



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

Departamento de pedagogía

TRABAJO DE FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS DE LOS CUENTOS

Curso académico 2017-2018

Presentado por **Carmen Carrero Ruiz** para optar al Grado de Educación Infantil de la Universidad de Valladolid.

Tutelado por: **Alberto Nieto Pino**

RESUMEN

Hoy en día, la educación emocional está ganando importancia, cada vez son más los colegios que trabajan con corrientes pedagógicas basadas en la teoría del conocimiento constructivista. El problema es que el sistema educativo da mayor importancia al desarrollo cognitivo, sin centrarse en el desarrollo emocional.

La educación emocional favorece al desarrollo de las habilidades cognitivas, es decir, aquello relacionado con el procesamiento de información, la memoria, la atención, la resolución de problemas, entre otros. Asimismo, el desarrollo de la personalidad de los niños viene dado por la educación de la afectividad y las emociones. Conocer e identificar nuestros sentimientos y los de los demás y comprender y regular las emociones. Todo ello, contribuye a las relaciones sociales en el entorno en el que vivimos.

En este trabajo se ofrece una propuesta práctica para trabajar lo dicho anteriormente a través de los cuentos. Una herramienta educativa presente en el aula de Educación Infantil desde hace muchos años que ayuda al alumnado a desarrollar la imaginación y la creatividad.

Palabras clave: educación emocional, desarrollo de la personalidad, emociones, cuentos, imaginación

ABSTRACT

Nowadays, the emotional education is becoming important, there is a growing number of schools working with pedagogical currents based on constructivist theory of knowledge. The problem is that the education system places great significance on the cognitive development, without focusing on the emotional development.

The emotional education favours the development of the cognitive skills. That is, all that related to information processing, memory, attention, problem solving, among others. Besides, the personality development of the children is given by the education of the emotional life. Knowing and identifying our feelings and those of the others and understanding and regulating the emotions. All this contributes to the social relationships in the environment in which we live.

In this paper a didactic proposal is offered to work through the tales what it has said above. They are an educational tool present in the Pre-School Education classroom which for many years has helped the students to develop the imagination and creativity.

Keywords: emotional education, personality development, emotions, tales, imagination.

ÍNDICE

1. Introducción.....	4
2. Objetivos.....	5
3. Justificación.....	5
4. Fundamentación teórica.....	7
4.1 Marco legal.....	7
4.2 Desarrollo evolutivo en niños de 3-6 años.....	10
4.3 Concepto de educación emocional.....	11
4.4 Competencias emocionales.....	13
4.5 Tipos de emociones y clasificación.....	14
4.6 Importancia de la educación emocional en el aprendizaje.....	15
4.7 Los cuentos como herramienta.....	16
4.8 Características y tipos de cuentos.....	17
4.9 Educación emocional a través del cuento.....	18
5. Fase de investigación.....	20
5.1 Contextualización.....	20
5.2 Metodología.....	20
5.3 Exposición de los resultados.....	21
5.3.1 Resultados del alumnado.....	21
5.3.2 Resultados de los padres y madres.....	28
6. Propuesta de intervención.....	32
6.1 Justificación.....	32
6.2 Objetivos de la propuesta.....	32
6.3 Contenidos de la propuesta.....	33
6.4 Propuesta de actividades.....	33
7. Análisis del trabajo.....	44
8. Conclusión.....	45

9. Bibliografía y referencias.....	47
9.1 Libros, artículos y revistas.....	47
9.2 Webgrafía	48
9.3 Normativa	49
9.4 Cuentos.....	50
10. Anexos.....	51

1. INTRODUCCIÓN

La educación emocional es un tema en auge en los últimos años, desde la aparición de la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner. Sin embargo, es insuficiente lo que los profesionales conocen sobre él. Queremos dar a conocer la importancia que tiene este tema principalmente en las edades más tempranas de los niños¹ para el futuro progreso de sus vidas.

Este trabajo está orientado a conocer la importancia de la educación emocional a través de los cuentos, principalmente en el aula de Educación Infantil. Para ello, primeramente, hablaremos de como el marco legal de nuestro país recoge el tema de la educación emocional tanto a nivel nacional, como a nivel regional.

Una vez visto, y a través de diferentes autores, nos acercaremos al concepto de educación emocional, a sus competencias, los tipos de emociones y la importancia que todo ello tiene en el aula de infantil. Por otro lado, el cuento es una herramienta educativa con la que los pequeños se encuentran en contacto desde los primeros meses de vida, además de favorecer la formación y desarrollo de la personalidad de los niños.

Tras el breve recorrido por la fundamentación teórica, veremos los resultados de la fase de investigación llevada a cabo con la colaboración de niños, niñas y padres y madres de un colegio público de Valladolid, donde las respuestas a cuestionarios que se les han facilitado nos permitirán analizar como trabajan y gestionan las emociones en casa, además, de poder ver que conocimiento tiene este alumnado sobre ellas.

Para terminar, propondremos una unidad didáctica para trabajar las emociones primarias en el aula de Educación Infantil a través de diferentes cuentos dado que es un tema que presenta importancia en esta etapa, ya que un correcto desarrollo de las emociones ayuda a los niños en su desarrollo cognitivo.

Queremos resaltar la importancia que tiene la educación emocional en todas las etapas escolares, pero haciendo hincapié en los beneficios que tiene trabajarla desde los primeros años. Además, el cuento se trata de uno de los recursos didácticos más importantes de la etapa de Educación Infantil, no solo presente en el ámbito escolar, sino también en el familiar.

¹ Para no dificultar la lectura del trabajo y mejorar su comprensión usaremos el masculino genérico aceptado por la Real Academia Española en lo que se refiere a grupos de hombres y mujeres. Sin querer incurrir en un uso sexista del lenguaje, intentaremos utilizar genéricos.

2. OBJETIVOS

Los objetivos que se pretenden conseguir con la realización de este trabajo son:

- Revisar el concepto de educación emocional, así como las competencias e importancia que tiene en el aula.
- Conocer la importancia del cuento como herramienta educativa.
- Investigar sobre el conocimiento de las emociones y la manera de tratarlas por parte de los padres y madres en casa.
- Plantear una propuesta de intervención para el desarrollo de la educación emocional en Educación Infantil.
- Reconocer las propias emociones e identificar las de los demás desarrollando habilidades para regularlas a través de los cuentos.

3. JUSTIFICACIÓN

El tema elegido para la elaboración de este trabajo se debe a la importancia que tiene la educación emocional hoy en día. Es un tema en auge actualmente y que todavía no ha conseguido un desarrollo pleno en nuestro país, el modelo educativo está evolucionando hacia teorías constructivistas, pero aún mantiene al margen aspectos emocionales dando mayor importancia a los aspectos cognitivos, es decir, otorga mayor importancia a la educación intelectual que a la educación de las emociones y los sentimientos.

La educación forma a personas muy diferentes y con capacidades y habilidades distintas, por lo que es imprescindible que los aprendizajes se basen en sus experiencias y sus intereses haciendo al alumnado los protagonistas de estos. Para ello, la educación emocional, y más concretamente las emociones, tienen una importancia significativa, ya que están presentes desde el nacimiento en las personas e intervienen en todos los procesos evolutivos, condicionando su adaptación al entorno social y a los diferentes conflictos que les surgen a lo largo de la vida.

Además, las emociones buscan el desarrollo integral de la personalidad de los niños por lo que su importancia debe estar presente en las programaciones anuales de los colegios. Se trata de uno de los escenarios principales de conocimiento, sin olvidar el ámbito familiar.

Una manera de desarrollar todo esto es a través de los cuentos, una herramienta educativa presente en el aula de Educación Infantil que favorece al desarrollo de la imaginación y la creatividad de los niños, ayudando en la formación de su personalidad.

Los niños tienen acceso a los cuentos desde que son muy pequeños siendo para ellos un recurso de diversión, entretenimiento y juego que les permite adentrarse en otro mundo, identificarse con los personajes y adquirir un aprendizaje indirecto ante situaciones conflictivas y problemas de la vida diaria.

Todo esto nos ha llevado a elegir este tema por la importancia que ambos, la educación emocional y los cuentos, muestran en el aula de Educación Infantil. Por una parte, la educación emocional, dado el importante crecimiento obtenido en los últimos años, debido a la relevancia que manifiesta en el desarrollo integral de los niños. Y, por otro lado, los cuentos, los cuales han estado presentes en la vida de los pequeños desde hace décadas facilitándoles el aprendizaje.

Por último, creemos necesario hacer mención de las competencias del Título del Grado de Educación Infantil que mantienen relación con este trabajo. Entre las competencias existentes en este grado, hemos escogido las que más se acercan al trabajo realizado:

- Comprender los procesos educativos y de aprendizaje en el contexto familiar, social y escolar.
- Dominar habilidades sociales en el trato y relación con la familia de cada alumno/a y con el conjunto de las familias para incidir eficazmente en el proceso educativo.
- Capacidad para saber detectar carencias afectivas que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los estudiantes y atender sus necesidades transmitiendo seguridad, tranquilidad y afecto.
- Promover la autonomía y la singularidad de cada alumno/a como factores de educación de las emociones, los sentimientos y los valores en la primera infancia.
- Comprender y utilizar la diversidad de perspectivas y metodologías de investigación aplicadas a la educación.
- Conocer la legislación que regula las escuelas infantiles y su organización.
- Favorecer el desarrollo de las capacidades de comunicación oral y escrita.
- Favorecer hábitos de acercamiento de los niños y las niñas hacia la iniciación a la lectura y la escritura.
- Reconocer y valorar el uso adecuado de la lengua verbal y no verbal.
- Conocer la literatura infantil y desarrollar estrategias para el acercamiento de los niños y niñas al texto literario tanto oral como escrito.
- Conocer y saber utilizar adecuadamente recursos para la animación a la lectura y la escritura.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 MARCO LEGAL

Este apartado refleja la fundamentación legal que hemos tenido en cuenta para realizar el presente trabajo.

La **Constitución Española** recoge en el artículo 10 “la dignidad de la persona, los derechos inviolables que le son inherentes, así como el libre desarrollo de la personalidad...”. Además, recoge en el artículo 20 “la libertad para expresar y difundir los pensamientos, ideas y opiniones mediante la palabra...”. En el artículo 27 establece el derecho de todos a la educación con un desarrollo pleno de la personalidad.

Actualmente, la etapa de Educación Infantil se rige por la **Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE)**, puesto que en la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), esta etapa no fue modificada. En ella, se hace referencia a la educación emocional en los siguientes aspectos:

Preámbulo:

“La educación es el medio más adecuado para construir su personalidad, desarrollar al máximo sus capacidades, conformar su propia identidad personal y configurar su comprensión de la realidad, integrando la dimensión cognoscitiva, la afectiva y la axiológica”.

“Se trata de conseguir que todos los ciudadanos alcancen el máximo desarrollo posible de todas sus capacidades, individuales y sociales, intelectuales, culturales y emocionales”.

“Entre los fines de la educación resaltan el pleno desarrollo de la personalidad y de las capacidades afectivas del alumnado”.

Artículo 2. Fines:

- a) El pleno desarrollo de la personalidad y de las capacidades de los alumnos.
- f) El desarrollo de la capacidad de los alumnos para regular su propio aprendizaje.

Artículo 13. Objetivos:

- d) Desarrollar sus capacidades afectivas.

Artículo 71: Corresponde a las Administraciones educativas disponer de los medios necesarios para que todo el alumnado alcance el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional.

El **Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil** establece que “el currículo se orienta a lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los distintos planos: físico, motórico, emocional, afectivo, social y cognitivo, y a procurar los aprendizajes que contribuyen y hacen posible dicho desarrollo”.

A nivel autonómico, la educación se rige por el **Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.**

En cuanto a la educación emocional, la finalidad de la Educación Infantil es el desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y niñas según el artículo 3 del Decreto 122/2007. Siendo uno de los objetivos “Construir una imagen positiva y ajustada de sí mismo y desarrollar sus capacidades afectivas” según el artículo 4. Para ello, habla de actividades grupales que propicien la interacción social, para que tanto niños como niñas sean capaces de expresar y comunicar sus sentimientos y emociones a través del lenguaje, uno de los objetivos establecidos por la Ley.

Por otro lado, hace hincapié en la importancia de los objetos para el aprendizaje, por los que el niño a través de la manipulación de estos será capaz de exteriorizar sus sentimientos y emociones.

De las tres áreas de conocimiento del segundo ciclo de Educación Infantil, son la primera y la tercera las que abarcan principalmente el desarrollo afectivo de los niños y niñas.

- **Área I. Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.**

El niño va configurando una imagen de sí mismo a través de las sensaciones y percepciones procedentes del medio físico y social en que se encuentra pues se comunica y relaciona con él. Por ello, resulta importante establecer un ambiente que posibilite las manifestaciones emocionales y afectivas.

Además, el desarrollo personal del niño abarca tanto la identificación, expresión, reconocimiento y control de los propios sentimientos y emociones como la identificación y reconocimiento de los sentimientos y emociones de los demás por lo que el lenguaje es decisivo para expresar, comunicar, nombrar, interpretar, comprender y controlar los distintos sentimientos y emociones referidos al propio niño y a los demás.

Entre los objetivos de este primer área destacamos:

- Reconocer e identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, y ser capaz de expresarlos y comunicarlos a los demás, respetando los de los otros.

Dentro del bloque 1 de contenidos, encontramos el 1.4. que habla de sentimientos y emociones:

- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.
- Desarrollo de habilidades favorables para la interacción social y para el establecimiento de relaciones de afecto con las personas adultas y con los iguales.

- **Área III. Lenguajes: comunicación y representación**

Tanto la comunicación oral y escrita como las otras formas de comunicación y representación unen el mundo interior y exterior, lo que posibilita la expresión de pensamientos y vivencias. El lenguaje aparte de medio de relación con los demás, sirve como instrumento de autorregulación y planificación de la propia conducta. También la expresión artística y el lenguaje corporal se utilizan para expresar libremente las experiencias, vivencias, emociones y sentimientos. A través de todos los tipos de lenguaje los niños y niñas desarrollan su imaginación y creatividad, aprenden y construyen su identidad personal, muestran emociones y su percepción de la realidad.

Entre los objetivos, hay que destacar:

- Expresar ideas, sentimientos, emociones y deseos mediante la lengua oral y otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.

En cuanto a los contenidos encontramos:

- Utilización del lenguaje oral para manifestar sentimientos, necesidades e intereses comunicar experiencias propias y transmitir información. Valorarlo como medio de relación y regulación de la propia conducta y la de los demás. Bloque 1.
- Expresión y comunicación de emociones, sentimientos y fantasías. Bloque 3.
- Expresión de los propios sentimientos y emociones a través del cuerpo, y reconocimiento de estas expresiones en los otros compañeros. Bloque 4.

Por último, quiero destacar que, a nivel de centro, cada colegio cuenta con el **Proyecto Educativo de Centro**. El colegio al que hago referencia y con el que he trabajado recoge entre los principios educativos:

- La formación integral de los alumnos/as potenciando las diferentes inteligencias de la persona.
- Aprender a conocerse, estimarse y autorregularse.

Además de querer formar personas que sepan expresar sentimientos y sean sensibles hacia los demás.

Entre los objetivos generales de Educación Infantil destaco:

- Construir una imagen positiva de sí mismo y desarrollar sus capacidades afectivas.
- Iniciarse en las habilidades sociales necesarias para expresar sentimientos, necesidades, opiniones....

4.2 DESARROLLO EVOLUTIVO EN NIÑOS DE 3-6 AÑOS

Se presenta un cuadro resumen de fuente propia con las principales características evolutivas del desarrollo de los niños de 3-6 años.

DESARROLLO MOTOR	<p>Realiza movimientos estables y ha adquirido un paso seguro.</p> <p>Salta y trepa con habilidad.</p> <p>Mantiene la postura.</p> <p>Empieza a dominar la motricidad fina.</p>
DESARROLLO COGNITIVO	<p>Periodo preoperacional: no es capaz de realizar operaciones mentales pues no tiene adquirido el pensamiento lógico.</p> <p>Egocentrismo: el niño solo percibe el mundo desde su punto de vista, le cuesta distinguir su punto de vista y el de los demás.</p> <p>Sincretismo: visión del mundo de una manera global, el niño no tiene un razonamiento deductivo.</p> <p>Animismo: atribuye vida u objetos inanimados.</p>
DESARROLLO LENGUAJE	<p>Tiene adquirido completamente el repertorio fonético por lo que habla fluido e inteligible.</p>

	<p>Empieza a emplear correctamente las conjunciones, las oraciones de relativo y domina los tiempos verbales.</p> <p>Comprende formas más complejas, metáforas o frases hechas.</p>
DESARROLLO SOCIAL	<p>El niño disfruta con el juego en grupo.</p> <p>Juego simbólico: el niño representa situaciones de la vida cotidiana utilizando los objetos con usos distintos.</p> <p>Mantiene relaciones con los iguales a través del juego.</p>
DESARROLLO AFECTIVO	<p>El niño es capaz de expresar sentimientos y emociones.</p> <p>Desarrolla actitudes para desarrollar la autorregulación emocional.</p> <p>Va creando poco a poco su personalidad.</p> <p>Se vuelve más independiente, quiere hacer todo solo.</p> <p>Empieza a entender el concepto de la amistad, le gusta tener amigos.</p>

4.3 CONCEPTO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

Hasta el siglo XX no existen numerosos estudios que hablen sobre la educación emocional, pero es a partir de ahí cuando aparece un número importante de estudios sobre este concepto. Entre los autores podemos destacar a los siguientes.

Charles Darwin en 1873 publica su obra sobre las emociones desde un punto de vista biológico tanto en humanos como en animales señalando las relaciones que establecen. Además, destacó en gran parte de sus estudios la importancia de las expresiones faciales y la expresión corporal para el desarrollo emocional.

En 1884 **William James** desarrolló una teoría fisiológica donde señalaba que las emociones vienen dadas por las reacciones ante diferentes hechos. Esta teoría se afirma en la famosa frase “No lloramos porque estamos tristes, sino que estamos tristes porque lloramos”.

Walter Cannon en los años 20, desde un punto de vista neurológico apunta que las reacciones fisiológicas de las que hablaba James se sienten a la vez que las emociones. Más tarde, en la década de los años 30, **Philip Bard** desarrolló más profundamente este estudio.

Freud, a partir de su teoría psicoanalista, habla de las emociones como trastornos emocionales donde las experiencias sentimentales influyen en la vida afectiva de las personas. Además, las emociones traumáticas vividas se mantienen en el inconsciente.

Ekman en 1972 retomó las ideas de Darwin haciendo referencia a la importancia de las expresiones faciales y corporales con origen biológico para el desarrollo de la educación emocional. Enumeró las emociones básicas o universales en la especie humana.

Salovey y Mayer (1996), argumentan que los sentimientos y pensamientos que generan las emociones estimulan la inteligencia, pese a que en ocasiones interrumpen y desorganizan la mente. Fueron los primeros en utilizar el término inteligencia emocional que para ellos consiste en desarrollar cuatro habilidades básicas: habilidad para percibir y valorar y expresar emociones con exactitud, habilidad para acceder y generar sentimientos que faciliten el pensamiento, habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Goleman (1996), utilizó el término emoción para referirse a los sentimientos junto con sus pensamientos característicos y a las condiciones psicológicas y biológicas que lo caracterizan.

En 1997, desarrolló el concepto de inteligencia emocional por el que se identifican, reconocen y expresan sentimientos, se controlan impulsos, se desarrolla la empatía y se solucionan conflictos interpersonales.

Bisquerra (2000), define por un lado las emociones 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” (p. 61).

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

Ibarrola (2009), define las emociones como una parte esencial de la experiencia humana, dado que antes de seres pensantes, somos seres sensibles. Afirma que a lo largo de la vida vamos adquiriendo y aprendiendo a manejar una serie de “herramientas” que nos ayudan a

conocer, expresar y regular nuestro mundo emocional ya que la educación emocional comienza en la etapa prenatal y se desarrolla a lo largo de la vida.

Para concluir, podemos decir que son muchos los autores que han hablado de la educación emocional y muchas son las definiciones aportadas. Sin embargo, la mayoría coincide en que las emociones son innatas y sufren un proceso educativo, continuo y permanente hasta la edad adulta. Esto hace que jueguen un papel muy significativo en la personalidad, en el comportamiento y en la interacción social de cada persona.

4.4 COMPETENCIAS EMOCIONALES

La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) define competencia como “la capacidad para responder a las demandas y llevar a cabo tareas de forma adecuada. Cada competencia se construye a través de la combinación de habilidades cognitivas y prácticas, conocimiento, motivación, valores, actitudes, emociones y otros componentes sociales y conductuales”. Entre todas las competencias que existen, únicamente nos vamos a centrar en lo que se refiere a la competencia emocional.

Según Bisquerra (2000) y Pérez (2007) se entiende por competencias emocionales el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.

A continuación, hablaremos sobre ellas.

Conciencia emocional. Capacidad para reconocer las emociones propias y de los demás, comprendiendo las causas y las consecuencias de estas además de saber expresarlo mediante lenguaje verbal y no verbal. Se trata de la primera competencia a desarrollar y sin la que no se pueden dar el resto de las competencias emocionales. *“La historia de nuestra vida está relatada por la voz de las emociones que fuimos sintiendo mientras la vivíamos”* David Viscott (2000).

Regulación emocional. Es la capacidad esencial de todas las competencias que muestra la educación emocional. Consiste en la capacidad para manejar y regular las emociones de forma adecuada en cada momento, tolerar la frustración, el manejo de la ira y el desarrollo de la empatía mediante estrategias de autorregulación, asertividad y control de la impulsividad. *“Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo. Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo”* Aristóteles (349 a.C).

Autonomía emocional. Esta gran competencia incluye los siguientes términos: autoestima, automotivación, autoeficacia emocional, responsabilidad, ser crítico ante las normas sociales,

la resiliencia y la actitud positiva ante la vida. Aprender a ser autónomos es uno de los objetivos clave en el crecimiento emocional, sin embargo, la dependencia afectiva hacia los demás se mantiene toda la vida. Si bien es cierto, la autonomía no implica la negación de los demás por lo que la autonomía emocional consiste en buscar un equilibrio entre ambas partes. *“Muchas cosas de la vida están fuera de control. Puedes lamentarte o aceptarlo y ser feliz”* Luis Galindo (2010).

Competencia social. Se trata de un conjunto de habilidades para desarrollar capacidades que permitan reconocer las emociones de los demás y faciliten las relaciones interpersonales. Entre esas capacidades destacamos la escucha, la empatía, el respeto, la asertividad, la gestión y resolución de conflictos y la comunicación afectiva y efectiva. Todo ello beneficia un clima social favorable al trabajo en grupo, productivo y satisfactorio. *“Existen dos modos de abordar un conflicto: el viejo modo, que nos lleva a intervenir y manejar la situación, y el nuevo modo, que nos permite utilizar los conflictos como oportunidades para que los alumnos practiquen las técnicas de resolver problemas”* Bárbara Porro (1999).

Competencias para la vida y bienestar. La unión de las emociones y el bienestar genera un gran interés en la vida de las personas. Esta capacidad logra adoptar comportamientos responsables y apropiados ante la vida. Para ello hay que implicarse en fijar objetivos, buscar ayudas y recursos, tomar decisiones y llevar una vida activa. *“El que vive en armonía consigo mismo vive en armonía con el universo”* Marco Aurelio (siglo II).

4.5 TIPOS DE EMOCIONES Y CLASIFICACIÓN

Como ya hemos dicho, es necesario conocer bien las emociones para poder gestionarlas y controlarlas en cada momento. Para ello, explicaremos a continuación algunas de las clasificaciones de las emociones y sus diferencias.

Ekman (1972) afirma que existen seis **emociones primarias o básicas**: tristeza, felicidad, sorpresa, asco, miedo e ira, y se caracterizan por ser aquellas elementales que poseen una expresión facial que transmite el estado emocional. Sin embargo, recientemente, la Universidad de Glasgow en Reino Unido publicó un artículo defendiendo que Ekman estaba equivocado y que solamente son cuatro las emociones básicas ya que el miedo y la sorpresa comparten en la expresión facial los ojos totalmente abiertos, al igual que el asco y la ira que mantienen la nariz arrugada en su expresión facial.

Esas emociones primarias derivan en **emociones secundarias o complejas** que se dan por la combinación de las emociones básicas y se caracterizan por no tener rasgos faciales

característicos. Por ejemplo, el miedo puede dar lugar a experimentar después enfado o amenaza dependiendo de la situación vivida. Entre estas emociones secundarias podemos encontrar: felicidad, hostilidad, ansiedad, depresión, sorpresa, vergüenza, amor, entre otros.

Teniendo en cuenta la capacidad de desagradar y de proporcionar placer de las emociones, Ekman en la década de 1990 amplió la clasificación hablando de la existencia de **emociones positivas y negativas**. A las emociones positivas corresponderían aquellas capaces de agradar y favorecer el bienestar de las personas como, por ejemplo: alegría, amor, felicidad, diversión, afecto. Mientras que, por otro lado, las emociones negativas son aquellas que resultan desagradables y dificultan el bienestar de las personas. Entre estas estarían algunas como: ira, miedo, ansiedad, culpa, tristeza, asco, vergüenza.

Más tarde, Goleman (1996) y Bisquerra (2000) plantean un término medio en la clasificación de las emociones de Ekman. Hablan de **emociones ambiguas**, emociones que pueden ser positivas o negativas dependiendo de la situación en la que se den: sorpresa, esperanza, compasión. Además, hablan de **emociones estéticas**, que son las que provienen de manifestaciones artísticas.

En el anexo I se puede ver un cuadro de elaboración propia sobre la clasificación de las emociones según Goleman (1996) y Bisquerra (2000).

4.6 IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL APRENDIZAJE

Hasta hace pocos años, el modelo educativo ignoraba los aspectos relacionados con la educación emocional. La llegada del modelo constructivista con la teoría de las inteligencias múltiples ha generado un cambio de pensamiento, dando un papel importante a las emociones en el ámbito educativo.

La educación emocional pretende optimizar el desarrollo de las personas, es decir, el desarrollo integral de la personalidad de cada uno. Para ello, la educación emocional debe considerarse un aspecto primario en la educación junto con el desarrollo cognitivo. Perseguir una educación emocional supone en el proceso de formación de las personas: conocer mejor las emociones, aceptarlas, identificar las de los demás y respetarlas, adaptarse a situaciones de la vida regulando las propias emociones y prevenir y controlar las emociones negativas desarrollando las positivas.

En la etapa de Educación Infantil resulta imprescindible la intervención conjunta de los docentes y las familias. Está demostrado que los niños tienden a imitar los comportamientos

y actitudes de los adultos de los que se rodean. Por ello, se cree conveniente que los adultos adquieran una formación para ser capaces de identificar, regular y comprender sus propias emociones ya que conocer y controlar estas habilidades influye en los procesos de enseñanza-aprendizaje que ofrecen a los niños. Es importante que los docentes ofrezcan un clima de seguridad y confianza para que el alumnado se sientan motivados a la hora de aprender.

Hoy en día existen diferentes programas para la formación de los profesores en educación emocional. Desarrollar este tipo de educación en el aula significa tener actitudes y conocimientos que permitan al niño desarrollar habilidades emocionales. Para ello, se usan metodologías basadas en el desarrollo madurativo de los niños, globalizadas y activas con un enfoque constructivista. Es decir, se parte de los conocimientos previos de los alumnos dado que son los protagonistas del aprendizaje.

Los recursos que se usan para llevar a cabo los programas de educación emocional son elementos cercanos a los niños. En Educación Infantil adquieren gran importancia: títeres, juegos, cuentos, muñecos, dibujos animados, personajes y juguetes entre otros.

Existen investigaciones que demuestran que enseñar bajo la educación emocional forma personas con mejores niveles de ajuste psicológico y bienestar emocional, mejoran las relaciones interpersonales, obtienen mayores resultados en el rendimiento escolar y son personas menos propensas a comportamientos agresivos y violentos además de consumir menos sustancias adictivas.

Creemos importante destacar la presencia de centros educativos que fomentan la formación en inteligencia emocional, social y creativa en Castilla y León desde el curso pasado. Este programa ya ha involucrado a 70.000 niños, además de 5.000 docentes en casi 150 centros educativos de toda España.

4.7 LOS CUENTOS COMO HERRAMIENTA

Los cuentos, desde nuestro nacimiento nos ayudan a conocer y trabajar diversas áreas y contenidos. El acceso a los cuentos adentra a los pequeños a un **mundo imaginario y creativo** en la mente que les ayuda a entender el espacio que les rodea, formando su propia personalidad, además de establecer relaciones con la sociedad que se encuentra en su entorno. La socialización es muy importante y los cuentos ayudan a establecer relaciones con los demás.

Por otro lado, los cuentos tienen **efectos terapéuticos**, no hay que evitar los momentos que puedan parecer violentos o crueles. Un ejemplo es Bruno Bettelheim (1896), quien realizó

un estudio con los niños traumatizados por los campos de concentración y descubrió que los cuentos, principalmente los de hadas eran muy favorables para superar las duras situaciones por las que había tenido que pasar.

Bruder (2005), por su parte, demostró que existen cuentos con efectos de resiliencia. Se trata de cuentos que favorecen al proceso de enfrentamiento ante situaciones difíciles y dolorosas ayudando a su recuperación a través de finales felices.

Está comprobado que los niños que crecen rodeados de literatura, progresan mucho más rápido en el resto de los **aprendizajes**. Por lo que podemos decir que la lectura de cuentos desde edades tempranas favorece al proceso de aprendizaje a lo largo de la vida.

Los cuentos son grades **transmisores de valores**, no solo sirven para expresarse y entretenerse, sino que transmiten valores que se encuentran estrechamente relacionados con las emociones y el bienestar. Es decir, favorecen el aprendizaje emocional.

La **elección correcta del cuento** es muy importante, hay que elegir el que más se adapta a lo que se quiere trabajar y a la edad de los niños y sus capacidades. Una narración clara facilita la comprensión, favorece la identificación con los personajes y ayuda a seguir mejor el desarrollo de la historia. Además, el que lo cuenta tiene que conseguir transmitir aquello que se propone con mucha entonación y mímica para ser capaz de introducir a los oyentes al mundo fantástico del cuento. Cada niño entiende y vive la historia de una manera diferente, hay que respetar todas ellas dado que ninguna es mejor que otra. Lo más importante es que adulto, y más concretamente, los docentes, crean en la utilización de los cuentos como recurso educativo positivo.

4.8 CARACTERÍSTICAS Y TIPOS DE CUENTOS

Tras haber hecho un pequeño recorrido por la importancia de los cuentos como herramienta educativa, podemos resumir que es importante su uso en Educación Infantil por lo siguiente:

- Contribuyen al desarrollo cognitivo, afectivo y social.
- Transmiten valores de forma sencilla.
- Desarrollan el autoconcepto, la autoestima y la empatía.
- Permiten la posibilidad de hacer uso del mismo en función de las propias necesidades.
- Pese a ser infantiles, no tienen edad.
- Desarrollan la imaginación y la creatividad.
- Tienen un importante valor lúdico fundamental para la construcción de aprendizajes.
- Contribuyen al aprendizaje significativo.

Los **tipos de cuento** pueden ser diferentes en función de la edad del niño así como de la función que se les quiera dar. Entre ellos encontramos:

- Cuentos breves y con ritmo.
- Historias sencillas y cercanas.
- Relatos con enseñanzas.
- Historias con sus vivencias o cuentos realistas.
- Narraciones con estribillo.
- Cuentos imaginativos, maravillosos, de hadas o de encantamientos.
- Cuentos de animales.
- Cuentos populares.

4.9 EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS DEL CUENTO

Como hemos visto, la lectura nos ayuda a crecer, a desarrollar nuestra educación emocional a través del acercamiento hacia nuestro mundo interior, manteniendo relaciones con los demás por medio de la comunicación. A través de la lectura podemos comunicarnos con las emociones, un lenguaje que es más amplio que solamente las palabras. Esto lo defiende Petit (2014), una investigadora de la lectura, que afirma que la lectura es un medio privilegiado para conocernos interiormente y como consecuencia, relacionarnos con el mundo exterior.

Los cuentos se convierten así en un recurso muy valioso en Educación Infantil. Los niños en estas edades se sienten muy atraídos por ellos y esto les ayuda a adquirir las competencias de la educación emocional.

En cuanto a la conciencia emocional, los cuentos infantiles ayudan a desarrollar la imaginación de los niños, comprendiendo mejor su vida interna y la de la realidad en la que viven. Así, son capaces de conocer y diferenciar las emociones que les produce la lectura y que ellos mismos sienten. Esta función se daría en forma de espejo, los niños se ven reflejados en los cuentos que leen.

En la vida surgen conflictos que se pueden ver reflejados en las historias de los cuentos. Al igual que con la conciencia emocional, los cuentos hacen de espejo y nos ayudan a ver las consecuencias ocasionadas por los conflictos, de tal manera desarrollamos capacidades para la regulación emocional. Aprendemos a controlar emociones intensas, vemos las consecuencias de los actos e intentamos mejorar nuestras respuestas evitando emociones negativas.

Está demostrado que los cuentos contribuyen al aprendizaje, desarrollando actitudes que facilitan la adquisición del lenguaje. Además, nos inculcan valores como el esfuerzo para beneficiar la autoestima y la automotivación, presentes en la autonomía emocional. Por otro lado, nos ayudan a superar dificultades que podemos encontrarnos en nuestro día a día desarrollando al máximo el optimismo.

Para terminar con las competencias emocionales, en cuanto a la competencia social los cuentos aumentan la confianza hacia el mundo que nos rodea. Los cuentos favorecen al proceso de socialización, ya que se aprenden valores como la empatía, la tolerancia o la cooperación.

Según Ibarrola (2009) para que los cuentos favorezcan la educación emocional, no solo tienen que divertir y entretener, sino que también deben:

- Aparecer las emociones con claridad, todas son importantes.
- Acercar al lector a sentirse identificado con los protagonistas para experimentar lo que sienten.
- Mostrar la expresión de los personajes a través de las ilustraciones y además que esta sea coherente con el texto.

Ibarrola en su libro *Cuentos para sentir* (2010), recoge varios cuentos para acercar al alumnado a la educación emocional a través de las experiencias que viven los personajes. Es una colección que les enseña a conocer, identificar y gestionar las emociones.

5. FASE DE INVESTIGACIÓN

5.1 CONTEXTUALIZACIÓN

Esta fase de investigación se ha llevado a cabo en el C.E.I.P. El Peral, es un colegio público ubicado en el sur de Valladolid, en el barrio de El Peral. El colegio es relativamente nuevo, se creó en 2009, y el barrio se encuentra actualmente en crecimiento. Se trata de una zona de clase media-alta, con casas unifamiliares o edificios no muy altos y la población es en su mayoría gente joven con trabajos estables y de nivel cultural medio-alto. El centro es de línea dos y oferta las etapas de Educación Infantil y Educación Primaria.

Se ha trabajado con un grupo de 24 alumnos, 14 alumnas y 10 alumnos de 5 y 6 años, además se ha contado con la colaboración de los padres y madres de dicho grupo.

Entre los 24 alumnos hay una alumna que presenta un leve retraso madurativo, pues muestra comportamientos inapropiados para su edad como caprichos y lloros innecesarios provocados principalmente por la frustración de no conseguir lo que quiere, pese a esto, tiene adquiridos los objetivos para su edad por lo que se le ha dado el alta en el apoyo de Pedagogía Terapéutica (PT).

También hay un niño con falta de desarrollo psicolingüístico-comunicativo, pues presenta dificultades principalmente en cuanto al lenguaje oral espontáneo. Acude dos días a la semana al logopeda de manera particular, además de tener apoyo de Audición y Lenguaje (AL) en el colegio dos días semanales también.

5.2 METODOLOGÍA

Primeramente y a través de la profesora del colegio, comunicamos a los padres que se iba a realizar una investigación acerca de la manera de trabajar y gestionar las emociones. Se pretende conocer cómo trabajan las familias en casa las emociones y qué conocen los niños sobre ellas para posteriormente realizar una propuesta práctica sobre la identificación y el conocimiento de algunas de ellas.

Pasamos a los padres un cuestionario con preguntas sobre cómo gestionan y cómo influyen las emociones en sus hijos, mayoritariamente con respuestas únicamente de sí o no, para posteriormente realizar un análisis de lo obtenido.

Para obtener respuesta de los alumnos, se ha utilizado la entrevista personal realizándoles una serie de preguntas con distintas opciones acerca de la gestión de las emociones. De este modo no influyen las respuestas de sus compañeros. Además de utilizar la observación no

participante diariamente en clase para ver cómo se relacionan con sus compañeros, como gestionan y ponen en prácticas las emociones anotando los datos más relevantes.

Se ha llevado a cabo en las 11 semanas del periodo de prácticas en el centro.

Las preguntas para los cuestionarios han sido adaptadas de diferentes test de inteligencia emocional.

5.3 EXPOSICIÓN DE LOS RESULTADOS

5.3.1 Resultados del alumnado

1. ¿Cómo te sientes cuando te dan abrazos?

- a. Alegre.
- b. Triste.
- c. Enfadado.
- d. Indiferente.

2. Cuando te dicen que has hecho algo mal

- a. Te enfadas.
- b. Intentas mejorar.
- c. Te da igual.
- d. Te alegras.

3. Cuando estás triste

- a. Lloras.
- b. Se lo cuentas a un amigo.
- c. Se lo cuentas a papá o mamá.
- d. No haces nada.

4. Las emociones son

- a. Conocidas.
- b. Enemigas.
- c. No sé qué son.
- d. Amigas.

5. Ante situaciones desconocidas

- a. Tengo miedo.
- b. Me siento inseguro/a.
- c. Me atrevo con todo.
- d. Me enfado.

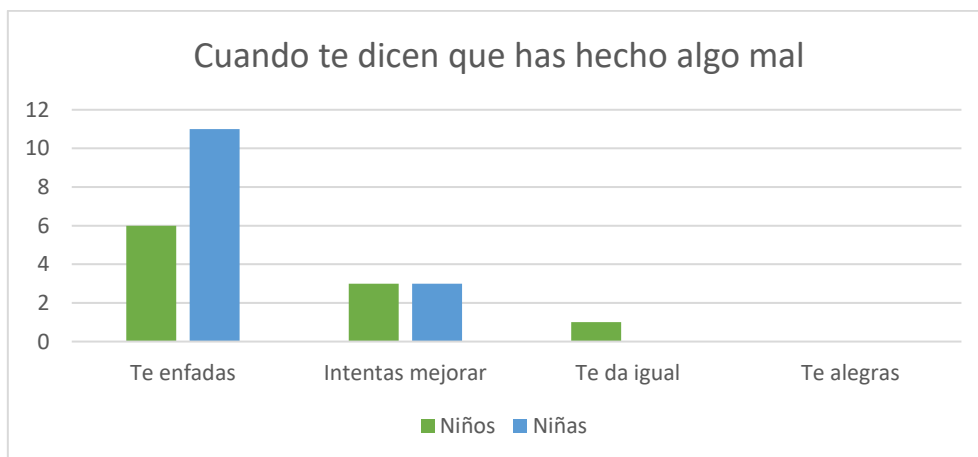
6. Si algo no es como yo quiero, me enfado y
 - a. Lloro hasta que consigo lo que quiero.
 - b. Lloro, pero no sirve de nada.
 - c. Expreso lo que siento e intento solucionarlo.
 - d. Me da igual.
7. Cuando estoy nervioso/a
 - a. Estoy contento.
 - b. Me comporto diferente.
 - c. Me enfado fácilmente.
 - d. Soy capaz de relajarme.
8. ¿De quién depende lo que siento?
 - a. De mí mismo.
 - b. De mis amigos/as.
 - c. De mi familia.
 - d. De cualquiera.
9. Soy el encargado/a de la clase
 - a. Me siento contento/a.
 - b. Me da vergüenza.
 - c. Voy triste al colegio.
 - d. Me da igual.
10. Normalmente estoy...
 - a. Contento/a.
 - b. Triste.
 - c. Enfadado/a.
 - d. Otro.

En las siguientes gráficas están reflejadas las respuestas de los alumnos y alumnas ante las diferentes preguntas planteadas. Se puede ver la diferencia de conocimientos de cada niño y niña acerca de las emociones, así como su gestión ante ellas.



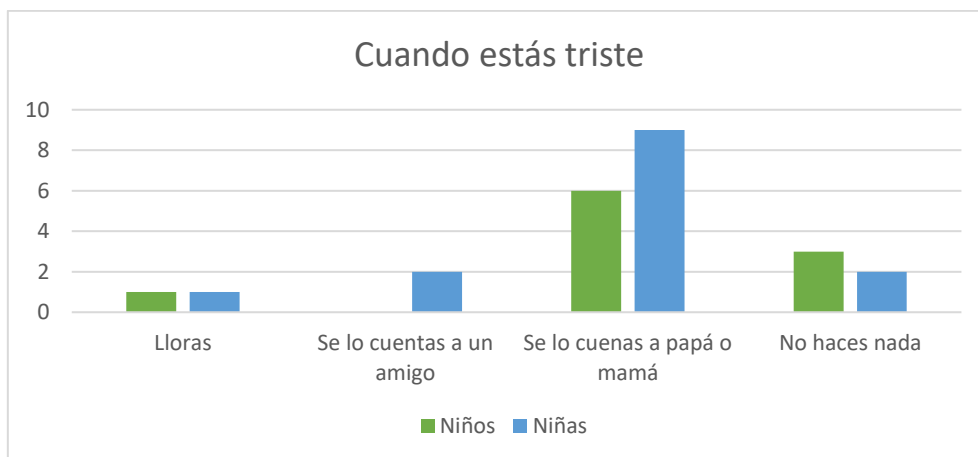
Gráfica 1: ¿cómo te sientes cuando te dan abrazos?

En esta primera gráfica observamos que los niños mayoritariamente se sienten alegres con los abrazos, aunque si bien es cierto, es una sensación que les da igual. Mientras que las niñas, dividen su sentimiento entre sentirse alegre, indiferente o incluso enfadadas. Pese a que en su mayoría se sienten alegres, tan solo es el 57% el número de niñas a las que los abrazos les agradan, siendo el 42% restante niñas a las que esta sensación les produce indiferencia o rechazo. Además, he podido comprobar como estas niñas que sienten enfado cuando les dan abrazos, rechazan a sus compañeros cuando se acercan a abrazarlas.



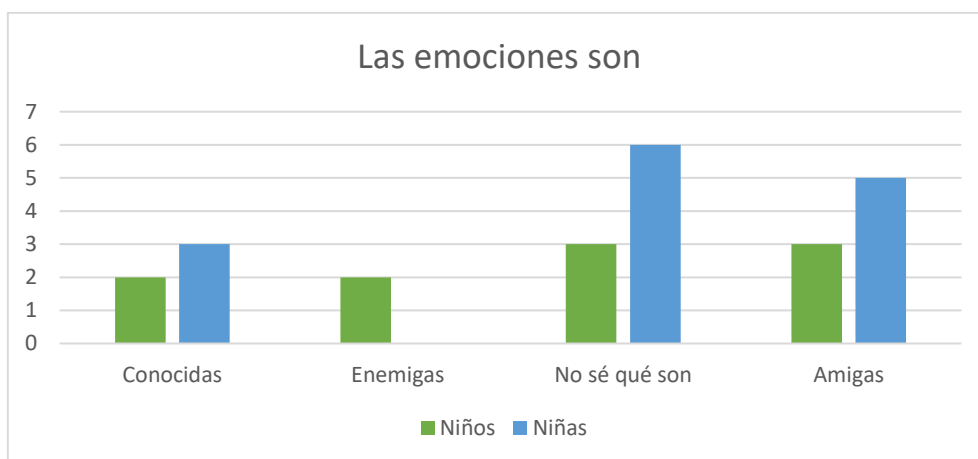
Gráfica 2: cuando te dicen que has hecho algo mal

En esta gráfica nos sorprende que la mayoría de los alumnos, tanto niños como niñas, se enfadan cuando les dicen que han hecho algo mal, en vez de intentar mejorar. La regulación emocional debería ayudarles a saber manejar sus emociones, y si bien es cierto, enfadarse cuando algo no sale como esperas, no va a arreglar las cosas. Tan solo un 30% de los niños y un 21% de las niñas intenta mejorar.



Gráfica 3: cuando estás triste

La mayoría del alumnado confía en sus padres y madres para contarles las cosas cuando se sienten tristes. No obstante, podemos apreciar la diferencia en las segundas posiciones, ya que los niños si no se lo cuentan a papá o a mamá no hacen nada, mientras que las niñas confían en sus amigos y amigas para contarles que se sienten tristes.



Gráfica 4: las emociones son

El 36% de las niñas y el 30% de los niños cuentan con las emociones como amigas, incluyéndolas en su día a día y gestionándolas en cada momento. Sin embargo, un 43% de las niñas no sabe lo que son. Por otro lado, no he encontrado a ninguna niña que considere las emociones como enemigas, mientras que entre los niños encontramos a dos.

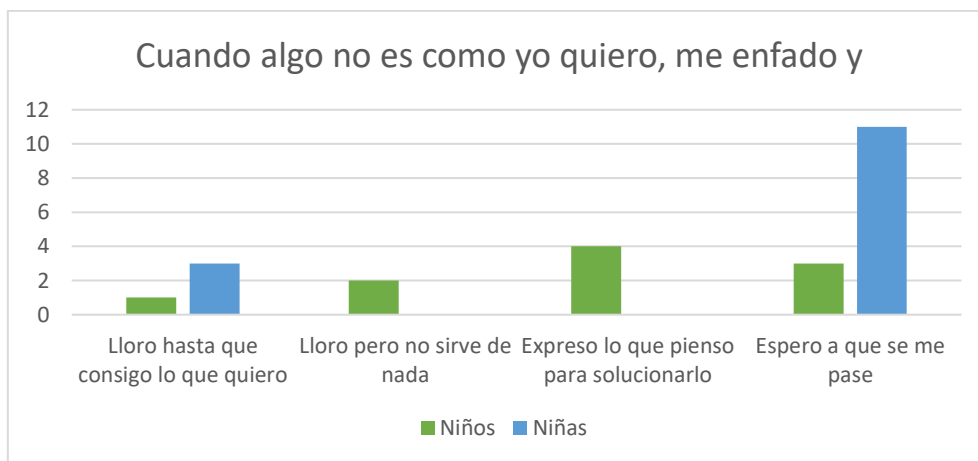
Como ya hemos visto y dada la importancia que tiene este tema en el desarrollo de los niños, la mayoría de ellos debería conocer las emociones y considerarlas sus amigas ya que estas nos ayudan a gestionar diferentes situaciones.



Gráfica 5: ante situaciones desconocidas

Nos sorprende como ante situaciones desconocidas, las niñas se presentan más valientes que los niños. Encontramos como un 71% de niñas dicen que se atreven con todo, mientras que tan solo el 40% de los niños lo dicen. El 60% restante se presenta más repartidos entre tener miedo, sentirse inseguro e incluso enfadarse.

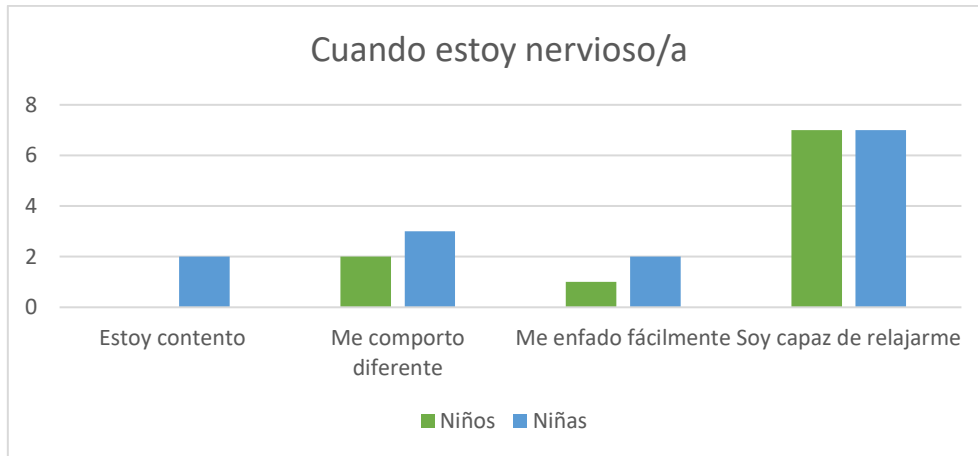
Si bien es cierto, durante la estancia en el centro, hemos podido observar cómo las niñas muestran mayor vergüenza cuando un adulto se dirige a ellas. En cambio, con sus compañeros se manifiestan más valientes.



Gráfica 6: cuando algo no es como yo quiero y me enfado

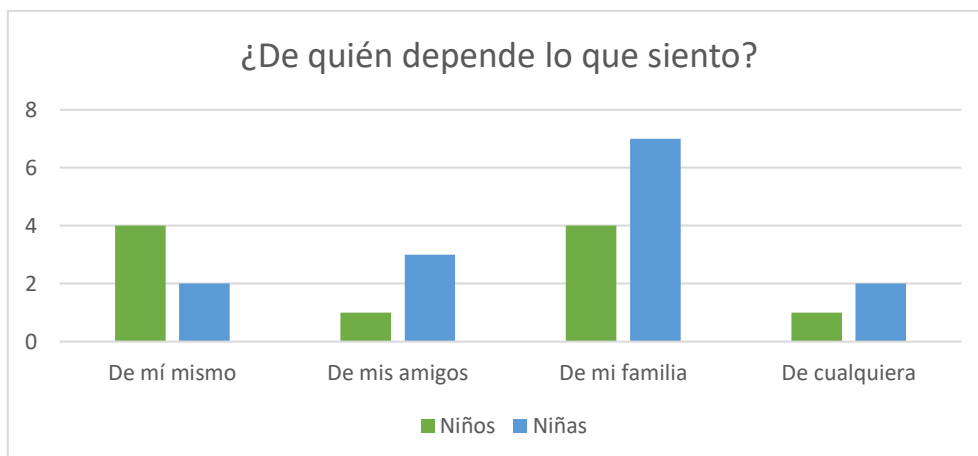
Este gráfico es muy representativo, vemos muy claramente como las niñas en su gran mayoría, 79%, esperan a que se les pase el enfado, mientras que el 21% restantes llora hasta que consigue lo que quiere. Los niños, en cambio, muestran mayoría en expresar lo que sienten para solucionarlo, pese a que también muestran porcentajes en lo que se refiere a llorar, ya sea para conseguir lo que quieren o no.

Desde mi punto de vista, considero que los resultados son estos debido a la madurez de los niños de 5 y 6 años. Sin embargo, los niños de 3 años seguramente mostrarían mayor porcentaje en lo que a llorar se refiere.



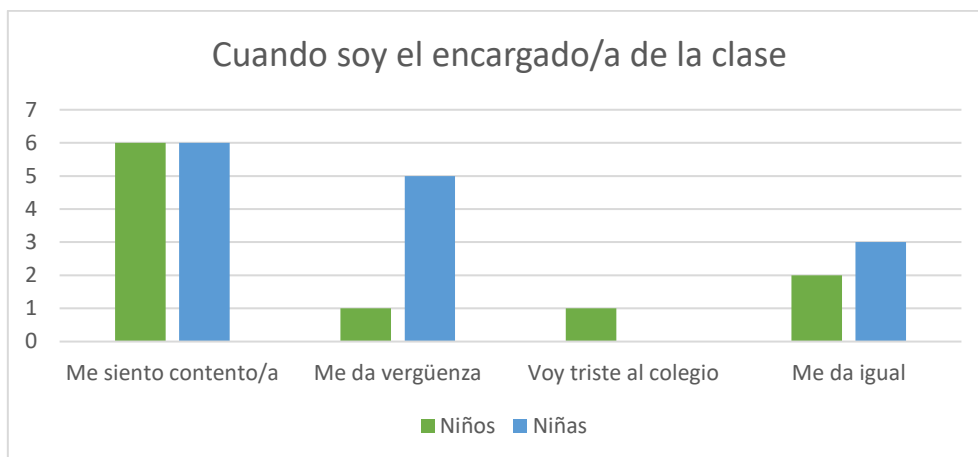
Gráfica 7: cuando estoy nervioso/a

Pese a que ambos sujetos muestran 7 alumnos capaces de relajarse, en el caso de las niñas se corresponde con el 50% mientras que en el de los niños se corresponde con un 70%. Tan solo la mitad de las niñas conocen y controlan la emoción de la calma, mientras la otra mitad se encuentra dividida en enfadarse, comportarse diferente o incluso estar contentas si se sienten nerviosas. Por su parte en los niños tan solo el 30% no es capaz de reconocerla y controlarla.



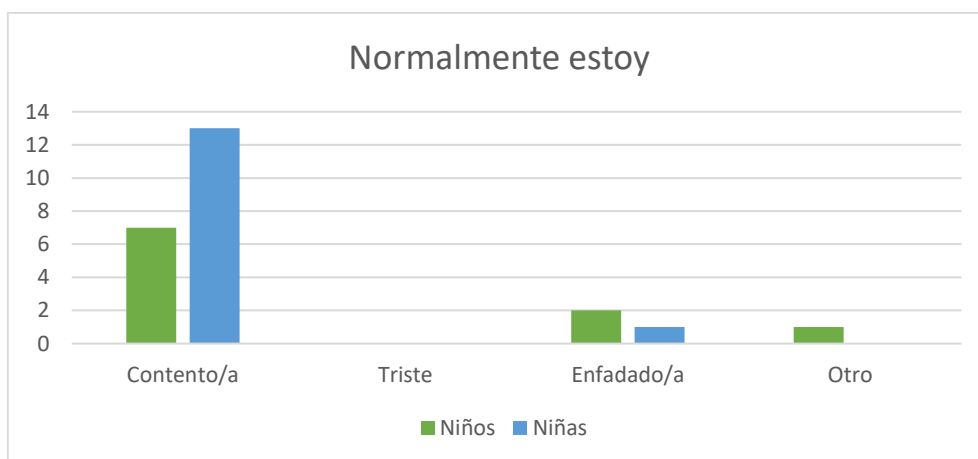
Gráfica 8: ¿de quién depende lo que siento?

El número de niñas que muestran más afinidad con las familias es mayor. Sin embargo, esto corresponde tan solo con el 50% mientras que el número de niños, siendo menor, corresponde con el 40%, por lo que las diferencias no son tan altas. Si bien es cierto, ese 40% de los niños está igualado en cuando al número de niños en los que sus sentimientos dependen de ellos mismo. Mientras que las niñas dividen la otra mitad en un 21% sus amigos, y un 14,5% cualquiera o ellas mismas.



Gráfica 9: cuando soy el encargado/a de la clase

El 60% de los niños y el 43% de las niñas se sienten contentos cuando les toca ser encargado, pero lo que más llama la atención es que al 36% de las niñas les da vergüenza ser las encargadas. Aquí observamos un contraste hacia una pregunta anterior, donde era la mayoría de las niñas las que se atrevían con todo ante situaciones desconocidas. Por otro lado, creo que también cabe destacar la existencia de un niño que va triste al colegio cuando le toca ser encargado. Lo menos representativo es el 20% de niños y 21% de niñas que les es indiferente ser encargado/a.



Gráfica 10: normalmente estoy

El 93% de las niñas normalmente están contentas. Pero me llama la atención que estar contento en los niños esté representado tan solo por un 70%. El 30% restante se muestra normalmente enfadado. En el colegio he visto y comprobado que es verdad que hay niños que les gusta estar enfadados o incluso no reconocer que están contentos.

5.3.2 Resultados de los padres y madres

1. ¿Riño a mi hijo/a si veo que pega o se porta mal con un compañero/amigo? Sí / No
2. Creo importante trabajar las emociones en el colegio. Sí / No
3. Dedico tiempo a trabajar las emociones en casa. Sí / No
4. Pienso que mi estado de ánimo afecta a mi hijo/a. Sí / No
5. Pregunto a mi hijo/a como se siente en determinados momentos del día. Sí / No
6. ¿Conoce los miedos que tiene su hijo/a? Sí / No
7. Si veo que mi hijo/a está enfadado:
 - a. Intento solucionarlo.
 - b. Lo soluciono sin consultarle.
 - c. Lo soluciona solo, pero sabe que cuenta con mi apoyo.
8. Si veo que mi hijo/a está triste:
 - a. Le ayudo sin que me lo pida.
 - b. Cuenta con todo mi apoyo y siempre acude a mí.
 - c. Creo que ya es mayor para solucionarlo solo/a.
9. La emoción de la calma:
 - a. La conozco y la trabajo en casa.
 - b. Me resulta importante pero no la trabajo en casa.
 - c. No me resulta importante.
10. El mejor ambiente para el desarrollo emocional de mi hijo/a es:
 - a. Evitando las emociones “negativas”, ya llegará el momento de conocerlas.
 - b. Conociendo todas las emociones y gestionándolas en cada momento.
 - c. Dejando que él/ella vaya conociendo las emociones por sí mismo/a.

El cuestionario fue entregado a todos los padres y madres de la clase de 5 años A del colegio, en total 24 padres y 24 madres, aunque de todos ellos, solo han participado 12 padres y 20 madres, 32 adultos en total. Esto nos ha reducido el número de la muestra a estudiar.

A continuación, se muestran las gráficas con los resultados obtenidos más representativos, el resto de las gráficas se pueden ver en el anexo II.



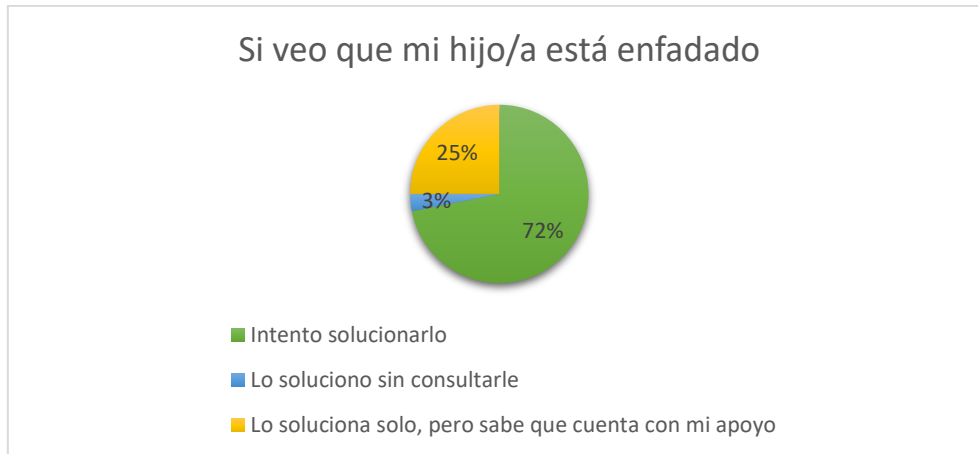
Gráfica 12: creo importante trabajar las emociones en el colegio

En esta gráfica vemos como todos los progenitores en su mayoría creen importante trabajar las emociones en el colegio. Conocerlas y gestionarlas resulta importante para el día a día de nuestra vida. Por el contrario, y pese a que esto es importante, hay un adulto que opina que trabajar las emociones en el colegio no es relevante.



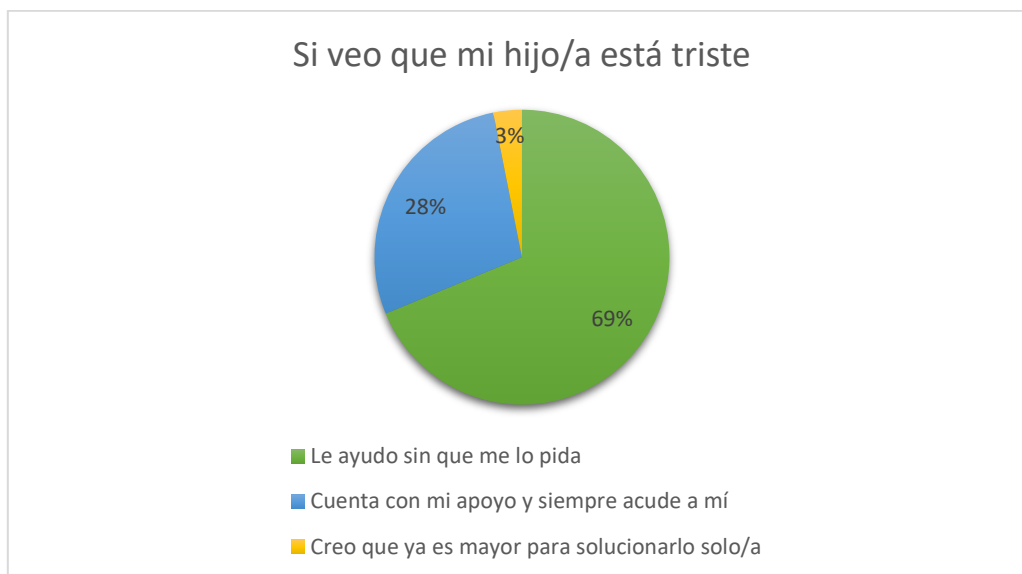
Gráfica 13: dedico tiempo a trabajar las emociones en casa

Resulta interesante cómo después de los resultados expuestos en la gráfica anterior, donde veíamos que el 97% de los progenitores creían importante trabajar las emociones en el colegio, exista un porcentaje tan elevado de padres y madres que no dediquen tiempo a trabajarlo en casa. ¿Significa esto que no son suficientemente importante?



Gráfica 17: si veo que mi hijo/a está enfadado

Tras ver esta gráfica nos llama la atención que los progenitores intenten solucionar las cosas de sus hijos, ya sea consultándoles o sin hacerlo. Intentar solucionarlo por uno mismo ayuda a controlar y gestionar las emociones, dado que la regulación emocional tiene gran importancia. Nos sorprende que tan solo el 25% de los padres y madres opte por la opción que más beneficia a los niños/as a conocer las emociones.



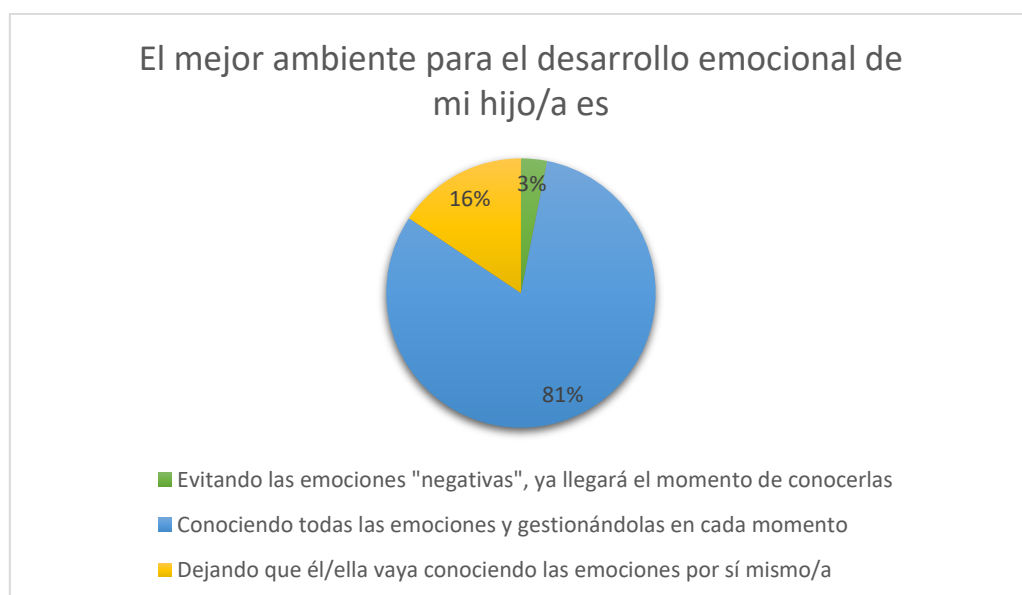
Gráfica 18: si veo que mi hijo/a está triste

Una vez más, la mayoría de los progenitores optan por ser ellos los que gestionan las emociones de sus hijos sin terminar de dejarles conocer y profundizar en su regulación. Pese a que no son todos los que lo solucionan por sí solos, tan solo un 28% deja que sean los niños/as los que decidan si contar o no con la ayuda de los padres/madres.



Gráfica 19: la emoción de la calma

Conocer y gestionar la calma es imprescindible para regular emociones “negativas” como el miedo, el enfado, la tristeza, pues con ella nos relajamos y podemos controlar esas emociones que no son del todo agradables. Nos vuelve a sorprender que para los progenitores sea importante, pero no la trabajen en casa, ¿por qué? Hay niños/as que muestran comportamientos incorrectos en clase y, en ocasiones, se debe a que no son capaces de relajarse y pensar antes de actuar, por lo que los padres/madres no deberían dejar toda la responsabilidad que conlleva enseñar las emociones solamente a los docentes.



Gráfica 20: el mejor ambiente para el desarrollo emocional de mi hijo/a es

En esta gráfica podemos ver cómo hay un pequeño porcentaje de padres y madres que busca la protección de sus hijos/as evitando las emociones “negativas”. Por otro lado, el 16% de los progenitores cree que el desarrollo emocional de su hijo/a se da mediante el

descubrimiento que hace este/a por sí mismo. Sin embargo, la mayoría cree que lo mejor es conocerlas y gestionarlas en cada momento, pero para ello, es necesario que alguien se las enseñe a los niños/as y ese alguien ni es únicamente la escuela, ni son únicamente los padres y madres.

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

6.1 JUSTIFICACIÓN

Tras haber analizado los resultados obtenidos de la investigación llevada a cabo sobre el conocimiento y puesta en práctica de las emociones, se propone una intervención de aula para los niños y niñas de la clase de 5 años A del colegio “El Peral” con los que se ha realizado el estudio. Se ha comprobado que, aunque se tiene algún conocimiento sobre este tema, resulta necesario trabajarlo más profundamente para mejorar los resultados.

La siguiente unidad didáctica se ha diseñado para dar a conocer al alumnado algunas de las emociones más relevantes del día a día, con la finalidad de que se acerquen poco a poco a su reconocimiento y conseguir que sean capaces de gestionarlas y regularlas por sí solos. A pesar de no haberse llevado a cabo, creemos que tras la intervención se podrían apreciar cambios de mejora.

Para la realización de la propuesta, se eligen diferentes cuentos que tratan las emociones y que nos hacen sentir y reflexionar, para, a partir de ahí, trabajar cada día una emoción y, al terminar todas, que cada niño construya un emocionario que puede ir completando cada vez que conozca una nueva emoción. Primeramente, se hace una sesión de acercamiento en la que se cuenta un cuento que habla de todas las emociones que queremos trabajar con una serie de actividades y, después, en cada sesión se empieza contando el cuento relacionado con la emoción a trabajar, recordando las emociones ya trabajadas. Entre todos los alumnos de la clase se busca una definición para la emoción trabajada y después se realiza una ficha sobre la emoción.

6.2 OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

Los principales objetivos de la unidad didáctica son:

- Reconocer e identificar las emociones y ser capaz de expresarlo y comunicarlo a los demás.
- Expresar sentimientos y emociones mediante la lengua oral y otros lenguajes.
- Acercamiento al cuento como herramienta de aprendizaje.

Además de los objetivos específicos:

- Reconocer las emociones de alegría, tristeza, ira, miedo, calma y amor.
- Saber identificar las emociones a tratar en diferentes situaciones.
- Identificar las emociones de los demás respetándoles.
- Ser capaz de expresar las emociones mediante el lenguaje oral.
- Escuchar activamente los cuentos.

6.3 CONTENIDOS DE LA PROPUESTA

- Identificación y conocimiento de las emociones propias, de los demás y en las diferentes situaciones de los cuentos.
- Control y expresión de diferentes emociones.
- Lenguaje como manifiesto de emociones.
- Las emociones como medio de relación.
- Regulación de los sentimientos, emociones y actitudes en cada momento.

6.4 PROPUESTA DE ACTIVIDADES

En la primera sesión las actividades a desarrollar son:

ACTIVIDAD 1

Tiempo:

10 minutos

Organización de aula:

gran grupo

Tipo de actividad:

iniciación - motivación

Objetivos:

- Escuchar activamente el cuento.
- Conocer diferentes emociones.

Descripción:

En la asamblea, con todo el grupo sentado en semicírculo, se cuenta el cuento de “Monstruo de colores” que habla de las emociones: alegría, tristeza, miedo, ira, calma y amor asociándolas a colores. Los niños escuchan atentamente el cuento para conocer las emociones y saber identificar cada una de ellas.

Recursos didácticos:

Asamblea.

Cuento “Monstruo de colores” de Anna Llenas.

ACTIVIDAD 2

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
15-20 minutos	gran grupo	refuerzo

Objetivos:

- Identificar las diferentes emociones tratadas en la actividad anterior.
- Expresar emociones a través de nuestro cuerpo.

Descripción:

Tras haber leído el cuento, se dedican unos minutos a poner en común entre todos lo que nos ha contado, de qué iba y qué nos ha aportado. Una vez que se ha puesto en común, se saca un dado que tiene en cada cara un dibujo del monstruo representando cada emoción, de uno en uno, los niños tiran el dado y representan la emoción que les ha tocado corporal y facialmente.

Recursos didácticos:

Asamblea.

Dado con las emociones trabajadas en la actividad anterior.

ACTIVIDAD 3

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
15-20 minutos	gran grupo	desarrollo

Objetivos:

- Discriminar las emociones

Descripción:

Se les presenta al alumnado seis botes correspondientes a las seis emociones del cuento y una serie de pompones de los colores de las emociones. La actividad consiste en que cada niño coge 2 o 3 pompones y tienen que ponerlos en el bote que corresponda para, una vez que estén todos los pompones en su sitio, las emociones estén ordenadas.

Recursos didácticos:

Botes etiquetados con las emociones.

Pompones de colores.

En la segunda sesión contamos con las siguientes actividades:

ACTIVIDAD 4

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
10 min	gran grupo	introducción

Objetivos:

- Conocer la alegría.
- Identificar la emoción de la alegría.
- Escuchar activamente el cuento.

Descripción:

Se cuenta el cuento “La cebra Camila”. Muestra como poco a poco Camila consigue ser feliz tras haber perdido sus rayas. Se puede relacionar la alegría con la felicidad.

Recursos didácticos:

Cuento “La cebra Camila” de Marisa Núñez.

ACTIVIDAD 5

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
15 min	gran grupo	refuerzo

Objetivos:

- Adquirir la emoción de la alegría.
- Desarrollar un concepto de la emoción a tratar.
- Participar en la puesta en común en grupo.

Descripción:

Tras haber escuchado activamente el cuento, se pone en común de qué va. Después entre todos se busca una definición de alegría que los niños escribirán en una hoja de papel vegetal y que más tarde ponen en su emocionario.

Recursos didácticos:

Pizarra.

ACTIVIDAD 6

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
20 min	trabajo individual	desarrollo

Objetivos:

- Discriminar la emoción de la alegría.
- Tomar conciencia de cuando ocurre esta emoción.

Descripción:

Una vez que entre todos se ha definido alegría y se ha escrito, se trabaja una poesía sobre la felicidad. En ella, los alumnos tienen que buscar y rodear palabras relacionadas con la alegría y decorar la poesía alrededor.

Recursos didácticos:

Folios de colores.

Poesía de la felicidad.

ACTIVIDAD 7**Tiempo:**

20 min

Organización de aula:

trabajo individual

Tipo de actividad:

ampliación

Objetivos:

- Interiorizar la emoción de la alegría.

Descripción:

Para terminar la sesión, cada niño tiene el monstruo de colores de la alegría en un folio amarillo que tiene que picar.

Recursos didácticos:

Folio amarillo con el monstruo de colores impreso.

Punzones.

Alfombra para picar.

La tercera sesión cuenta con las siguientes actividades:

ACTIVIDAD 8**Tiempo:**

10 min

Organización de aula:

gran grupo

Tipo de actividad:

introducción

Objetivos:

- Conocer la tristeza.
- Identificar la emoción de la tristeza.
- Escuchar activamente el cuento.

Descripción:

Para la sesión de la tristeza se lee el cuento “Porque el pequeño elefante rosa se puso triste y como volvió a sonreír”.

Recursos didácticos:

Cuento “Por qué el pequeño elefante rosa se puso triste y cómo volvió a sonreír” de Monika Weitze.

ACTIVIDAD 9

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
15 min	gran grupo	refuerzo

Objetivos:

- Discriminar la tristeza.
- Desarrollar un concepto de la emoción a tratar.
- Participar en la puesta en común en grupo.

Descripción:

Tras haber escuchado activamente el cuento, se pone este en común y cada niño piensa y dice lo que le pone triste. Después, entre todos, igual que se hizo con la alegría, se busca una definición de tristeza para incluirla en el emocionario y la escribe en un folio de color azul.

Recursos didácticos:

Pizarra.

Folios azules.

ACTIVIDAD 10

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
20 min	trabajo individual	desarrollo

Objetivos:

- Reconocer la tristeza.
- Tomar conciencia de cuando ocurre esta emoción.
- Ser capaz de controlar la tristeza.

Descripción:

Tras haber escrito la definición y saber qué es la tristeza y qué pone triste a cada uno, cada niño dibuja en un folio aquello que le produce tristeza. Una vez que se tiene el dibujo hecho y coloreado, se le pega tiritas para que dé la sensación de curar la tristeza.

Recursos didácticos:

Folios blancos.

Tiritas.

Las actividades de la cuarta sesión son:

ACTIVIDAD 11

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
10 min	gran grupo	introducción

Objetivos:

- Identificar el miedo.
- Conocer la emoción del miedo.
- Escuchar activamente el cuento.

Descripción:

En la asamblea, se cuenta el cuento “Yo mataré monstruos por ti”. La escucha del cuento es imprescindible para poder desarrollar la actividad siguiente, pues, como en otras ocasiones, consiste en definir el miedo.

Recursos didácticos:

Cuento “Yo mataré monstruos por ti” de Santi Balmes.

ACTIVIDAD 12

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
15 min	gran grupo	refuerzo

Objetivos:

- Distinguir el miedo.
- Desarrollar un concepto de la emoción a tratar.
- Participar en la puesta en común en grupo.

Descripción:

Tras haber escuchado activamente el cuento y haber puesto en común de qué trata, se habla sobre las distintas cosas que dan miedo a cada uno. El emocionario sigue creciendo, y, para ello, entre todos se busca una definición de miedo y se escribe en un folio blanco.

Recursos didácticos:

Pizarra.

Folios blancos.

ACTIVIDAD 13

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
20 min	trabajo individual	desarrollo

Objetivos:

- Discriminar el miedo.
- Tomar conciencia de qué nos da miedo.
- Ser capaz de superar el miedo.

Descripción:

El folio donde se ha escrito la definición es medio folio doblado, por lo que por dentro de este, cada niño dibuja la cosa o cosas que le producen miedo, al lado se pega la foto de cada alumno/a soplando lana como que es el viento quien se lleva el miedo que tenemos. Y, para terminar, se pega en una cartulina negra, al lado del monstruo de colores del miedo.

Recursos didácticos:

Folio blanco.

Cartulina negra.

Foto de cada niño soplando

Monstruo de colores del miedo.

Las actividades de la quinta sesión son:

ACTIVIDAD 14**Tiempo:**

10 min

Organización de aula:

gran grupo

Tipo de actividad:

introducción

Objetivos:

- Conocer el enfado.
- Identificar la emoción del enfado y la ira.
- Escuchar activamente el cuento.

Descripción:

Para tratar el enfado se ha elegido el cuento “¿No hay nadie enfadado?”, son 12 mini historias que hablan del enfado. Para esta ocasión se ha elegido una que se titula “Sapo”.

Recursos didácticos:

Cuento “¿No hay nadie enfadado?” de Toon Tellegen.

ACTIVIDAD 15**Tiempo:**

15 min

Organización de aula:

gran grupo

Tipo de actividad:

refuerzo

Objetivos:

- Distinguir tipos de enfado.

- Desarrollar un concepto de la emoción a tratar.
- Participar en la puesta en común en grupo.

Descripción:

Una vez que se ha leído el cuento y se han puesto en común nuestras experiencias sobre el enfado, se trata de hacer entre todos una definición de enfado para añadirla al emocionario. Los niños escriben la definición en un folio rojo.

Recursos didácticos:

Pizarra.

Folios rojos.

ACTIVIDAD 16

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
20 min	trabajo individual	desarrollo

Objetivos:

- Reconocer el enfado.
- Tomar conciencia de qué nos enfada.

Descripción:

En un folio se dibuja el monstruo del enfado y se pinta de color rojo. Se recorta y se pega en un folio donde alrededor los niños dibujan las cosas que les producen enfado.

Recursos didácticos:

Folios blancos.

Pinturas.

Monstruo de colores rojo para fijarse (si lo necesitan).

En la sexta sesión se incluyen las siguientes actividades:

ACTIVIDAD 17

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
10 min	gran grupo	introducción

Objetivos:

- Conocer la calma.
- Adquirir hábitos de calma.
- Escuchar activamente el cuento.

Descripción:

En la asamblea, se cuenta el cuento “Historia de una tortuga”. Es un cuento que se utiliza para la relajación de los niños. Se interacciona con el cuento para conocer cómo podemos calmarnos cuando estamos nerviosos, enfadados...

Recursos didácticos:

Cuento “Historia de una tortuga”. Historia de Schneider y Robin (1990).

ACTIVIDAD 18

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
15 min	gran grupo	refuerzo

Objetivos:

- Reconocer la calma.
- Desarrollar un concepto de la emoción a tratar.
- Participar en la puesta en común en grupo.

Descripción:

Una vez que se ha leído el cuento y se sabe una técnica para relajarse, entre todos se define qué es la calma para incluir la definición en el emocionario.

Recursos didácticos:

Pizarra.

Folios de colores.

ACTIVIDAD 19

Tiempo:	Organización de aula:	Tipo de actividad:
20 min	pequeño grupo	desarrollo

Objetivos:

- Fabricar nuestro propio material para controlar la calma.
- Mostrar interés por actividades manipulativas.

Descripción:

En grupos de seis en seis y, aprovechando que el colegio cuenta con un aula multisensorial, se va allí y se fabrica una botella de la calma para cada niño.

Recursos didácticos:

Botellas de plástico.

Agua.

Purpurina de colores y pegamento glitter de colores.

ACTIVIDAD 20

Tiempo: 20 min **Organización de aula:** gran grupo **Tipo de actividad:** ampliación

Objetivos:

- Conocer otras maneras de calmarse.
- Tomar contacto con mindfulness.

Descripción:

En el aula de psicomotricidad, se dedican unos minutos a hacernos masajes entre los compañeros. Usando técnicas de mindfulness para relajarse en situaciones de estrés. Además, el mindfulness se podrá usar en el aula en diferentes momentos del día.

Recursos didácticos:

Aula de psicomotricidad.
Música.

En la última sesión, las actividades son:

ACTIVIDAD 21

Tiempo: 10 minutos **Organización de aula:** gran grupo **Tipo de actividad:** introducción

Objetivos:

- Escuchar activamente el cuento.
- Conocer el amor.

Descripción:

En la asamblea, con todo el grupo sentado en semicírculo, se cuenta el cuento de “¿Qué es el amor?” que habla de diferentes tipos de amor.

Recursos didácticos:

Asamblea.
Cuento “¿Qué es el amor?” de Davide Cali.

ACTIVIDAD 22

Tiempo: 15 min **Organización de aula:** gran grupo **Tipo de actividad:** refuerzo

Objetivos:

- Distinguir la emoción del amor.
- Desarrollar un concepto de la emoción a tratar.

- Participar en la puesta en común en grupo.

Descripción:

Tras haber escuchado activamente el cuento, se pone en común de que va y qué es para cada niño el amor. Entre todos se busca una definición para escribirla e introducirla en el emocionario.

Recursos didácticos:

Pizarra.

Folios.

ACTIVIDAD 23

Tiempo:

20 min

Organización de aula:

trabajo individual

Tipo de actividad:

desarrollo

Objetivos:

- Discriminar el amor.
- Reconocer el amor.
- Ser capaz de expresar amor.

Descripción:

En el folio donde cada niño ha escrito la definición, se pega un corazón que se abre. Dentro del corazón se dibuja qué es para cada uno el amor, que, como se ha visto en el cuento, para cada uno es una cosa, de una forma y un tamaño y color diferente.

Recursos didácticos:

Corazones de papel.

Folios.

Pegamento.

Pinturas.

7. ANÁLISIS DEL TRABAJO

El objetivo del presente trabajo era un acercamiento a la educación emocional a través de los cuentos, un recurso primordial en la etapa de Educación Infantil. Esta herramienta tan imprescindible en edades tempranas permite a los niños trabajar la imaginación y la creatividad. Además, se identifican con los personajes y viven con ellos situaciones y conflictos similares a los de la vida diaria.

Para llevar a cabo este trabajo y una vez marcados los objetivos, partimos de la documentación y análisis del tema elegido. En el marco teórico reflejamos cómo la educación emocional está presente en la Constitución Española y en las leyes de educación donde se encuentra inmerso el currículo. Aunque si bien es cierto, el modelo educativo actual no da a este tema la importancia que realmente tiene.

Tras el análisis del marco teórico, hemos examinado el desarrollo evolutivo de los niños/as en la edad de 0-3 años. Esto nos ha orientado sobre el desarrollo afectivo y emocional en el que se encuentran y así poder entender su progreso evolutivo.

Conocer la fundamentación teórica existente sobre el tema a tratar es esencial. Por ello, a continuación, hemos realizado un análisis sobre el concepto de educación emocional a lo largo de los años, así como las competencias que presenta, los tipos de emociones existentes y la importancia de todo ello en el aprendizaje. Además, hemos revisado la relevancia de los cuentos como herramienta educativa y sus características y tipos, para finalmente destacar la importancia de la educación emocional a través de los cuentos.

Después del estudio expuesto acerca de la fundamentación teórica, nos hemos centrado en la fase de investigación. Hemos realizado unas gráficas en las que se aprecian los resultados obtenidos en unas encuestas realizadas al alumnado y sus progenitores de un colegio de Valladolid. En ellas podemos ver el conocimiento que tienen los niños sobre las emociones y las reacciones que muestran ante diferentes situaciones. Además, hemos percibido cómo los padres y las madres gestionan y trabajan las emociones en casa con sus hijos.

Por último, hemos planteado una propuesta de intervención con el objetivo de que, a través de los cuentos, los niños sean capaces de reconocer, gestionar y regular las emociones básicas que se encuentran en el día a día. Para realizar la unidad didáctica, primeramente, nos planteamos una serie de objetivos y contenidos acordes con el currículo de Educación Infantil. Después elegimos exhaustivamente los cuentos que más se acercaban a lo que

queríamos trabajar. A partir de ahí, desarrollamos las diferentes actividades propuestas considerando la temporalización, así como los materiales y recursos disponibles.

Cabe mencionar que, si se hubiese llevado a la práctica la propuesta de intervención realizada, los resultados obtenidos hubieran sido de gran ayuda para el desarrollo de la educación emocional del alumnado.

8. CONCLUSIÓN

Después de la realización de este trabajo, podemos empezar concluyendo que debido a que la educación trata de desarrollar al niño de manera integral, debería trabajar de manera equilibrada tanto la dimensión cognitiva como la emocional. *“Se trata de enseñar y que aprendan, pero sin provocar aversión hacia el aprendizaje, y de conseguir orden, pero sin provocar odio”* Santos Guerra (1994).

Las emociones son un concepto complejo y necesitan ser educadas y trabajadas para completar el desarrollo íntegro de cada persona. Está demostrado que trabajar las emociones mejora el rendimiento académico de los alumnos, por lo que la educación emocional se debería tratar en todas las etapas educativas, siendo el mejor momento para empezar a trabajarlas los primeros años de vida, correspondientes con la etapa en Educación Infantil.

La educación emocional es muy amplia. Implica conocer e identificar nuestras propias emociones, regularlas y saber expresarlas en cada momento, así como, reconocer las emociones de los demás y respetarlas. Según Bisquerra y Pérez Escoda (2007), la educación emocional pretende desarrollar las competencias emocionales, entendidas como un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar para la vida.

Los niños/as necesitan expresar lo que sienten, sus experiencias, lo que necesitan, para ello es preciso trabajar la afectividad. Así los niños serán capaces de detectar en cada momento los sentimientos que viven y saber cómo controlarlos y regularlos.

El profesorado es uno de los agentes esenciales en el aprendizaje de los alumnos, dado que los comprenden y los guían. Deben tener siempre presente que trabajan por y para personas que están formándose para el futuro. Los docentes dejan huella en el alumnado, formando parte del desarrollo personal de cada uno de ellos.

La familia es el otro ámbito fundamental para el aprendizaje de los niños, debido a que es el primer núcleo de seguridad, afecto y socialización que encontramos. Por eso, es importante

la relación de los profesores con las familias, ya que esta unión favorece la educación, el bienestar y la felicidad de todos.

Para que esa unión sea posible, es imprescindible que los docentes estén bien preparados y se mantengan formados a lo largo de los años. El desarrollo profesional de los docentes beneficia el desarrollo del alumnado. En los programas de la formación de profesores, sin embargo, es relativamente poco lo que se dedica al desarrollo de competencias emocionales.

La realización de un emocionario hace partícipes de su aprendizaje a los niños, además de ayudarles a comprender e interiorizar las emociones que viven en su día a día. A lo largo de toda la vida seguimos desarrollando las capacidades afectivas, por lo que el emocionario sigue creciendo.

Por otra parte, desde la aparición de los cuentos en la antigua Grecia, se ha demostrado que se trata de un recurso esencial para la educación en los primeros años de vida. Transmite aprendizajes y valores de una manera lúdica y divertida. Los niños se identifican con los personajes de los cuentos, lo que favorece el desarrollo de su imaginación y creatividad. Es importante acercar a los pequeños a la literatura porque les da acceso a la cultura y al lenguaje.

Nos gustaría destacar la gran utilidad e importancia que presenta este tema en la etapa de Educación Infantil. Creemos que sería conveniente revisar el modelo educativo y las programaciones para dedicar el tiempo que realmente merece este tema, porque pese a que se trata de un elemento primario y fundamental en el proceso de aprendizaje, desgraciadamente no recibe gran importancia.

Consideramos que el modelo constructivista hace que el proceso de enseñanza-aprendizaje adquiera mayor significado. Los alumnos se encuentran más motivados a la hora de formarse dado que el aprendizaje se base en sus intereses y conocimientos previos, a través de metodologías activas y por descubrimiento.

“La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo”.

- Nelson Mandela.

9. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

9.1 LIBROS, ARTÍCULOS Y REVISTAS

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*. 19(3), 95-114.
- Bisquerra, R. (2009). Estructura de las emociones. En *Psicopedagogía de las emociones* (89-94). Madrid: Síntesis
- Bisquerra, R. (2013). *Educación emocional: propuesta para educadores y familias*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Bruder, M. (2005). El cuento terapéutico como favorecedor de la resiliencia. Una primera aproximación. *Psicodebate: psicología, cultura y sociedad*. 6, 15-27.
- Camps, J. y Marín, J. (1997). El cuento narrado, un medio de favorecer la imaginación. *Primeras Noticias Literatura infantil y juvenil*. 151, 9-12.
- Ceballos, I. (2016). *Iniciación literaria en Educación Infantil*. Logroño: UNIR Editorial.
- Colomer, T. (2005). El desenlace de los cuentos como ejemplo de las funciones de la literatura infantil y juvenil. *Revista de educación. Número extraordinario 2005*, 203-216.
- Extremera, N. y Fernández, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista electrónica de investigación educativa*. 6(2), 1-17.
- Francés, R. (2010). Emoción y conflicto. En A. Caruana, *Aplicaciones educativas de la psicología positiva* (148-160). Alicante: Hispania.
- García, J. A. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista educación*. 36(1), 1-24.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Ibarrola, B. (2009). *Creer con emoción: el desarrollo de la competencia emocional en Educación Infantil*. Madrid: SM.
- Ibarrola, B. (2009). *Educación emocional a través del cuento*. 1-10.
- Ibarrola, B. (2010). *Cuentos para sentir*. Madrid: SM.
- León, O. (2016). *Cómo redactar textos científicos y seguir las normas APA 6ª*. Madrid: Garceta.

López, É. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*. 19(3), 153-167.

López, É (2016). La educación emocional en Educación Infantil y Primaria. En Soler, J.L., Aparicio, L. y Díaz, O., *Inteligencia emocional y bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones* (557-570). Zaragoza: Ediciones Universidad San Jorge.

Martín, C. y Navarro, J.I (2011). *Psicología del desarrollo para docentes*. Madrid: Pirámide.

Martínez, N. (2011). El cuento como instrumento educativo. *Revista innovación y experiencias educativas*. 1-8.

Pérez, D., Pérez, A.I. y Sánchez, R. (2013). El cuento como recurso educativo. *Revista 3ciencias*. 1-29.

Recondo, O. *Hacia una educación plena: educadores conscientes, niños felices*.

Torró, I. y Pozo, T. (2010). Inteligencia emocional. Inteligencia personal. Inteligencia social. En A. Caruana, *Aplicaciones educativas de la psicología positiva* (352-363). Alicante: Hispania.

9.2 WEBGRAFÍA

Bisquerra, R. (2013). *¿Cómo está contemplada la educación emocional en el anteproyecto de LOMCE?* EducaWeb. Descargado de <https://www.educaweb.com/noticia/2013/01/28/como-esta-contemplada-educacion-emocional-anteproyecto-lomce-5957/>

Bisquerra R. *Concepto de educación emocional*. Rafael Bisquerra. Descargado de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional/concepto-educacion-emocional.html>

Campillo, J. E. (2015). *La importancia de la educación emocional en las aulas*. Recuperado de <http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/abaco-portlet/content/ab2f1d46-cd27-47f8-b849-e928a701df05>

Conesa, M. A. *Tipos de cuentos*. Crecer feliz. Descargado de <http://www.crecerfeliz.es/Ninos/Desarrollo-y-aprendizaje/cuentos-educar-y-entretener/tipos-cuentos>

Corbin, J. A. *Los 8 tipos de emociones, clasificación y descripción*. Psicología y mente. Descargado de <https://psicologiymente.net/psicologia/tipos-de-emociones>

Europa Press. (2015). *Una decena de centros educativos de CyL fomentará la formación en inteligencia emocional, social y creativa*. EP Castilla y León. Descargado de

<http://www.europapress.es/castilla-y-leon/noticia-decena-centros-educativos-cyl-fomentara-formacion-inteligencia-emocional-social-creativa-20150331135716.html>

Galindo, L. *Las mejores frases de inteligencia emocional para vivir feliz*. Las frases de inteligencia emocional de Luis Galindo. Descargado de <http://www.luisgalindo.com/frases-inteligencia-emocional/>

Junta de Castilla y León. *Nuestro centro*. CEIP El Peral. Descargado de http://ceipelperal.centros.educa.jcyl.es/sitio/index.cgi?wid_seccion=1&wid_item=47

Pintado, E. (2015). *Cuentos para sentir*. Aula de Elena. Descargado de <http://www.auladeelena.com/2015/11/cuentos-para-sentir.html>

Regader, B. *La teoría de las inteligencias múltiples de Gardner*. Psicología y mente. Descargado de <https://psicologiaymente.net/inteligencia/teoria-inteligencias-multiples-gardner>

Rodríguez, C. (2018). *El valor de los cuentos como herramienta de aprendizaje*. Portal educativo educapeques. Descargado de <https://psicologiaymente.net/inteligencia/teoria-inteligencias-multiples-gardner>

Rubín, A. *75 Frases de bienestar, estrés y relajación*. Lifereder.com. Descargado de <https://www.lifereder.com/frases-de-bienestar/>

Vergara, C. *Etapa preoperacional*. Actualidad en Psicología. Descargado de <https://www.actualidadenpsicologia.com/que-es/etapa-preoperacional/>

9.3 NORMATIVA

Constitución Española de 1978. Madrid.

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. BOE nº106, de 4 de mayo de 2006.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa. BOE nº295, de 10 de diciembre de 2013.

Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación infantil. BOE nº4, de 4 de enero de 2007.

Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. BOCYL nº1, de 2 de enero de 2008.

Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en Educación Infantil.

Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española (2005). Género. *Diccionario panhispánico de dudas 1.ª edición*.

Proyecto Educativo CEIP El Peral 2015-2016.

9.4 CUENTOS

Balmes, S. (2011). *Yo mataré monstruos por ti*. Barcelona: Principal de los libros.

Calí, D. (2012). *¿Qué es el amor?* Zaragoza: Edelvives.

Llenas, A. (2012). *El monstruo de colores*. Barcelona: Flamboyant.

Núñez, M. (2004). *La cebra Camila*. Pontevedra: Kalandraka.

Schneider y Robin (1990). *Historia de una tortuga*.

Tellegen, T. (2016). *¿No hay nadie enfadado?* Zaragoza: Edelvives.

Wietze, M. *Por qué el pequeño elefante rosa se puso triste y cómo volvió a sonreír*. Barcelona: Juventud.

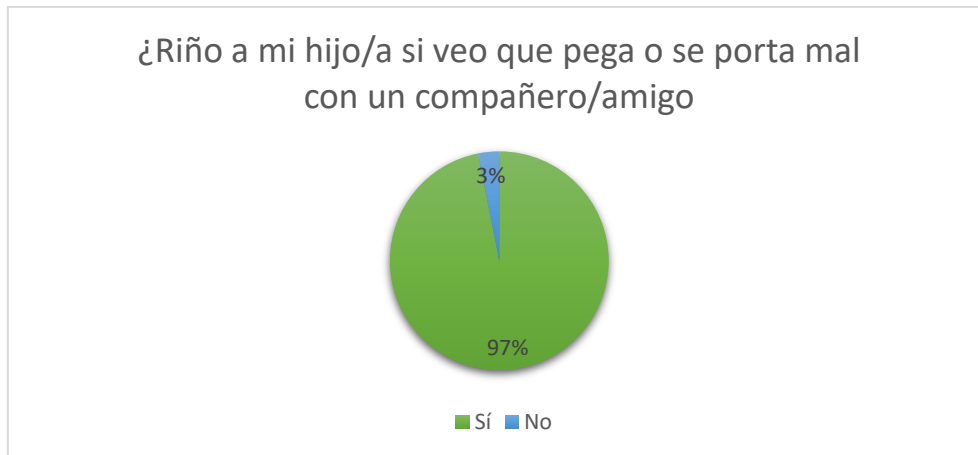
10. ANEXOS

Anexo I: cuadro sobre la clasificación de las emociones según Goleman (1996) y Bisquerra (2000).

Clasificación de las emociones	
Emociones positivas	Alegría: entusiasmo, contento, euforia, excitación, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción.
	Humor: sonrisa, risa, carcajada.
	Amor: afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, enamoramiento, gratitud, compasión.
	Felicidad: bienestar, gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, serenidad.
Emociones negativas	Ira: rabia, cólera, rencor, odio, furia, resentimiento, tensión, excitación, agitación, irritabilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, rechazo.
	Miedo: temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia, incertidumbre, inquietud.
	Ansiedad: angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo.
	Tristeza: depresión, frustración, decepción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación.
	Vergüenza: culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia.
	Aversión: recelo, asco, acritud, disgusto, rechazo.
Emociones ambiguas	Sorpresa, compasión, esperanza.
Emociones estéticas	Proviene de manifestaciones artísticas.

Cuadro 1: clasificación de las emociones. Elaboración propia.

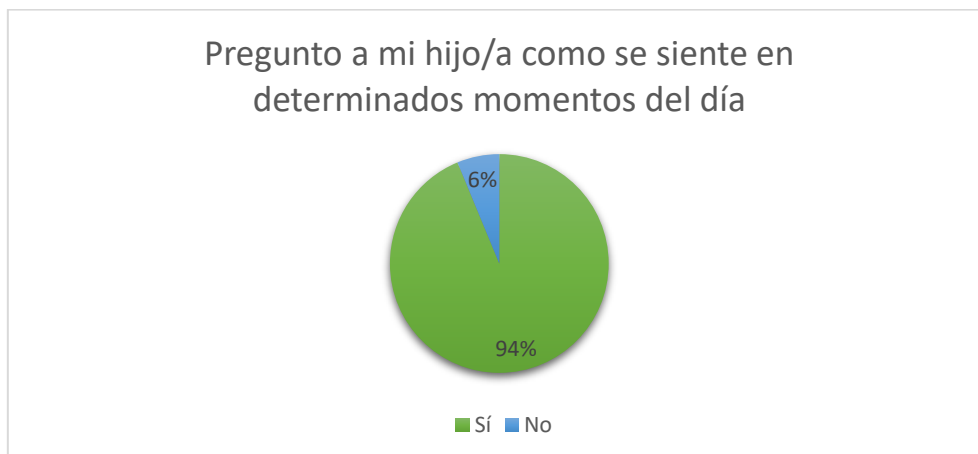
Anexo II: resultados de los padres y madres. Gráficas adicionales.



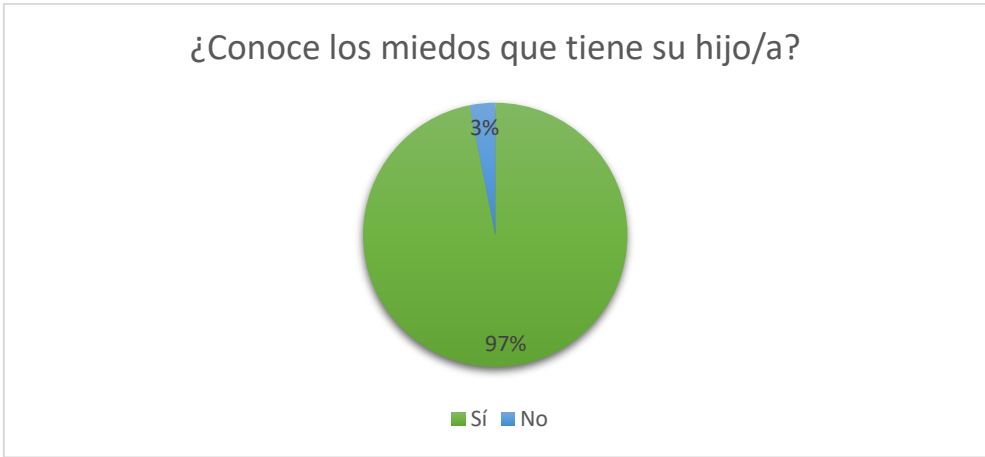
Gráfica 11: ¿riño a mi hijo/a si veo que se porta mal o pega a un compañero/amigo?



Gráfica 14: pienso que mi estado de ánimo afecta a mi hijo/a



Gráfica 15: pregunto a mi hijo/a como se siente en determinados momentos del día



Gráfica 16: ¿conoce los miedos que tiene su hijo/a?