilizaremos cuentos, canciones, visualización de vídeos e imágenes, juegos, fichas, situaciones reales del aula y de la vida cotidiana. Se pretende realizar una búsqueda de material ya publicado y, en caso de no hallarlo, diseñarlo y realizarlo personalmente.

Las actividades serán dinámicas y atractivas para los niños y en todo momento respetarán la individualidad de los alumnos, llegando a adaptarlas si es necesario.

Por último se desea alcanzar, a través del trabajo emocional que se realice en el aula, un clima agradable, con relaciones sanas y con actitudes de respeto y tolerancia hacia los compañeros.

EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

La evaluación de la propuesta será continua, formativa y global. Dicha evaluación se centrará en dos aspectos: el alumno y la propuesta de intervención.

Nos centraremos en primer lugar en la evaluación del alumnado. Para comenzar, se realizará una evaluación inicial para comprobar el estado de los alumnos en referencia a sus conocimientos emocionales. Esta evaluación se llevará a cabo antes de aplicar la propuesta de intervención.

En segundo lugar, se realizará una evaluación continua del alumno donde el maestro deberá cumplimentar una tabla de observación al finalizar cada sesión. Los ítems a evaluar en cada sesión serán distintos en función de los objetivos previstos en cada una de ellas. Debido a la corta edad de los niños, la evaluación partirá de la observación directa del alumno a partir del desarrollo de las actividades desarrolladas en cada sesión. (Ver anexo III).

Por último, se realizará una evaluación final del alumno donde el maestro deberá cumplimentar una tabla a partir de la observación realizada en el conjunto de las sesiones llevadas a cabo en el aula. El objetivo de la evaluación final es conocer hasta qué punto se han cumplido los objetivos propuestos. (Ver anexo IV).

Por otro lado, la evaluación de la propuesta tiene por objetivo conocer si se han alcanzado los objetivos propuestos y detectar los puntos débiles que deberían mejorarse. Dicha evaluación se llevará a cabo en una reunión donde participarán todos los maestros que han desarrollado el programa. A su vez, a través del debate y la reflexión conjunta deberán cumplimentar un cuestionario de evaluación. (Ver anexo V).

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA

A continuación se presentan las conclusiones finales nacidas de la reflexión durante la realización del proyecto. Además, se recogen las limitaciones encontradas sobre todo en el momento de poner en práctica la propuesta de intervención y finalmente se abren nuevas perspectivas y líneas de investigación a partir del trabajo realizado.

CONCLUSIONES Y LIMITACIONES

Del objetivo general “Favorecer el reconocimiento y expresión de emociones con alumnos de cuatro años de Educación Infantil” se concluye que el ámbito emocional resulta una parte muy importante a trabajar des de la escuela. Los centros educativos deben favorecer el desarrollo integral del ser humano y parte de este desarrollo integral subyace en el desarrollo emocional. Para ello, tanto la escuela como los maestros deben estar implicados en la elaboración y desarrollo de un plan que favorezca un trabajo real y directo en el desarrollo emocional de sus alumnos. Dicha implicación debe surgir des de la más temprana edad porqué los niños empiezan a sentir cuando están en el vientre materno. Por ello, el autoconocimiento y expresión emocionales deben trabajarse des de la más temprana edad tanto en el seno familiar como en el entorno escolar.

Del objetivo específico “Investigar y conocer las últimas teorías sobre inteligencia y educación emocional” se concluye que ambos conceptos están íntimamente relacionados. Convertirse en una persona emocionalmente inteligente implica dominar distintos aspectos que pueden y deben ser educados. Para ello resulta imprescindible comprender, expresar, compartir, regular, controlar y usar bien las emociones. El dominio de todo ello puede conseguirse a través de la educación de una serie de competencias que favorezcan el desarrollo óptimo de nuestras emociones; tanto de las emociones positivas como las negativas. Estas competencias son la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional, la competencia social i la competencia para la vida y el bienestar.

Del objetivo específico “Describir el estado del desarrollo emocional en niños de cuatro años” se concluye que la expresión de las emociones se socializa poco a poco, por tanto las emociones son educables. El niño empieza a sentir des del inicio de su vida pero en este inicio las emociones son más básicas y ligadas a aspectos fisiológicos. Poco a poco, las emociones se ligan a las relaciones sociales. Por ello es tan importante la implicación familiar y escolar para no dejar de lado la educación del aspecto emocional de los niños ya

que una mala educación emocional puede tener consecuencias irreversibles en las personas.

Del objetivo específico “Desarrollar el conocimiento y expresión emocional en niños de cuatro años” se concluye que los niños sienten mucho, con mucha frecuencia e intensidad. Además, para ayudar a los niños a descubrir qué sienten y por qué sienten deben estar acompañados por el adulto, sentirse escuchados y comprendidos.

En cuanto a la emoción de tristeza esta se relaciona con una pérdida y los niños la expresan mediante el llanto, la expresión facial y corporal. En cambio, la emoción de alegría está relacionada con una satisfacción en el aquí y ahora. Los niños expresan alegría a través de la risa.

A modo de conclusión general podemos decir que los objetivos planteados al inicio de la propuesta se han cumplido gracias al desarrollo del marco teórico y de la propuesta práctica. Aun así me gustaría destacar algunos aspectos que considero podrían mejorarse o en los que se han encontrado limitaciones.

En primer lugar en el desarrollo de la propuesta de intervención, tanto por la limitación de espacio como de tiempo para realizar el proyecto, solamente se desarrollan las sesiones del primer trimestre aunque la propuesta general es más amplia y pretende que dure todo un curso escolar. Así, los niños trabajan seis emociones básicas y su formación emocional es más extensa.

Otra de las limitaciones ha sido no poder desarrollar en un aula real alguna de las sesiones de la propuesta de intervención. Con dicha práctica considero que el proyecto hubiese quedado más completo y las conclusiones extraídas hubiesen sido más reales y contundentes.

La última dificultad que hemos encontrado ha sido a la hora de seleccionar la información y autores para el marco teórico de la propuesta ya que existe una gran cantidad de información relacionada con el mundo emocional.

PROSPECTIVA

A partir del trabajo realizado se abren nuevas propuestas relacionadas con la educación emocional que podrían llevarse a cabo tanto con niños como con adultos. A continuación recojo algunas de ellas.

En primer lugar podría ampliarse la propuesta de intervención a todo el centro escolar. Es decir, realizar una propuesta de intervención relacionada con la educación emocional que implicara des de los alumnos de tres años hasta el último curso de primaria. Con ello se persigue acompañar a los niños en su crecimiento emocional a través de sus distintas etapas evolutivas.

Por otro lado también podría desarrollarse un plan emocional para las familias con el objetivo de conocer el desarrollo emocional de sus hijos, aprender a acompañarlos en sus vivencias emocionales y dar respuesta a los requerimientos sentimentales de los niños.

Por último, podría realizarse un estudio cuyo objetivo fuera conocer la influencia de la educación emocional para frenar comportamientos problemáticos en niños y adolescentes. Este es un tema que hemos tratado superficialmente en el proyecto pero muy ligado a las emociones. Podría llevarse a cabo una comparativa de centros que lleven a cabo un programa emocional con otros que no lo tengan. A partir de aquí, se podría medir el nivel de conflictividad de los diversos centros educativos siempre que tengan unas características de entorno y socio – económicas similares.

A modo de conclusión, debemos reconocer que el mundo de las emociones es un campo muy amplio al que no hemos podido dar abasto en este proyecto. Existen muchos autores que a lo largo de la historia han advertido de la importancia de desarrollar una inteligencia emocional para afrontarnos a la realidad que nos rodea de un modo más “humanizado”. Para ello nos podemos abastecer de los medios que nos ofrecen la educación, las aulas y los maestros. Si bien es cierto, también lo es que para desarrollar un buen programa de educación emocional es esencial la implicación de los centros escolares y la formación de los maestros. Así, podemos afirmar que el tema las emociones no se es un asunto cerrado sino por el contrario, es una cuestión que deja abierta muchas puertas tanto a nivel teórico como en el campo de la investigación.

REFERÉNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

A better world. (2013). [Vídeo]. Recuperado de:

<https://www.youtube.com/watch?v=rwelE8yyYoU>

Angela del Valle López, (1998). *Educación de las emociones*. *Educación*, 7, 169. Recuperado de

<http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/5227/5221>

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

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

Investigación Educativa, vol. 21, n.º 1, 7-43. Recuperado de

http://jordandesajonia.edu.co/site/images/stories/colegio/fasfoper/2014/infantil/manejo_de_emociones/inteligencia.pdf

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista*

Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 19, núm. 3, 95-114. Recuperado de

<http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>.

Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Estudios sobre*

educación, 11, 9 – 25. Recuperado de

<http://dadun.unav.edu/bitstream/10171/9208/1/Ea.pdf>

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*.

Recuperado de <http://bv.unir.net:2067/lib/univunirsp/detail.action?docID=10638546>

Bisquerra, R. i Pérez, N. (Mayo, 2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en

práctica. *Avances en supervisión educativa*, 16. Recuperado de

http://www.adide.org/revista/images/stories/pdf_16/ase16_monoo4.pdf

Bisquerra, R. La inteligencia emocional según Salovey y Mayer. *Grup de Recerca en*

Orientació Psicopedagògica. Recuperado de

<http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>

Cabello, Salguero, M.J. (2011). Importancia de la Inteligencia Emocional como contribución al

desarrollo integral de los niños/as de Educación Infantil. *Pedagogía Magna* 11, 178 –

188. Recuperado de http://biblioteca.unir.net/documento/importa/FETCH-dialnet_primary_oai_dialnet_unirioja_es_ART00004018073

Chías, M. y Zurita, J (2009). *Emocionarte con los niños: el arte de acompañar a los niños en su emoción*. Recuperado de <http://biblioteca.unir.net/documento/emocionarte-con-los-ninos-el-arte-de-acompanar-a-los-ninos-en-su-emocion-2a-ed/FETCH-LOGICAL-e456-1220c13e4f88607a4c6e7f25c68bf9e9cb4f5a46776c33fa2ff52c6bde2243503>

Collell, J., Escudé, C. (2003). *L'educació emocional. Traç, Revista dels mestres de la Garrotxa*, núm. 37, pp. 8-10. Recuperado de <http://www.xtec.cat/~jcollell/ZAP%20Trac.pdf>

Cuentodisco, colección de cuentos ilustrados y narrados. Recuperado el 11 de abril de 2015 de <http://cuentodisco.blogspot.com/>

Delores, J. (1998). *La educación encierra un tesoro*. Santillana. Recuperado de http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF

Fernández Berrocal, P. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 54, 63. Recuperado de http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf61modelo_de_mayer_salovey.pdf

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: kairós.

Goleman, D (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: kairós.

López Cassà, É. Y Bisquerra, R. (2012). *La educación emocional en la escuela: actividades para la educación infantil (3 a 5 años)*. Recuperado de http://biblioteca.unir.net/documento/la-educacion-emocional-en-la-escuela/FETCH-ebrary_primary_107412093

López Sánchez, F. (2009). *Las emociones en la educación*. Recuperado de <http://biblioteca.unir.net/documento/las-emociones-en-la-educacion/FETCH-LOGICAL-c1642-28707cb560188dfa63127770910cf74a9ac248f96ebf51156c192cob9fe705203>

Ministerio de educación, cultura y deporte. *Objetivos de la Educación Infantil*. Recuperado el 5 de febrero de 2015 de <http://www.mecd.gob.es/educacion-mecd/areas-educacion/sistema-educativo/enseñanzas/educacion-infantil/objetivos.html>

Teo cuida de su hermanita. (1996). [Vídeo]. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=3wcc_oIxx10

Troya, M. (2013). Teoría evolutiva de las emociones. *Bonding*. Recuperado de http://www.bonding.es/jbonding/index.php?option=com_zoo&task=item&item_id=1274&Itemid=28

Universidad Internacional de la Rioja. (2014). *Tema 4: Desarrollo afectivo – emocional en la educación temprana*. Material no publicado.

BIBLIOGRAFÍA

Aguilera, M. (2009). Educar las emociones. *Crítica*, 964, 3. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3092551>

Andrés Viloria, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela: programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias pedagógicas*, 10, 107. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1407971>

Calvo Tuleski, S. (2014). La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(2), 9. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80231541002>

Danvila Del Valle, I. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación/Emotional intelligence: a concept review and research lines. *Cuadernos de Estudios Empresariales*, 20, 107. Recuperado de <http://revistas.ucm.es/index.php/CESE/article/view/38963/37595>

Danvila Del Valle, I. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación/Emotional intelligence: a concept review and research lines. *Cuadernos de Estudios Empresariales*, 20, 107. Recuperado de <http://revistas.ucm.es/index.php/CESE/article/view/38963/37595>

- García – Lago, V. (2008). La inteligencia en la educación infantil. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 19, 129. Recuperado de http://biblioteca.unir.net/documento/la-inte/FETCH-dialnet_primary_oai_dialnet_unirioja_es_ART00003954973
- Howard Gardner, (2005). Inteligencias múltiples. *Revista de Psicología y Educación*, 1, 17. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/revista/13205/V/1>
- López Barrero, R. (2010). Familia vs. Escuela. *Pedagogía Magna*, 5, 154. Recuperado de <http://www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCIQFjAA&url=http%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F3391497.pdf&ei=EYpYVZPBC4euyQT6joHoAw&usg=AFQjCNH0dqr3k13DYzot5iaSuYin9q5cgw&bvm=bv.93564037,d.aWw&cad=rja>
- López, È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 54, 153. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- Noro, J.E. (2010). *Educar juntos: escuela y familia*. Recuperado de <http://bv.unir.net:2067/lib/univunirsp/detail.action?docID=10405698>
- R. A. Clemente y J. E. Adrián (2004). Evolución de la regulación emocional y competencia social. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción (REME)*, 17-18. Recuperado de <http://reme.uji.es/articulos/avillj3022608105/texto.html>

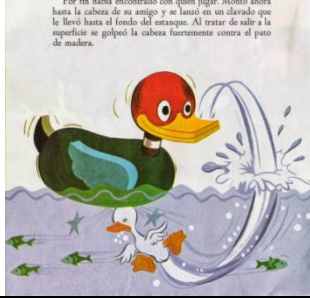
ANEXOS

ANEXO I. CUENTO “EL PATITO FEO”

 <p>EL PATITO FEO</p> <p>14</p> <p>WALT DISNEY</p> <p>CUENTOCORRICO EPILOGUEIRA</p>	 <p>En una tarde de verano, Mamá Patita se encontraba echada en su nido sobre cinco hermosos huevos. Transmítala su calor a los huevos y con gran paciencia esperaba que nacieran sus polluelos.</p>	
<p>Papá Pato también esperaba y desesperada cantaba alrededor del nido preguntándose “por qué tardaban tanto los huevos en empollar”. De pronto mamá dio un grito de alegría al sentir que los huevos se agitados y acababan, y rápidamente salió del nido para ver nacer a sus patitos.</p> 	 <p>Felices, ella y papá vieron como uno tras otro de los huevos se rompían y de ellos salían sus hijitos. Cuatro lindos patitos amarillos con ojitos muy redonditos.</p>	<p>Mamá y papá siguieron vigilando el nido, pues el quinto huevo que era el más grande, no empollaba. De pronto, dos patitas rompieron un lado del cascarón y después una cabeza asomó por el otro lado.</p> 
 <p>Pero era una cabecita blanca y fea en vez de la cabecita amarilla de los patitos. El polluelo sacudió el cascarón y gritó, “jork, jork, jork”.</p>	<p>“Que raro está ese patito!”, dijo enojado papá. “Y, ¿por qué dice jork, jork, jork y no cacá, cacá, cacá, como los otros?”</p> 	<p>Los cuatro hermanitos amarillos, curiosos, rodearon al patito blanco y le dijeron, “¿tú no eres como nosotros, eres feo”. Después, siguiendo a sus padres se fueron al estanque y lo dejaron solo.</p> 
 <p>El pobre patito feo no comprendía por qué nadie le quería. Fue y se sentó solito a la orilla del estanque a llorar. Grandes lágrimas le rodaban por el pico y caían en el agua del estanque.</p>	<p>Al asomarse al estanque vio en la superficie, una cara muy fea, no comprendía que sus lágrimas al caer habían agitado el agua y su cara se veía distorsionada. “Con razón nadie me quiere”, pensó tristemente, “y es que en verdad soy muy feo”.</p> 	 <p>“Soy tan feo que debo escondirme en el bosque”, pensó. En eso escuchó unos chillidos. Pronto descubrió que los que pibaban eran tres polluelos hijos de una garza.</p>
 <p>Rápidamente el patito se metió al nido a cantar con los pajaritos. “Jork, jork, jork”, “¡Oye eres muy distorsionada!” le dijeron los niños garza, “dile a tu mamá que te dé clases de canto”. “Mi mamá no me quiere”, contestó el patito feo.</p>	<p>En esto estaban, cuando llegó Mamá Garza con un sabroso gusano para sus bebés. El patito creyó que el gusano era para él y rápidamente, se lo quitó a Mamá Garza y se lo comió. “¡Sal de mi nido!”, gritó furiosa Doña Garza, “¡fírgate de aquí y no vuelvas, pato feo!”</p> 	<p>El patito salió corriendo, se echó al estanque y se alejó nadando tan rápidamente como pudo. De pronto se encontró frente a un hermoso pato de lindos colores. Como este pato no le regañó y parecía sonreírle, se detuvo a verlo.</p> 



"¡Que asamblea!", pensó el patito. Montó sobre el gran pato y desde arriba, varias veces, saltó alegremente al agua como quien salta desde un trampolín. ¡Pobre patito! no sabía que su amigo era un pato de madera, usado por los cazadores para atraer a los patos de verdad.



Por fin había encontrado con quien jugar. Montó ahora hasta la cabeza de su amigo y se lanzó en un clavado que le llevó hasta el fondo del estanque. Al tratar de salir a la superficie se golpeó la cabeza fuertemente contra el pato de madera.



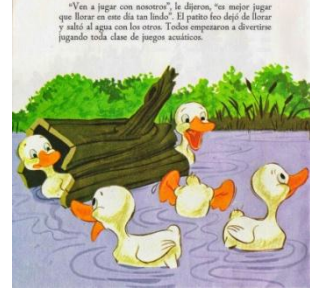
El patito creyó que su amigo, riéndose, le había golpeado y aún atardecido se refugió en la orilla. "Nadie me quiere en este mundo", dijo el patito, "tan sólo porque soy feo".



Después se montó en un tronco y se fue flotando por el estanque. Se sentía tan solo y triste que comenzó a llorar. "¡Jonk, jonk, jonk!", "¿Quién dijo eso?", preguntó. "¡Jonk, jonk, jonk!", le contestaron. Espregó las lágrimas de sus ojos y vio, ahí justo a él, a cuatro polluelos blancos que eran idénticos a él.



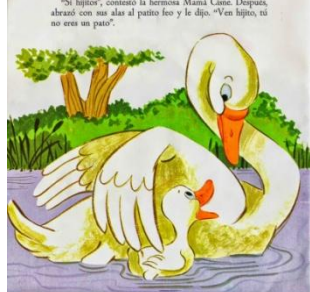
"Ven a jugar con nosotros", le dijeron, "es mejor jugar que llorar en este día tan lindo". El patito feo dejó de llorar y saltó al agua con los otros. Todos empezaron a divertirse jugando toda clase de juegos acuáticos.



"Si hijitos", contestó la hermosa Mamá Cane. Después, alzó con sus alas al patito feo y le dijo: "Ven hijito, tú no eres un pato".



De pronto vio justo a él a una hermosa ave blanca. Era un cisne y era el ave más hermosa que había visto en su vida. "¡Mamá, mamá!", gritaron sus nuevos amigos. "Encontramos un hermoso, ¿puede quedarse a vivir con nosotros?".



"Eres un pequeño cisne, y algún día vas a ser el rey del estanque".



ANEXO II.

EXPRESIONES DE ALEGRÍA



EXPRESIONES DE TRISTEZA



ANEXO III: EVALUACIÓN CONTINUA DEL ALUMNO

TABLA DE OBSERVACIÓN				
Nombre alumno:		Sesión nº: 1		
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Ha escuchado con atención el cuento.				
Ha sido capaz de reconocer las situaciones de tristeza en la historia.				
Ha expresado una situación que le produzca tristeza.				
Ha escuchado con respeto a los compañeros.				
Observaciones:				

TABLA DE OBSERVACIÓN				
Nombre alumno:		Sesión nº: 2		
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Ha escuchado con atención el video.				
Ha sido capaz de reconocer el motivo de alegría en el capítulo.				
Ha expresado una situación que le produzca alegría.				
Ha escuchado con respeto a los compañeros.				
Observaciones:				

TABLA DE OBSERVACIÓN				
Nombre alumno:		Sesión nº: 3		
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Ha sido capaz de crear una expresión correcta de alegría y una de tristeza en sus máscaras.				
Ha levantado la máscara correcta en las distintas situaciones de la vida cotidiana.				
Observaciones:				

TABLA DE OBSERVACIÓN				
Nombre alumno:		Sesión n°: 4		
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Ha sido capaz de dibujarse a sí mismo.				
Ha expresado correctamente las emociones a través del baile.				
Observaciones:				

TABLA DE OBSERVACIÓN				
Nombre alumno:		Sesión n°: 5		
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Ha expresado adecuadamente sus emociones al hablar de su hogar.				
Ha escuchado con respeto a los compañeros.				
Observaciones:				

TABLA DE OBSERVACIÓN				
Nombre alumno:		Sesión n°: 6		
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Ha sido capaz de identificar situaciones alegres y tristes en la escuela.				
Ha expresado correctamente una cara alegre.				
Ha expresado correctamente una cara triste.				
Observaciones:				

ANEXO IV: EVALUACIÓN FINAL DEL ALUMNO

EVALUACIÓN FINAL				
Nombre alumno:				
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
Reconoce las emociones propias trabajadas: miedo, alegría, sorpresa, tristeza, enfado y vergüenza.				
Expresa las emociones propias trabajadas: miedo, alegría, sorpresa, tristeza, enfado y vergüenza.				
Identifica las emociones en los demás.				
Muestra respeto por las emociones de los demás.				
Muestra empatía hacia los demás.				
Observaciones:				

ANEXO V: EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA				
Ítem	Mucho	Bastante	Poco	Nada
El proyecto es adecuado al interés del alumno.				
Las actividades son adecuadas.				
Los recursos son adecuados.				
La temporalización ha sido correcta.				
Se han alcanzado los objetivos propuestos.				
Observaciones:				