

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**TRANSMISIÓN DE LAS EMOCIONES A TRAVÉS DE LA  
COMUNICACIÓN NO VERBAL**



FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

**Autor: Leandro del Río Almajano**

Tutor: Antonio Fraile Aranda

**Resumen:**

El presente trabajo denominado "Transmisión de las emociones a través de la comunicación no verbal" tiene como objetivo conocer si existen diferencias en la identificación y desarrollo de las emociones teniendo en cuenta variables como la edad género o rendimiento académico. Los participantes fueron 49 estudiantes del primer y cuarto curso de educación primaria, de los cuales el 43% eran alumnos y el 57% alumnas. Tras llevar a cabo cada sesión, los alumnos rellenaron un cuestionario donde registraban la intensidad alcanzada en cada una de las 10 emociones, clasificadas como positivas, negativas y ambiguas. Además, a mayores, en varias sesiones rellenaron unas fichas teóricas acerca de las 10 emociones donde se obtuvieron resultados de tipo cuantitativo. Tras finalizar la unidad didáctica (UD), a nivel general, se observaron mayores valores en las emociones positivas y menores en las negativas. Por último, tras analizar todos los datos, se llegó a la conclusión de que en algunas variables como el sexo o el rendimiento académico se encontraban diferencias, pero, sin embargo, en la variable género no.

**Palabras clave:**

Expresión corporal, emociones, inteligencia emocional, Educación Física.

**ABSTRACT:**

The aim of this study entitled "Transmission of emotions through nonverbal communication" was to determine whether there are differences in the identification and development of emotions taking into account variables such as age, gender or academic performance. The participants were 49 students in the first and fourth year of primary education, of which 43% were boys and 57% were girls. After each session, the students filled out a questionnaire in which they recorded the intensity reached in each of the 10 emotions, classified as positive, negative and ambiguous. In addition, in several sessions, they filled in some theoretical cards about the 10 emotions where quantitative results were obtained. At the end of the didactic unit (DU), at a general level, higher

values were observed in positive emotions and lower values in negative emotions. Finally, after analyzing all the data, it was concluded that differences were found in some variables such as sex or academic performance, but not in the gender variable.

**Keywords:**

Body Expression, emotions, emotional intelligence, Physical Education

# ÍNDICE

<b>1.- INTRODUCCIÓN</b> .....	1
JUSTIFICACIÓN .....	2
COMPETENCIAS .....	5
<b>2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b> .....	8
CONCEPTUALIZACIÓN .....	8
CLASIFICACIÓN.....	10
FUNCIONES.....	16
TEORÍAS.....	18
ESTUDIOS.....	20
<b>3.- METODOLOGÍA</b> .....	23
CENTRO Y CONTEXTUALIZACION .....	23
ALUMNADO DE ESTUDIO .....	25
OBJETIVOS DEL ESTUDIO EN LA U.D .....	25
PROCESO DE RECOGIDA DE DATOS .....	26
<b>4. RESULTADOS</b> .....	28
VALORACIÓN DESARROLLO EMOCIONAL.....	28
<b>5.- DISCUSIÓN</b> .....	37
<b>6.- CONCLUSIÓN</b> .....	42
<b>7.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	43
<b>8.- ANEXOS</b> .....	47

## **1.- INTRODUCCIÓN**

Con la realización de este trabajo pretendo mostrar la importancia de la expresión emocional a través de la comunicación no verbal, centrándome en mayor medida en la identificación y desarrollo de las emociones en el ámbito educativo, especialmente en la asignatura de educación física (EF) en educación primaria. Hecho que al hacerles conscientes de sus propias emociones les permitirá adecuar su conducta a las distintas situaciones, establecer relaciones sanas, tomar decisiones coherentes...

Con el primer apartado, introducción, pretendo hacer una muy breve explicación acerca del Trabajo fin de Grado (TFG), describiendo cada uno de los apartados que trataremos más adelante.

A continuación, expongo una breve descripción acerca la importancia del conocimiento de las emociones desde un punto de vista general, personal y desde el currículo de primaria. También mencionaremos las competencias a desarrollar relacionadas con el tema de propuesto.

En el segundo apartado, expondré la fundamentación teórica a partir de los diferentes artículos redactados por los diferentes autores seleccionados. Además, conceptualizaré el significado de emoción a partir de las definiciones de otros autores, para más tarde mencionar una serie de teorías sobre las emociones y categorizarlas teniendo en cuenta las clasificaciones de varios autores. También hablaré de las funciones de estas, así como de estudios vigentes.

El tercer apartado, metodología, realizaré una descripción acerca de las características del alumnado y del centro escolar, donde realizo mi práctica docente, además de redactar los objetivos a conseguir relacionándolos con el cuerpo emocional. Así como, el proceso para la recogida de datos y las estrategias empleados para llevar a cabo esta misma.

En el apartado de resultados, mostraré las conclusiones a las que he llegado personalmente a partir de la fundamentación teórica de la que hemos hablado en el apartado 2.

Una vez obtenidos los resultados de nuestra investigación, pasaremos a realizar el apartado de discusión en el que compararemos nuestras conclusiones con estudios similares, tratando de establecer similitudes o diferencias.

Seguidamente mencionaremos las sesiones realizadas a lo largo de nuestra UD relativa al tema de estudio, y nuestra experiencia en el periodo de prácticas.

Para finalizar, se encuentra la bibliografía, donde se presentarán las referencias bibliográficas recogidas a lo largo del trabajo.

## **JUSTIFICACIÓN**

La elección del tema a desarrollar en el TFG está motivada por la importancia que cobra la Expresión Corporal (EC) dentro del ámbito de EF, en alumnos de educación primaria. El hecho de que los niños aprendan a comunicarse no solo verbalmente, sino que además entiendan el lenguaje no verbal, es necesario para poder adaptar sus conductas en función de las diferentes situaciones. Asimismo, es de especial interés, hacerles ver la importancia que cobran las emociones en las comunicación e interacciones, ya que, trasmite gran cantidad de información al receptor.

Dentro de la EC, me centraré en el tema del cuerpo emocional, como este cobra importancia a la hora de relacionarte con los alumnos, que desde mi punto de vista es uno de los aspectos más importantes. En nuestro trabajo como futuros docentes, resultará esencial el uso de las expresiones y emociones, la forma de comunicarnos con los estudiantes y mostrar nuestras emociones. Esto, proporcionará al alumno información adicional, que, en ocasiones, esta información se produce de manera involuntaria por lo que es importante saber controlar las emociones. No solo es importante saber controlarlas, sino que, como docentes, debemos enseñar a los niños a reconocerlas y gestionarlas, lo que les permite incrementar la percepción de control sobre aquellos que les ocurre, siendo esto fundamental para un adecuado desarrollo de su autoestima y autoconcepto así como para el desarrollo personal y social de nuestros alumnos, Rafael Bisquerra (2017), "Elementos relacionados con el «sí mismo» son la

autoestima, autonomía, toma de conciencia de la propia responsabilidad, etc. Todos estos aspectos son importantes para el desarrollo personal y social. “

Gracias a la EC podemos lograr un mayor entendimiento de las diferentes emociones existentes y como estas afectan a nuestra conducta. Comprender no solo el discurso verbal, sino también el no verbal, cobra gran importancia, Mehrabian (1971, 1972) “el proceso comunicativo está determinado en un 55% por el lenguaje no verbal, un 38% por la paralingüística y tan solo un 7% por las palabras.”

Este tema ha cobrado especial relevancia durante mi etapa educativa, desde la educación infantil, pasando por educación primaria y secundaria hasta llegar a la Universidad. Durante este proceso, la puesta en práctica de este tema ha sido fundamental para nuestro desarrollo personal, sobre todo a la hora de presentarte frente a un público como puede ser la exposición de un trabajo en el aula o realizar una actuación teatral en un escenario. Tenemos que ser conocedores de las emociones que desarrollamos, para controlarlas y mostrar aquellas que nos favorezcan en función de las situaciones, obteniendo habilidades como, mejora de autoestima, de la toma de decisiones, de las relaciones interpersonales... Como he mencionado anteriormente, la EC ha adquirido un papel muy importante en mi etapa universitaria, debido a la gran cantidad de trabajos presentados y a la importancia que se le daba a esta misma, por lo que el día previo a la exposición lo dedicaba a practicar las expresiones faciales centrándome en el control de esas emociones negativas, que suponían un impedimento para la realización correcta de la presentación, ya que, anteriormente en educación secundaria, resultaba ser un poco forzado, haciendo ver a los compañeros y profesores gestos de nerviosismo o inseguridad. Trabajar esa regulación emocional, me favorecía a que esta presentación se viese más fluida, evitando mostrar emociones como el miedo o vergüenza a hablar en público.

No solo ha estado presente en mi etapa educativa, sino que también en el ámbito social, a la hora de relacionarnos con las personas, ante acontecimientos inesperados... inconscientemente esta está presente, de ahí la importancia de tratar este tema, ya que se encuentra en todos los ámbitos de nuestra vida, social, deportivo, lúdico, educativo...

De acuerdo al Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. Observamos un contenido dentro de la EF de EC pag. 34613 “Utilización del teatro y la mímica como medios para desarrollar la expresión corporal y la expresión no verbal. Imitación de personajes, objetos y situaciones.” Además, el cuerpo emocional también aparece de manera explícita en el currículo de educación primaria pag. 34613 “Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento con desinhibición”

Mi interés respecto a este tema mencionado anteriormente es debido a la necesidad, por parte de los niños, de conocer de este tipo de habilidades, y, sobre todo, favorecer al desarrollo de la inteligencia emocional, propiciando un enriquecimiento y aumento de las posibilidades comunicativas e interpretativas, evitando la exclusión por parte del alumnado a otros estudiantes, contribuyendo, además, al conocimiento del propio cuerpo; los estudiantes a partir de la inteligencia emocional aprenderán a gestionar correctamente las emociones, a afrontar los problemas (Navarro, Rodríguez y Eirín, 2016) a quererse y aceptarse a uno mismo, a respetar y empatizar con los demás... (López, 2005).

Otro motivo por el cual he seleccionado este tema debido a la necesidad de que los alumnos conozcan y comprendan sus propios sentimientos y los de sus compañero, para de esta forma poder autorregular su comportamiento cuando sea necesario. El hecho de una correcta autorregulación de las emociones favorecerá a un mejor comportamiento, mejores resultados académicos, reducción de comportamientos negativos....

Por otra parte, mediante la signatura de EF, realizaré las llamadas prácticas emocionales en las cuales desarrollaré aspectos básicos de la EC centrándonos en la expresión, comprensión e identificación emocional.

Estos motivos han sido los que me han motivado para llevar a cabo esta UD dentro de mi periodo de prácticas, con el fin de hacer ver a los alumnos la repercusión de las emociones en nuestro cuerpo y darle así la importancia que se merece.



## COMPETENCIAS

Como determina el Real Decreto 1393/2007, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias y por el que figuran las competencias prescritas para otorgar el grado de maestro en educación primaria, en él se reflejan seis competencias generales, que trabajaremos en el TFG.

1. Los estudiantes debemos demostrar que poseemos y comprendemos conocimientos en un área de estudio –la Educación- que parte de la base de la educación primaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

Con esta competencia no solo se trata de que los alumnos adquieran gran variedad de conocimientos, sino que también estos conocimientos sean comprendidos por los propios alumnos. Durante mi etapa educativa tanto en primaria, secundaria, bachiller y universidad me he encontrado con gran información en la que mi único objetivo era aprenderla, daba igual si la entendía o no, el caso era poder redactarla luego en el examen.

Debido a nuestro papel en la educación considero esencial aportar diferentes modelos de educación para no solo aprender los diferentes conocimientos, sino que además estos lo comprendan y los puedan aplicar en el día a día, ya que de nada sirve aprenderte algo de memoria si luego no le encuentras utilidad e incluso lo olvidas.

2. Que los estudiantes sepamos aplicar conocimientos a nuestro trabajo o vocación de una forma profesional y poseamos las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de nuestra área de estudio –la Educación-. Esta competencia se concretará en el desarrollo de habilidades que formen a la persona titulada para: Ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza- aprendizaje.

En relación con esta competencia nos encontramos el Prácticum, unas prácticas con una duración de 3 meses en la que llevamos a cabo los diferentes conocimientos adquiridos durante nuestra etapa educativa, para así ayudar en el aprendizaje de los alumnos, además de resolverles diferentes tipos de dudas. Por supuesto que no solo entra en juego los conocimientos adquiridos en la educación sino también aprendizajes sociales como actitudes y valores. Además de aplicar esta competencia en el Prácticum fue de gran utilidad en mi trabajo temporal como entrenador de bádminton, ya que, gracias a los diferentes aprendizajes adquiridos en este deporte, fui capaz de desarrollar con éxito mi trabajo como entrenador.

3. Que estos tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética.

Lo considero un aspecto esencial, el hecho de recoger información de diferentes fuentes para así juntarlas y adquirir tu propio conocimiento. Esto se ha venido realizando desde que éramos más pequeños hasta hoy día, incluso con este mismo trabajo, el TFG, donde a través de la recopilación de diferentes fuentes de información realizamos nuestro propio trabajo. Como futuros docentes, deberemos de recopilar diferentes métodos de evaluación, de enseñanza... para con el paso del tiempo aplicarlos y seleccionar aquellos más adecuados.

4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a una población de especialistas como no especialistas.

La importancia de esta competencia se encuentra en el ambiente práctico de nuestra profesión, el saber transmitir ideas y conocimiento, ayudar a la hora de resolver conflictos/problemas tanto a nuestros futuros alumnos como entre docentes.

Esta competencia es adquirida con el paso del tiempo, considero que, hasta hoy día, yo, no he podido desarrollar esta competencia del todo, ya que siento que cada año, sobre todo en las prácticas, la voy modificando y perfeccionando.

5. Los escolares deben desarrollar aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

El hecho de poseer autonomía a la hora de estudiar es un aspecto esencial, no depender de agentes externos para conseguir tu éxito. Este aspecto, en mi caso, cobra gran importancia a la hora de abandonar mi casa e irme a otra ciudad a estudiar, donde dependía de mí solo el hecho de ser constante y disciplinado a la hora de estudiar.

6. Que los estudiantes adquieran un compromiso ético en su configuración como profesionales, a partir de potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.

La competencia de mayor calibre, desde un punto de vista general. Esta competencia ha sido desarrollada durante toda mi vida, desde los valores que me inculcaron mis padres, mis amigos, mi entorno... hasta lo que he llevado a cabo desde mi ser.

Cobra gran importancia no dejarse influenciar por el medio y tener tu propio punto de vista para saber diferenciar que cosas están bien y que cosas están mal, actualmente se pueden observar varios tipos de discriminaciones por lo que desde mi opinión, aunque la gente ya no discrimina al igual que antes aún queda mucho por hacer, por lo que aquí cobramos el papel más importante los profesores, enseñar a nuestros futuros alumnos valores, actitudes, responsabilidades... Para que la sociedad acabe con las desigualdades que nos podemos encontrar, ya sean de discriminación de género como racial.

## 2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Más adelante, estableceremos una definición del concepto de emoción, realizada a partir de otras aportadas por diferentes autores. También lo categorizaremos teniendo en cuenta clasificaciones de otros autores, mencionando alguna de las funciones de las emociones y, por último, hablaremos de las teorías relativas a las emociones, además de estudios realizados sobre estas.

### CONCEPTUALIZACIÓN

En este apartado trataremos el concepto de emoción y como ha sido definido por diferentes autores a lo largo de la historia. Asimismo, relacionaremos este término con otros conceptos para entender mejor el propio concepto.

El concepto de emoción ha sido definido por gran cantidad de autores, algunos de ellos serán mencionados a continuación. Partimos de la definición de La Real Academia Española (2001) donde la emoción es definida como el cambio de estado emocional potente y pasajero, satisfactorio o desagradable, acompañada de cierta conmoción somática. Para Bisquerra (2005), las emociones son reacciones ante estímulos que recibe una persona en sus relaciones con el entorno, y cuya intensidad dependerá de las distintas evaluaciones subjetivas que se producen sobre ellas. Otros autores como Deniz (2009 : 66) pasan a definirla como *“una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional”*. Lawler (1999 : 219) también elabora un concepto de emoción en el que lo define como aquellos estados evaluativos que tienen componentes fisiológicos, neurológicos y cognitivos.

Por lo tanto, de forma general, las emociones se pueden definir como el conjunto de reacciones que sufre un individuo ante un estímulo externo, tales como, aquellas que implican peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, novedad... y que le permite adaptarse a las distintas situaciones. Estas reacciones son universales e independientes de la cultura.

Dentro de nuestro tema resulta interesante hablar también del término autocontrol, donde es definido por Goleman (1995 : 9) como la habilidad a partir de la cual dominamos los sentimientos, evitando una variación del fin que se persigue. El autocontrol, es, por tanto, la capacidad que posee un individuo para manejar, gestionar y regular sus propias emociones sin que afecten al objetivo que se pretende alcanzar. Para desarrollar el control emocional, debemos de ser emocionalmente inteligentes. De acuerdo con lo que afirma Goleman (1995), la inteligencia emocional es la capacidad de identificar y regular tanto nuestras propias emociones como las de los demás. Gracias a esta habilidad los estudiantes aprenden a manejar las emociones y así poder afrontar las diferentes dificultades encontradas (Navarro, Rodríguez y Eirín, 2016).

Nuestras prácticas se pueden ver condicionadas a partir de las emociones desarrolladas en el momento, por lo que resulta esencial saber controlarlas. Para ello, deberemos enseñar a los niños a mantener la calma antes situaciones que causen frustración. Podemos hacer uso de la técnica del semáforo, que permitirá al niño reconocer las señales de enojo y establecer pautas para controlar las emociones. Esta técnica está compuesta de una luz roja en la que los estudiante deberán de relajarse e identificar nuestras emociones, una luz amarilla donde reflexionarán acerca de lo que les está pasando, y, por último, la luz verde en la cual los escogerán la mejor opción y la llevarán a cabo.

## CLASIFICACIÓN

En este apartado recopilaremos aquellas clasificaciones más interesantes por parte de diversos autores, para así, formar nuestra propia clasificación a partir de las definidas anteriormente. Una vez organizadas, pasaremos a definir las todas ellas individualmente. Hay numerosas clasificaciones realizadas por autores, sin embargo, cada una aporta un punto de vista diferente y por consiguiente no llegan a un consenso. Goleman (2001: 419) asegura que no existe una respuesta clara, por lo que el debate científico acerca de la clasificación de las emociones continúa abierto. A pesar de ello, a continuación, trataremos las clasificaciones elaboradas por los diferentes autores.

La clasificación más empleada es aquella que organiza las emociones en básicas o primarias y complejas o secundarias. Las emociones primarias son parte del desarrollo natural de una persona, las adquirimos al nacer y son independientes del ambiente o sociedad en el que se desarrollan, es decir, son innatas en el ser humano. A continuación, mostramos algunas de las clasificaciones que realizan los autores.

Paul Ekman (1979) distinguió 6 tipos de emociones básicas (Miedo, tristeza, ira, alegría, sorpresa y asco), que coincidía con la clasificación de Daniel Goleman (1995), para en 1990 pasar a clasificarlas en 7 emociones básicas (Miedo, tristeza, ira, felicidad, sorpresa, asco y desprecio). Casacuberta (2000) las clasifica en seis grupos (sorpresa, alegría, miedo, aversión, ira y tristeza), sin embargo, Bisquerra (2005) considera siete grupos (miedo, ira, ansiedad, tristeza, vergüenza, alegría y felicidad). Además, respecto al estudio realizado en Glasgow University afirma que son únicamente 4 emociones básicas (Miedo, tristeza, ira y felicidad.)

Las emociones secundarias son aquellas que se producen a partir de las primarias, son desarrolladas gracias a la experiencia, y, por consiguiente, a diferencia de las primarias, están condicionadas por los diferentes ambientes y por el contexto social en la que se encuentran. Estas emociones secundarias dependerán en gran medida de la autoestima y del autoconcepto, así como de las situaciones vividas. De ahí la importancia de enseñar a nuestros alumnos a conocerse, valorarse... Algunas de estas emociones secundarias son la vergüenza, culpa, orgullo, entusiasmo, satisfacción, desprecio, complacencia, placer.

Otra de las clasificaciones más utilizadas es la que divide las emociones en positivas y negativas. Estos tipos de emociones se encuentran definidos por autores como Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001: 308), quienes describen las emociones positivas como aquellas en las que experimentamos sentimientos agradables con una corta duración sin implicar la movilización de muchos recursos. Por otra parte, las emociones negativas implican sentimientos desagradables a causa de valorar una situación como nociva, y, por consiguiente, requieren la utilización de varios recursos para afrontarlas. También son denominadas positivas y negativas, que según Greenberg y Paivio (2000) estas dependerán de si producen placer o por el contrario desagrado.

En general nos referiremos a las emociones negativas como aquellas que producen en el ser humano mal estar y como consecuencia nuestros objetivos se pueden ver afectados. Por ejemplo, a la hora de llevar a cabo una representación teatral emociones como la vergüenza pueden provocar un estado de nerviosismo y por lo tanto nuestro objetivo, que en este caso es representar un papel, no se llevará a cabo correctamente, debido a que los nervios provocan repetición de las palabras, mente en blanco... Las emociones positivas al contrario que las negativas, provocan estados de bienestar y sentimientos agradables al alcanzar una meta o un objetivo, adicionalmente, cabe destacar el aspecto motivador de las mismas ya que al experimentarlas nos encontramos más activos y con ganas de hacer cosas.

Después de analizar las diferentes clasificación, pasaremos a realizar una distribución propia teniendo en cuenta las clasificaciones de los diferentes autores. Podemos encontrarnos 2 tipos de emociones y dentro de cada una de ellas otras dos diferentes. Estas son las emociones primarias y secundarias y dentro de ellas, las emociones positivas y negativas.

Las emociones primarias son adquiridas de forma hereditaria, no dependen del contexto que nos rodea, se adquieren de forma natural y crean una respuesta ante los diferentes estímulos que se encuentra el sujeto. Dentro de las emociones primarias nos encontramos con las negativas que son aquellas que producen sentimientos desagradables como el miedo, ira, tristeza, asco, ansiedad, dificultando el proceso de adquisición de nuestras metas y las emociones positivas que producen sentimientos agradables como alegría, amor y felicidad favoreciendo la consecución de nuestros objetivos.

### **Emociones primarias**

#### **-Positivas**

- **Alegría**

Sentimiento grato desarrollado a causa de un suceso positivo que se muestra con signos como al sonrisa o un buen estado de ánimo. Una persona alegre tiene mayor predisposición a prestar ayuda, mejores relaciones interpersonales, no se cierra ante los problemas, siempre tiende a esforzarse...

- **Amor**

Sentimiento de afinidad encontrado por una persona animal o cosa. Este sentimiento es muy importante ya que va a permitir a los seres humanos relacionarnos y querernos permitiéndonos llenar aquellos espacios varios que hay en nuestras vidas.

Algunos conceptos relacionados son: cariño, afecto, apego...



- **Felicidad**

Estado anímico de un sujeto tras alcanzar plena satisfacción una vez alcanzada una meta, deseos o propósitos. Promueve sensación de autoestima, libertad, optimismo y autoconfianza. También facilita la empatía favoreciendo las relaciones interpersonales, y, además, genera hormonas de la felicidad mejorando nuestro sistema inmunológico.

**-Negativas**

- **Miedo**

Emoción que surge como respuesta ante una situación desagradable a causa de una situación de peligro, y que nos sirve para reaccionar ante este. Ocasiona tanto efectos físicos como subjetivos en la persona, desencadenando una sensación de malestar o incluso sensación de pérdida de control.

- **Ira**

Sensación negativa desencadenada en los sujetos ante un posible efecto negativo hacia sus intereses pudiendo previamente haber sido evitados. Esta emoción puede desencadenar efectos físicos como aumento del ritmo cardíaco o de los niveles de adrenalina. Las consecuencias de la ira son muy variadas pudiendo ir desde un simple cabreo hasta una situación de violencia generando así problemas sociales e incluso físicos. El término ira está muy ligado a conceptos como frustración, furia, violencia...

- **Tristeza**

Emoción producida a causa de situaciones desfavorables, la tristeza está caracterizada por su alta muestra de expresividad corporal con signos como el llanto, lagrimeo... además de consecuencias emocionales como baja autoestima o falta de ánimo.

- **Asco**

Sensación de rechazo hacia algo por una impresión desagradable. Puede llegar a generar respuestas como náuseas, vómitos, sudores, descenso de la presión sanguínea e incluso el desmayo.

La principal causa que suscita el surgimiento de esta emoción es debido a causas externas como puede ser olores o sabores.

Las emociones secundarias dependen de un proceso de aprendizaje y socialización siendo resultado de nuestro crecimiento, nuestras relaciones y de la mezcla de emociones primarias. Estos resultados anímicos son más complejos que las emociones primarias. Dentro de las emociones secundarias se dividen en emociones positivas; complacencia, entusiasmo, placer, orgullo y satisfacción, negativas; culpa, desprecio, vergüenza, y, neutras, que no son ni positivas ni negativas, pudiendo compartir ambas características, como por ejemplo la ansiedad.

## **Emociones secundarias**

### **-Positivas**

- **Complacencia**

Es un recurso para alcanzar el placer. En educación primaria cobra interés debido a la capacidad para que los niños logren un nivel de satisfacción y agrado con lo realizado. Este término está muy relacionado con alegría, agrado, contento...

- **Entusiasmo**

Sentimiento que causa un aumento del ánimo de una persona hacia cualquier cosa que le provoque admiración. Se refiere a cuando una persona muestra interés o agrado al realizar algo. Este sentimiento provoca que los seres humanos tengan la necesidad de realizar actividades, y sentirse realizado por ello.

- **Placer**

Sensación positiva desarrollada tras lograr alguna cosa que nos produce agrado. Nos podemos encontrar diferentes tipos de placer en función del contexto, como, por ejemplo, placer auditivo (música), placer visual (arte), placer físico (masaje).

- **Satisfacción**

Sensación positiva percibida tras saciar un deseo o cubrir una necesidad. Dentro del ámbito académico esta emoción aparece normalmente tras superar las expectativas académicas cubriendo así sus necesidades educativas. Este concepto está relacionado con el gozo, alegría, placer...

## **-Negativas**

- **Culpa**

Emoción negativa que surge a causa de sobrepasar las reglas éticas personales, sociales o culturales. Este sentimiento surge tras realizar un acto inapropiado provocando una sensación de malestar personal.

- **Desprecio**

Sentimiento de superioridad mostrado mediante una falta de respeto o humillación hacia un segundo. El desprecio se caracteriza por un tono de voz sarcástico, ojos en blanco al hablar e indiferencia hacia aquella persona. Se relaciona con el menosprecio, la humillación, la subestimación...

- **Vergüenza**

Sentimiento de incomodidad, por miedo a hacer el ridículo o a recibir insultos y humillaciones, para cubrir aquellos defectos que podrían provocar repulsión hacia esa persona. La aparición de esta emoción puede deberse a diversos factores, como, por ejemplo, la falta de autoestima y conformidad. Esta emoción al igual que varias otras muestra signos exteriores en la persona como sonrojo o rubor, mirada incontrolada, movimientos incoherentes, mirar hacia abajo...

- **Orgullo**

Sentimiento que produce un exceso de confianza en uno mismo creyéndose superior que los demás. Piensa que todo lo que hace o dice está bien evitando darnos cuenta de nuestros propios errores y defectos y haciendo ver la falta de humildad de aquellas personas.

Algunos sinónimos son arrogancia, soberbia, brío...

## **Emociones ambiguas**

- **Ansiedad**

Sentimiento de agitación, tensión, pánico o nerviosismo con respecto a algo que pueda ocurrir o suceder. La ansiedad es un mecanismo defensivo para reaccionar frente a amenazas que permite movilizar al cuerpo manteniendo alerta para anticiparse y responder de la manera más adecuada ante riesgos y amenazas y así evitar o disminuir sus consecuencias. Los sistemas que presenta una persona con ansiedad son sudoración, temblores, cansancio, aumento del ritmo cardiaco, problemas en la concentración...

Algunos términos relacionados son: ansia, agitación, intranquilidad...

### **FUNCIONES**

Es esencial conocer las funciones de las emociones, para esto a continuación hablaremos de como las emociones nos han permitido sobrevivir y adaptarnos a las diferentes situaciones a lo largo del tiempo. Al final de la explicación trataremos de forma individual a cada una de ellas y las funciones que desarrollan.

Las emociones a lo largo de la vida han permitido la supervivencia del ser humano. Además de esto, han permitido; ajustar de correctamente las conductas ante amenazas, adaptarnos y conseguir nuestros objetivos. Se puede pensar que solo son útiles las emociones positivas, pero incluso las negativas adquieren un papel importante en la adaptación social. Estas funciones mencionadas se podrían clasificar como generales ya que posteriormente cada emoción cumple una función específica que las hace únicas. Estas emociones específicas nos inducen a ciertos estados físicos, activándonos (manteniéndonos alerta) o por el contrario relajándonos, adaptando nuestra conducta de la forma más beneficiosa.

Las emociones poseen 3 funciones primordiales según Reeve (1994), y son la función adaptativa la función social y la función motivacional. La función adaptativa prepara al individuo para ejecutar una conducta correctamente de acuerdo con las condiciones ambientales. Plutchik (1980) establece una clasificación relacionando 8 emociones con sus funciones, estas son: El miedo posee una función protectora, la ira una función destructiva, la alegría una función reproductiva, la tristeza una función reintegradora, la confianza una función afiliadora, el asco una función de rechazo, la anticipación una función de exploración y, por último, la sorpresa una función de exploración. En 1872 Darwin ya hablo de las emociones como sistema adaptativo, afirmando que las emociones contribuyen a proporcionar la conducta adecuada.

La función social, como hemos mencionado anteriormente, las emociones contribuyen a la aparición de conductas acertadas. Al desarrollar emociones se generan expresiones que facilita a los demás conocer el comportamiento de las emociones, cobrando gran importancia en las relaciones interpersonales. Según Izard (1989) las emociones favorecen a las relaciones interpersonales, controlan la conducta de terceros y contribuyen a la interacción de los estados afectivos. Se puede observar como la felicidad facilita las relaciones sociales y, sin embargo, emociones como el asco que causa rechazo. De acuerdo con Pennebaker (1993), es importante conocer las emociones de terceros ya que la expresión de estas posibilitan conductas prosociales, pero, si no las conocemos puede llevar a confusiones.

En último lugar, las funciones motivacionales establecen una relación bidireccional con las emociones. Las conductas motivadas contribuyen a la manifestación de una reacción emocional y viceversa, es decir, ante situación donde se generan emociones positivas sentiremos una mayor motivación por repetirlo que si se generan emociones negativas.

Las emociones primarias poseen una función adaptativa y motivacional. La alegría posee una función afiliadora, el amor nos permite establecer relaciones, el miedo nos aporta protección, la ira cumple una función autoprotectora y autodefensiva, la tristeza una función reintegradora y el asco una sensación de rechazo.

Como hemos mencionado al principio del apartado las emociones tienen una función de sostener la supervivencia de los seres humanos, sin embargo, actualmente la supervivencia está asegurada, y por consiguiente las emociones nos avisan de posibles peligros.

Las emociones secundarias poseen funciones adaptativas también. El entusiasmo provoca un aumento de la motivación, el placer tiene una función de goce o disfrute, la culpa y la vergüenza sirve para regular nuestro comportamiento, el desprecio cumple una función social y la ansiedad motiva para prepararse ante el peligro.

## **TEORÍAS**

En este apartado, trataremos las diferentes teorías desarrolladas acerca de las emociones, mencionando sus autores y su fundamento para explicar cada una de ellas.

Podemos hablar de otros autores como William James y Carl Lange donde su teoría James-Lange psicofisiológica sugiere que las emociones surgen a causa de reacciones fisiológicas, es decir, a medida que nos encontramos con diferentes situaciones nuestro organismo genera reacciones corporales a estas situaciones, la respuesta dependerá de cómo se interpreten estos eventos. Estas reacciones pueden ser, temblores, aumento de la frecuencia cardíaca... que son los que constituyen y generan la experiencia corporal.

Walter Cannon se opuso a la teoría de James-Lange creando así la teoría Cannon-Bard, "teoría talámica de las emociones", junto con Philip Bard. Cannon sugirió que no hacía falta sentir las emociones para desarrollar reacciones fisiológicas relacionadas con ellas. La teoría Cannon-Bard exponía que experimentamos las reacciones fisiológicas (sudar, temblar) simultáneamente con las emociones, debido a que el cerebro recibe a la vez un mensaje en respuesta a un estímulo, y señales que activan la experiencia emocional. Por lo tanto, una no causa la otra, sino que surgen al mismo tiempo los cambios corporales y la experiencia emocional.

La teoría de Lazarus o teoría de la evaluación cognitiva sugiere que previamente al desarrollo de la emoción, se percibe un estímulo que relacionamos con la experiencia, para posteriormente, llevar a cabo una respuesta fisiológica. De acuerdo con Lazarus existen 3 tipos de evaluación. En la evaluación primaria, el individuo juzga la situación para entenderla como estresante, positiva, irrelevante... En la segunda evaluación se centra en cómo afrontar la situación, estrategias y recursos que posee el sujeto. La selección de una estrategia u otra dependerá de cómo haya sido clasificada la situación por parte de este. Al final, se produce una evaluación terciaria, que se basa en revisar que aspectos han podido fallar en las anteriores evaluaciones.

Por último, la teoría de la retroalimentación establece como las expresiones faciales pueden influir en la experiencia emocional. Por consiguiente, afirma que las emociones están ligadas a las expresiones faciales, pudiendo modificarse estas con cambios musculares faciales. Por ejemplo, si queremos estar más alegres debemos de sonreír, y, al contrario, para estar cabreados debemos de apretar y cerrar los labios.

## **ESTUDIOS**

A continuación, mostraremos una serie de estudios que he ido recopilando, donde veremos diferentes investigaciones realizadas y cómo influye en cada una de ellas la inteligencia emocional. Cada investigación tiene su propio objeto de estudio.

### **Desarrollando la inteligencia emocional en educación superior: evaluación de la efectividad de un programa en 3 países.**

- Este estudio se centró en alumnos de educación superior, donde se aplicó un Programa de Capacitación Avanzada en Competencia Emocional (ATPEC), que tenía como objetivo la mejora de las habilidades emocionales en los estudiantes, para así poder mejorar en sus estudios y en su carrera profesional. En este estudio, se propone un curso de capacitación avanzada de unas 30 horas cerca de la IE en el que utilizaron 2 técnicas para evaluar la IE: EQ-i:S, se basan en autoinformes basados en la sinceridad del individuo y en como comprende su comportamiento en diferentes circunstancias. Y el STEM / STEU, que utiliza pruebas centradas en capacidades para evaluar mediante preguntas la IE del sujeto. En el estudio participaban 651 estudiantes de Educación Superior, de 3 países, España (n = 193), Moldavia (n = 302) y Argentina (n = 156). Una vez finalizado el programa, los resultados obtenidos supusieron una mejora en todas las habilidades emocionales evaluadas, evidenciando la eficacia del programa, siendo este eficaz en las diferentes culturas y grados universitarios.

### **La inteligencia emocional y su influencia en los niveles bienestar y ajuste psicológico**

- Uno de los problemas a estudiar es la influencia de la IE en los niveles de bienestar. Para ello, se realiza un estudio en España por Fernández-Berrocal, Alcaide y Ramos (1999), donde agrupó a los alumnos por sus niveles depresivos diferenciándose unos de otros por sus diferentes niveles de IE. Los alumnos con un estado normal de sintomatología depresiva presentaban niveles mayores en IE que los considerados como más depresivos. Llegando a la conclusión que los alumnos con mayores niveles de IE presentan mayor autoestima y satisfacción individual y menores problemas de ansiedad, así como de depresión.



## **La inteligencia emocional y su influencia sobre la calidad de las relaciones interpersonales**

- En este estudio se centran en conocer cómo influye la inteligencia emocional en las relaciones interpersonales. Se considera que la IE es esencial para fijar y sostener relaciones interpersonales, además, permite captar emociones ajenas y disponer de habilidades de regulación de las emociones.

Lopes, Salovey y Straus (2003) realizan una investigación en Estados Unidos, en la que utilizando un test de inteligencia emocional MSCEIT. En el test se obtuvieron relaciones entre la IE y las relaciones interpersonales, llegando a la conclusión de que aquellos alumnos con mayor IE poseen mejores relaciones sociales y más positivas, teniendo menos conflictos con sus amigos.

Se llevó a cabo otro estudio por Ciarrochi, Chan y Bajgar, (2001) en Australia, con alumnos de entre 13 y 15 años, obteniéndose resultados similares. Los resultados en general fueron muy parecidos ya que también llegaron a la conclusión de que mayores niveles de IE se relacionaban con mejores relaciones sociales. Sin embargo, se tuvo en cuenta el género y comprobaron como las mujeres presentan, en general, superiores niveles de IE que los hombres.

## **La influencia de la inteligencia emocional en la aparición de conductas disruptivas**

- En esta investigación se relaciona la IE y las conductas negativas. Se estudia si comparten alguna relación o si estas son independientes la una de la otra. Un estudio británico realizado por Petrides, Frederickson y Furnham, (2004), utiliza un autoinforme con alumnos de educación secundaria y comprueba como los alumnos con menores niveles de IE son más propensos a faltar a clase de forma injustificada e incluso a ser expulsados. A su vez, Liau et al. (2003), observa como los estudiantes con menores niveles de IE son más conflictivos y agresivos. Asimismo, Extremera y Fernández-Berrocal (2002), estudian la población española entre 14 y 19 años alcanzando los mismos resultados que los anteriores estudios, mostrando como los adolescentes con menores niveles de IE son más agresivos y con un mayor número de actos violentos.

## **Conclusiones**

En definitiva, tras la lectura de estos estudios podemos observar la necesidad de desarrollar habilidades emocionales en el aula para poder formar plenamente a los individuos y prepararlos para el futuro debido a su importancia en el desarrollo personal y profesional. Por lo tanto, no debemos olvidar la necesidad de trabajar las emociones dentro del aula.

### **3.- METODOLOGÍA**

A continuación, hablaremos de las características del centro y alumnado al que va dedicado nuestro estudio, así como los objetivos de nuestra UD, y, además, mencionaremos los instrumentos utilizados en el proceso de recogida de información.

#### **CENTRO Y CONTEXTUALIZACIÓN**

En este apartado hablaré de las características contextuales del centro educativo en el que voy a realizar las prácticas. Una vez tratado su ubicación, instalaciones, alumnado... Nos centraremos en el curso en el que he realizado el estudio de mi tema, así como en los objetivos a conseguir tras el estudio. Por último, describiré como ha sido el proceso de recogida de información en el estudio realizado.

El alumnado al que voy a realizar mi estudio se encuentra en el colegio Jesús y María, situado en la plaza Santa Cruz de Valladolid, también conocido popularmente con el nombre "El museo", debido a que el vecino Palacio de Santa Cruz fue utilizado como museo, en el que antiguamente, este edificio era una casa palaciega del siglo XVII.

El edificio está formado por cuatro plantas, colocadas en tamaño decreciente sobre el semisótano, y una quinta planta sobre la crujía de la plaza del Colegio de Santa Cruz. La fachada, flanqueada por los escudos de la familia, está orientada a la calle de la librería. La gran puerta da al zaguán y está ordenada siguiendo el eje de una de las dos galerías mayores del patio, con lo que el eje de recorrido alcanza una longitud de cuarenta y cinco metros. El patio interior, que se encuentra cubierto con una cristalera, posee cuatro pisos con galerías en tres de sus lados.

Respecto al patio exterior, es un espacio al aire libre formado por 3 pistas de baloncesto y una de fútbol sala, que cuenta con unos aseos de fácil acceso desde el patio. Posee dos salidas que dan directamente al exterior del colegio y una en la que se accede al interior. Además, tiene una zona recreativa infantil para alumno de cursos inferiores como primero, segundo o tercero de infantil y un polideportivo cubierto en el edificio contiguo al colegio.

Las instalaciones que goza el centro son de gran variedad, como, por ejemplo, el comedor en el que los alumnos pueden quedarse en la hora de la comida para aquellos padres que no pueden recoger a sus hijos en el horario correspondiente. A continuación, mencionaré alguna de las muchas instalaciones que disponen; Salón de Actos, capilla, accesibilidad: ascensor y rampas de entrada, gimnasio y canchas deportivas, patio específico para Educación Infantil con arena y juegos, sala de psicomotricidad, sala de siesta que dispone de camas apilables, aulas de informática, bibliotecas de aula...

El colegio "Jesús y María", es un colegio concertado, que se encuentra en pleno centro de la ciudad, por lo que acuden tanto las familias que viven cerca del colegio como aquellas que viven lejos del centro, pero trabajan en el centro.

Las familias cuyos hijos e hijas se encuentran escolarizados en este centro son de características socioeconómicas similares. La mayor parte de estas familias poseen un nivel económico medio alto, debido a su carácter de pago.

En la etapa de Educación Primaria, el período escolar está comprendido entre el mes de septiembre y junio, ambos incluidos. En septiembre el horario está comprendido entre las 09:00 a 13:40h, a partir de octubre hasta mayo, el horario del centro es de horario partido, es decir, de mañana y de tarde. Por la mañana las clases comienzan a las 9:30 hasta las 13:00 y por la tarde de 15:30 a 17:30. Y, por último, junio se reduce el horario de 09:30 a 13:40h.

## **ALUMNADO DE ESTUDIO**

Esta UD estará enfocada para dos clases, una de primero y otra de cuarto. El número de alumnos que forman ambas clases, son un total de 49 alumnos, 25 de primero A y 24 de cuarto A. Respecto al sexo, el porcentaje de alumnos y alumnas no es muy similar, en primero hay un total de 12 alumnos y 13 alumnas y en cuarto 9 alumnos y 15 alumnas. Dentro de la clase de primero hay un alumno que presenta trastornos del espectro autista (TEA) de forma muy leve. Excepto este caso mencionado anteriormente, el resto de los alumnos poseen características psicopedagógicas y motrices similares, no presentando por lo tanto ningún tipo de dificultad.

El ambiente dentro del aula de primero es muy bueno, ya que es un grupo muy tranquilo que se comporta correctamente y respetando tanto a los alumnos como a los profesores. Respecto al grupo de cuarto, son más intranquilos y movidos por lo que hay veces que cuesta empezar las actividades a causa de la falta de atención. En ambos grupos se puede observar aquellos alumnos y alumnas dominantes que suelen tener más participación en las actividades debido a su competitividad, impidiendo a veces, que otros compañeros puedan intervenir como los demás. A pesar de esto, con ambos grupos se desarrollan correctamente las sesiones de E.F.

## **OBJETIVOS DEL ESTUDIO EN LA U.D**

Objetivo general:

- Conocer si existen diferencias a nivel de edad, género y rendimiento académico sobre el grado de identificación de las emociones en escolares de educación primaria.

Objetivos específicos:

- Conocer si hay diferencias en el desarrollo de las emociones a causa del género.
- Conocer si existen diferencias en el desarrollo de las emociones dependiendo de la edad.
- Conocer si hay diferencias en el desarrollo de las emociones a consecuencia del rendimiento académico de los alumnos.
- Descubrir el conocimiento por parte del alumnado acerca de las emociones y su identificación.

### **PROCESO DE RECOGIDA DE DATOS**

A la hora de recopilar información, utilizaré principalmente 3 instrumentos; observación directa, producciones de los alumnos y ficha teórica.

Con la observación directa lo que queremos obtener son datos diarios acerca de la evolución de los alumnos a lo largo de las sesiones y tomar nota de aquellos aspectos más interesantes para mi estudio. Gracias a esta observación podremos ver el progreso de los alumnos a lo largo de la UD, siendo fundamental tomar notas de ello al finalizar cada sesión para evitar perder información.

Una vez finalizadas las sesiones, se pedirá a los alumnos que rellenen un cuestionario acerca del grado de presencia de las emociones sentidas a lo largo de las actividades. Este baremo nos servirá para observar si las emociones desarrolladas en ellos están en concordancia con las queridas desarrollar en la práctica. En ocasiones, se les podrá pedir que representen las emociones que creen que han sentido otros compañeros en determinadas situaciones. Para comprobar que no se realiza al azar, una de las sesiones se realizará dos veces para comprobar que los resultados son similares en ambas sesiones.

Como último instrumento principal de evaluación, nos encontramos las fichas teóricas que serán repartidas en la primera, quinta y sexta sesión de la UD. Con este instrumento, pretendo conocer que han aprendido los alumnos que antes no conocían y establecer relaciones entre los resultados, teniendo en cuenta el sexo, edad y rendimiento académico.

Es decir, tendrá en cuenta el porcentaje de estos que han acertado, para, a partir de ahí, valorar cuantos son chicos y cuantos son chicas, cuantos son del primer curso y cuantos, de cuarto curso, cuantos poseen mayor rendimiento académico y cuantos menor rendimiento académico. Además, se les pedirá realizar un cuestionario en donde tendrán que seleccionar la respuesta adecuada, relacionando las emociones con situaciones de la vida cotidiana.

A mayores, grabaré conversaciones con los alumnos, a quienes realizaré preguntas, y cuyas respuestas también servirán para sacar conclusiones a la hora de elaborar los resultados.

- **Variables**

Cada una de las variables está definida por una serie de características, y será en este apartado donde explicaremos en que nos hemos basado para establecerlas.

De acuerdo con la variable del género hemos establecido distinciones en función de su sexo, es decir, los hemos dividido en alumnos y alumnas. Respecto a la edad, el estudio resultaría más interesante cuanto mayor fuese la diferencia de edad de los sujetos. Para ello, aprovechando las clases impartidas durante el periodo de prácticas, he seleccionado aquellos cursos a los que impartía clases con mayor disparidad de edad, eligiendo así a primero y cuarto de primera, con una diferencia de hasta 4 años.

Por último, la variable del rendimiento académico fue establecida dependiendo de la nota final media de todas las asignaturas del segundo cuatrimestre, escogiendo a los 8 sujetos con mejor media y a otros 8 sujetos con la menor media. Para esto, se ha solicitado a los tutores de los cursos de primero y cuarto que nos pasara los resultados de la segunda evaluación, para poder así establecer la media y determinar cómo mayor o menor rendimiento aquellos con notas más altas o bajas respectivamente.

#### 4. RESULTADOS

A continuación, en este capítulo pasaremos a presentar los resultados del estudio realizado con dos grupos de alumnos de primero y cuarto de primaria, que tiene como finalidad conocer las diferencias en el desarrollo e identificación de las emociones en función de variables como el género, edad y rendimiento académico. Para ello se ha aplicado un cuestionario con un conjunto de preguntas basadas en anteriores estudios sobre la presencia de las emociones en la población escolar.

##### VALORACIÓN DESARROLLO EMOCIONAL

En primer lugar, para hacernos una idea general acerca del estudio observamos en la figura 1 la media de las emociones desarrolladas por el alumnado de primero y cuarto de primaria a lo largo de las 6 sesiones de mi UD.

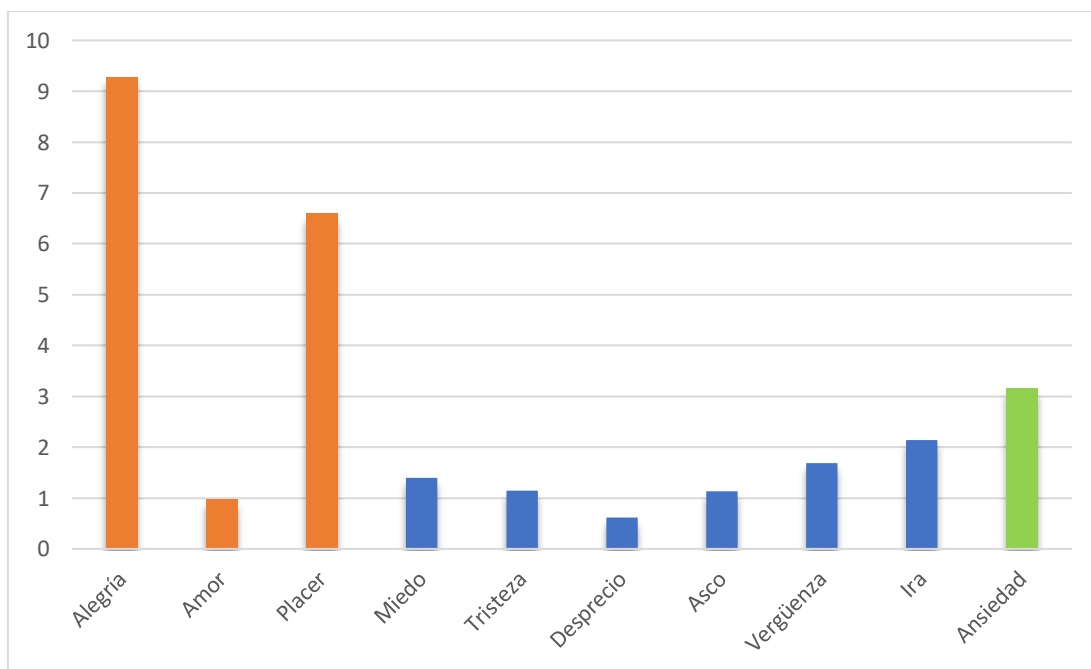


Figura 1. Valores de las emociones.

En la figura 1 se puede observar el grado de desarrollo de las emociones por parte del alumnado a los que se les ha aplicado la UD. Para poder observar de una manera más clara las diferencias, las clasificaremos en emociones positivas, negativas y ambiguas.

Concretamente los resultados logrados son los siguientes:

Emociones positivas: Alegría (M=9,28), Amor (M=0,97) y Placer (M=6,59).



Emociones negativas: Miedo (M=1,4), Tristeza (M=1,15), Desprecio (M=0,62), Asco (M=1,13), Vergüenza (M=1,69) e Ira (M=2,14).

Emociones ambiguas: Ansiedad (M=3,15)

EMOCIONES	POSITIVAS			NEGATIVAS						AMBIGUAS
	Alegría	Amor	Placer	Miedo	Tristeza	Desprecio	Asco	Vergüenza	Ira	Ansiedad
<b>ALUMNADO N (49)</b>	33%	3%	23%	5%	4%	3%	4%	6%	8%	11%

Tabla 1. Porcentaje de emociones.

A partir de la tabla 1 se observa como la emoción con mayor porcentaje desarrollada por el alumnado es la alegría con un 33% seguido del placer y la ansiedad. En último lugar nos encontramos el desprecio y el amor con un 3% y con un uno por ciento mayor la tristeza y el asco, siendo estas las emociones menos desarrolladas por el alumnado en la UD.

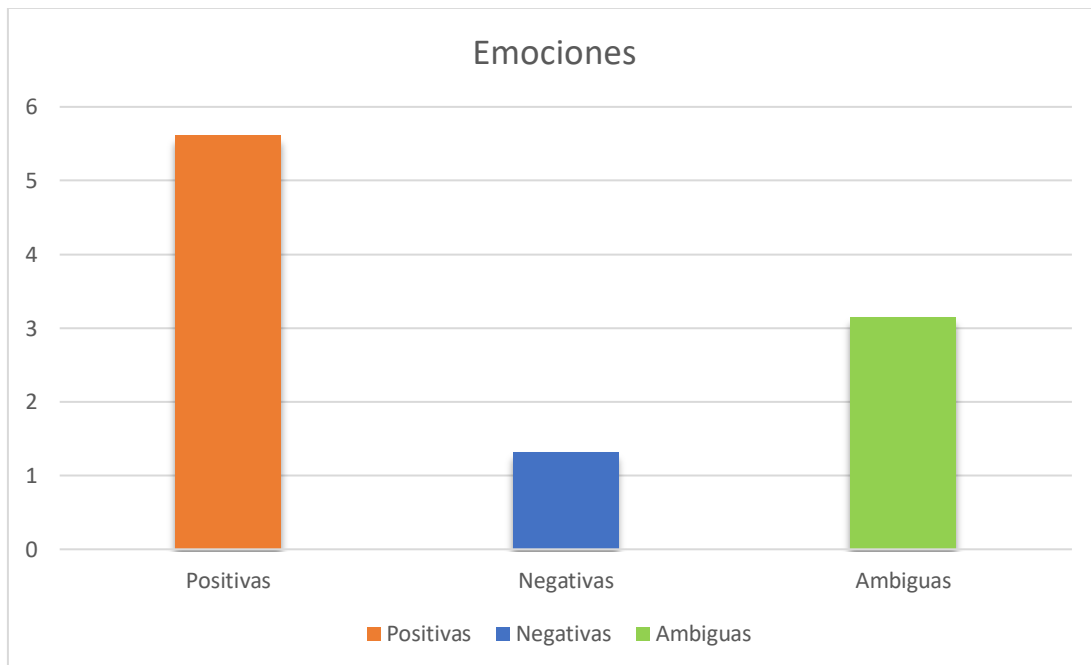


Figura 2. Valores de las emociones.

En la figura 2, se aprecia como el alumnado tanto de primero como de cuarto curso, en general, ha tenido un mayor predominio de las emociones positivas (5,61 sobre 10), manifestadas durante las sesiones, sobre las ambiguas (3,15 sobre 10) y especialmente sobre las negativas (1,325 sobre 10).

A partir de la realización de este cuestionario, el alumnado de primero de primaria y de cuarto de primaria, puntuaron del 0 al 10 la intensidad manifestada de cada una de las emociones. Los baremos consistían en 0 nada y en 10 muchísimo.

A continuación, se recogen los resultados del estudio distribuidos a partir de las variables de: género, edad y rendimiento académico.

- **Género**

En este apartado se muestran los resultados obtenidos en cuanto al desarrollo e identificación de las emociones teniendo en cuenta el sexo del alumnado.

#### Cuestionario

Podemos observar en la figura 3 como no existen claras diferencias de valores respecto al desarrollo de emociones teniendo en cuenta el género de los alumnos. En la figura 3, las alumnas adquirieron unos valores de 5,7 sobre 10, semejante al 5,51 sobre 10 de los alumnos. De acuerdo con las emociones negativas, estas obtuvieron un valor de 1,03 algo menor que el 1,49 de los alumnos. Por último, en las emociones ambiguas, las alumnas alcanzaron un valor medio de 2,99 frente al 3,31 de los alumnos. En conclusión, se puede observar cómo no existen grandes diferencias respecto a las emociones desarrolladas por los alumnos que por las alumnas.

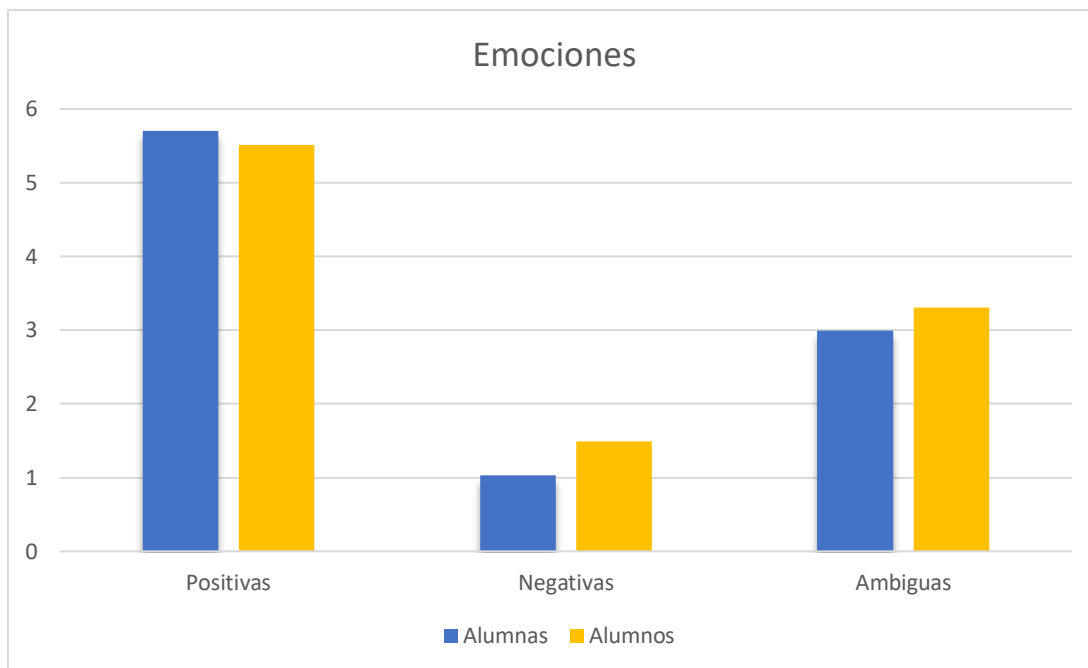


Figura 3. Valores de las emociones. Género.

	ALUMNOS	ALUMNAS	TOTAL
<b>N</b>	21	28	49
<b>POSITIVAS</b>	53,44%	58,64%	56,04%
<b>NEGATIVAS</b>	14,45%	10,60%	12,53%
<b>AMBIGUAS</b>	32,11%	30,76%	31,43%

Tabla 2. Porcentaje de emociones. Género.

### Ficha teórica

En relación con la ficha de identificación emocional, a la hora de identificar emociones, los alumnos obtuvieron una nota media de 8,59 y las alumnas una nota media de 8,89. Aunque las alumnas obtuviesen una media mayor, las diferencias son prácticamente insignificantes, confirmando al de identificar emociones no existen diferencias excesivas si tenemos en cuenta el género de los sujetos participantes.

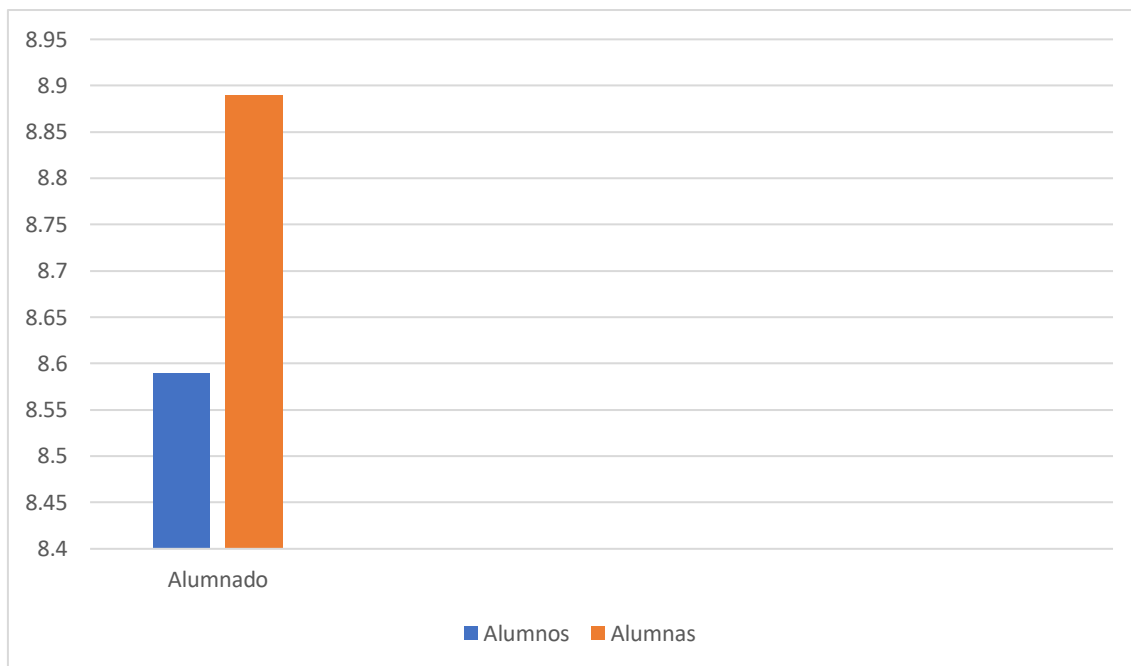
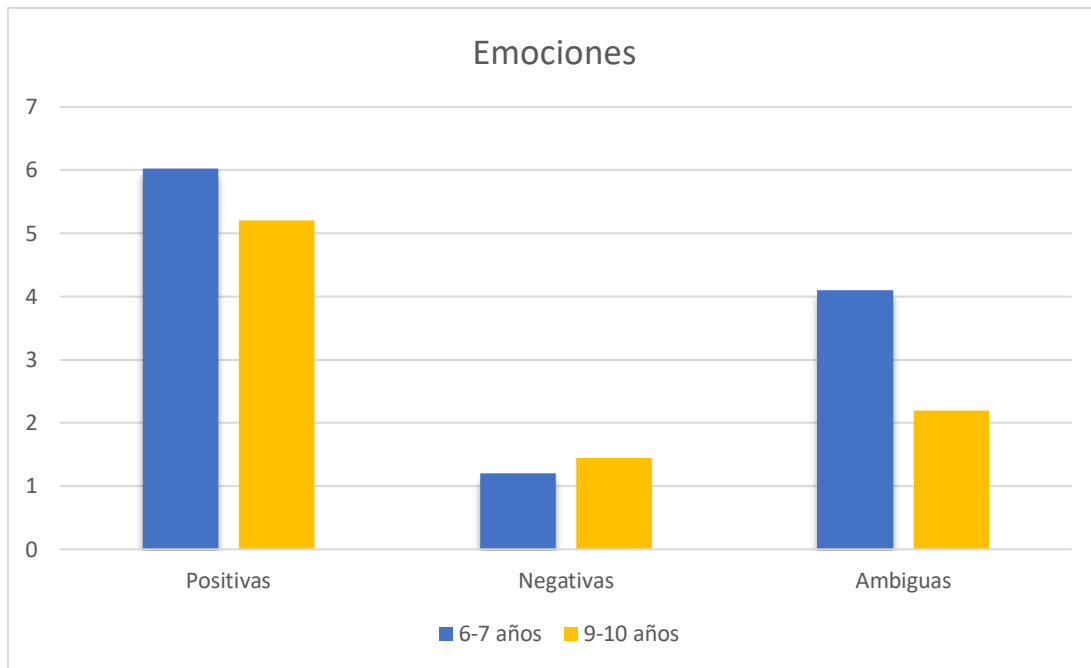


Figura 4. Valores de la ficha teórica. Género.

- **Edad**

A continuación, se presentan los resultados relativos a al estudio realizado sobre las emociones teniendo presente la variable de la edad. Para ello, los sujetos estarán compuestos por alumnos de edades de 6 a 7 años y de 9 a 10 años.

En la figura 4 se observa como los alumnos de 6-7 años obtuvieron valores mayores en las emociones positivas y ambiguas, y menores en las negativas, respecto a los alumnos de 9-10 años. En las emociones positivas se puede ver una mayor diferencia en los valores obtenidos que en las negativas ya que, aun siendo el grado de emociones negativas manifestadas menor, la diferencia es muy similar al de los de mayor edad, con una desigualdad de 0,25. Por último, la mayor diferencia se observa en las emociones ambiguas, donde el grado de emociones desarrolladas por los alumnos de menor edad es casi el doble que el alumnado de cuarto curso.



	6-7 años	9-10 años	TOTAL
<b>N</b>	24	25	49
<b>POSITIVAS</b>	53,18%	58,75%	55,97%
<b>NEGATIVAS</b>	10,60%	16,95%	13,78%
<b>AMBIGUAS</b>	36,22%	24,30%	30,25%

Tabla 3 Porcentaje de emociones. Edad.

### Fichas teóricas

Al identificar emociones, el alumnado de menor edad obtuvo una media de caso un punto menos del total que los alumnos de mayor edad. Esta diferencia a pesar de no ser muy grande es significativa para demostrar que, a la hora de identificar emociones la variable de la edad está presente.

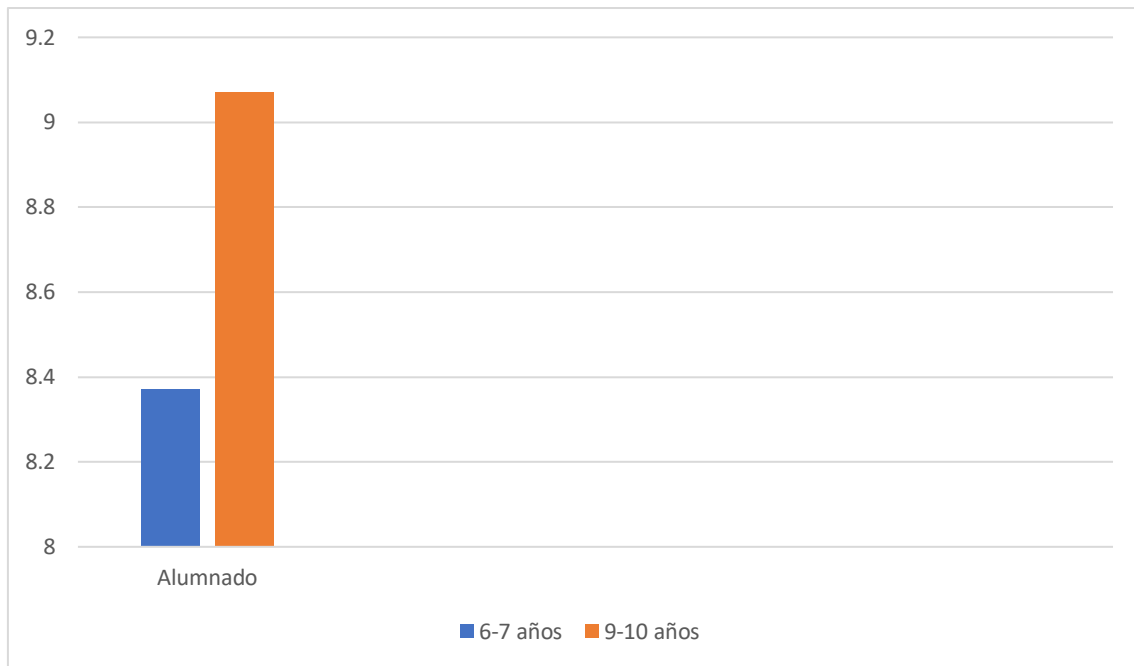


Figura 6. Valores de las emociones. Edad.

- **Rendimiento académico**

Para finalizar, trataremos los resultados teniendo en cuenta el rendimiento del alumnado, para observar las diferencias o similitudes de estos.

En la figura 7, podemos observar como tampoco existen diferencias notables respecto al grado de emociones positivas manifestadas teniendo en cuenta la variable del rendimiento académico. No obstante, si nos centramos en las emociones negativas el alumnado con un menor rendimiento académico presentó mayores valores que los de mayor rendimiento, con una diferencia de 0,47, que corresponde a más de una tercera parte de su valor. Al igual ocurre con las emociones ambiguas, donde los alumnos con menor rendimiento presentaron casi el doble de puntuación en el grado de emociones mostradas en las sesiones, respecto a los alumnos con mayor rendimiento.

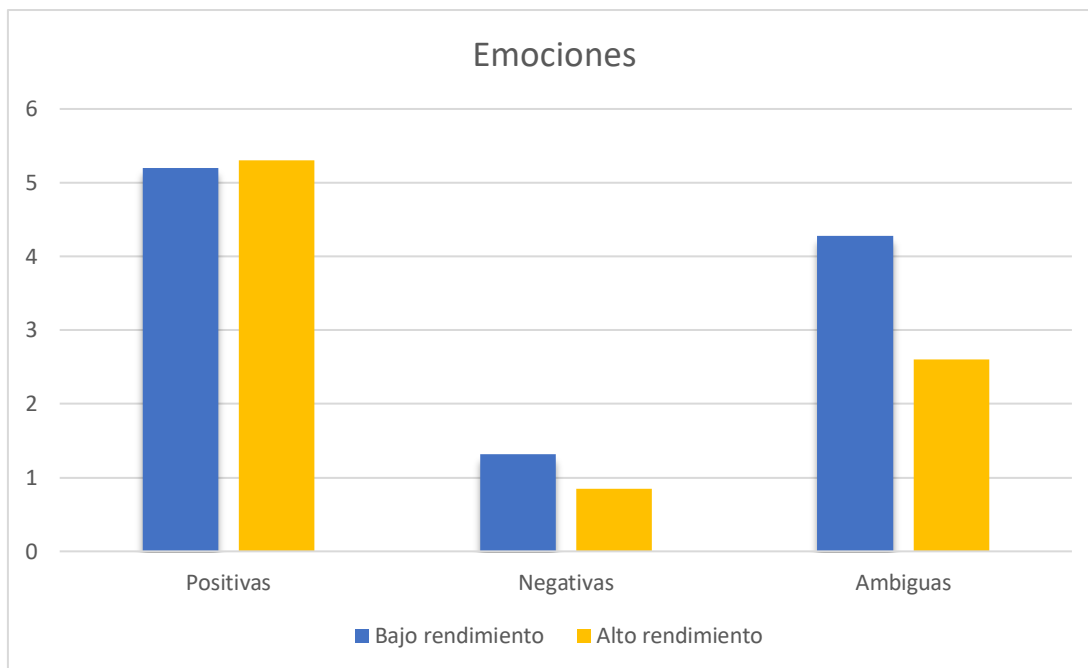


Figura 7. Valores de las emociones. Rendimiento académico.

	Bajo rendimiento	Alto rendimiento	TOTAL
<b>N</b>	8	8	16
<b>POSITIVAS</b>	48,15%	60,57%	54,36%
<b>NEGATIVAS</b>	12,22%	09,71%	10,97%
<b>AMBIGUAS</b>	39,63%	29,72%	34,67%

Tabla 4. Porcentaje de emociones. Rendimiento académico.

En la figura 8, el alumnado con mayor rendimiento obtuvo una media de 8,96, mientras que los de menor rendimiento un 8,32. La calificación media del alumnado con mayor rendimiento es mayor que el alumnado con un rendimiento más bajo. Esta diferencia es aproximadamente de 0,7 puntos sobre 10, una desigualdad no muy grande pero lo suficiente pudiendo afirmar que, aunque obtengan mejores resultados, la variable del rendimiento académico no marca la diferencia.

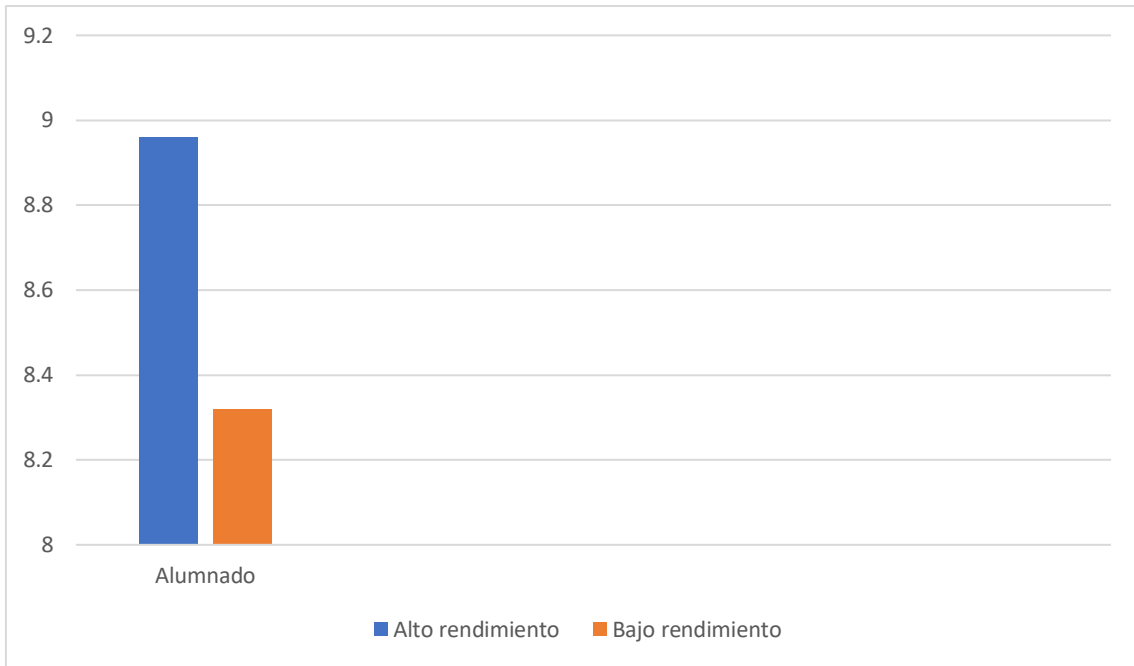


Figura 8. Valores de la ficha teórica. Rendimiento académico.



## 5.- DISCUSIÓN

A lo largo de este capítulo estableceremos las relaciones entre los resultados obtenidos con la realización de nuestro estudio y el apartado del marco teórico, donde hacemos referencia a aquellos aspectos que son objeto de estudio, es decir, los objetivos.

Atendiendo a los objetivos planteados acerca del desarrollo emocional, se ha podido observar en el cuestionario como no existen grandes diferencias si nos centramos en la variable del género. No obstante, si tenemos en cuenta la edad se pueden observar como aquellos sujetos más pequeños manifiestan en mayor grado sus emociones positivas y ambiguas y en menor grado las emociones negativas, aunque esto último sea insignificante. Finalmente, en la variable del rendimiento académico solo se pueden observar diferencias significativas en las emociones ambiguas, ya que, en las positivas y negativas los valores son muy similares.

En cuanto a nuestro objetivo de identificación emocional, se pueden ver resultados muy similares a los obtenidos con el cuestionario. En la gráfica del género, los resultados son muy similares, aunque las alumnas obtuvieron valores algo mayores que los alumnos. Sin embargo, al centrarnos en la edad se puede ver como los alumnos más mayores obtuvieron mayores puntuaciones, con una diferencia de 0,7 respecto a los alumnos de 6ª 7 años. Los valores obtenidos en el rendimiento académico son algo menores, mostrando una diferencia de 0,64 con una puntuación mayor del alumnado con alto rendimiento frente a los de menor rendimiento.

Una vez finalizado nuestro estudio, hemos podido percibir como las emociones positivas son las que más aparecen, seguidas de las ambiguas y por último las negativas, independientemente de la variable a estudiar. Hecho que se relaciona con el estudio realizado por Lavega, Alonso, Rodriguez, donde los resultados obtenidos en la investigación mostraron como la intensidad de las emociones positivas fueron en todos los juegos siempre muy superiores en comparación a la intensidad de las negativas y ambiguas.

Esto es debido mayormente a que los alumnos disfrutaron a la hora de realizar EF, independientemente de si han ganado, perdido, si estaban cansados, tristes... Esta información se verifica tras la lectura de los cuestionarios, donde la mayoría de los alumnos a pesar de haber perdido aseguran haber disfrutado durante las sesiones, y, por tanto, observándose niveles superiores de emociones positivas.

Objetivo. *Conocer si hay diferencias en el desarrollo de las emociones.*

Centrándonos en grado de emociones manifestadas a causa del género se puede contemplar cómo no existen diferencias notables en las desarrolladas por los alumnos respecto a las desarrolladas por alumnas. Las emociones poseen niveles prácticamente idénticos pese a que las alumnas obtuvieron mayores niveles en las emociones positivas, y menores en las negativas y ambiguas. Al desarrollar emociones llegamos a la conclusión que la variable del género no influye, ya que los alumnos y alumnas en el cuestionario repartido, desarrollan emociones similares, tanto en las emociones negativas, positivas o ambiguas, es por eso que no se pueden establecer diferencias en nuestro estudio. Esto, coincide, con los resultados de Fuensanta et al. (2020) quien realizó un estudio formado por 107 estudiantes donde 47 sujetos eran niñas y 60 niños, donde quiso examinar la intensidad emocional del alumnado teniendo en cuenta el género de los alumnos. Fuensanta et al., mostró en sus resultados, como no existieron diferencias notables en las emociones positivas y negativas desarrolladas por los alumnos y alumnas, remarcando así, como las emociones manifestadas por ambos sexos muestran tendencias emocionales similares.

Al igual ocurre con la investigación realizada por Lavega et al. (2011) quienes se centraron en la influencia de las emociones en las clases de EF teniendo en cuenta el sexo. Estos señalaron como las emociones de ambos géneros mostraron valores parecidos en las tres clases de emociones. Sin embargo, al contrario que nuestro estudio, en el que las alumnas alcanzaron mayores niveles en las emociones positivas, en este caso, fueron los hombres quienes mostraron valores más intensos en las tres clases emocionales.

Tras analizar las investigaciones tratadas, podemos afirmar que el factor sexual no influye en el desarrollo de las emociones, pudiendo este depender de otras variables como pueden ser la edad, el rendimiento académico, factores culturales...

*Objetivos. Descubrir el conocimiento por parte de los alumnos acerca de las emociones y su identificación.*

- **Género**

Basándonos en las diferencias a la hora de identificar emociones con la variable del género, obtenemos resultados donde se observa como ambos sexos han logrado resultados similares, aunque las alumnas presentan puntuaciones ligeramente superiores a la de los alumnos. Al finalizar las sesiones, pude preguntara a varios alumnos y alumnas acerca del conocimiento que tenían sobre las emociones, aportándome respuestas muy similares alumnos y alumnas. Estos datos obtenidos se pueden comparar con el estudio realizado por Dawda y Hart (2000), quienes realizaron un estudio formado por 243 estudiantes universitarios, de los cuales 118 eran varones, y 125 mujeres, en el que no encontró diferencias significativas en los resultados obtenidos haciendo uso del inventario del cociente emocional EQ-i. Bar-On, Brown, Kirkcaldy, y Thome (2000) hicieron uso del mismo instrumento que Dawda y Hart para evaluar la inteligencia emocional y, al igual que el anterior estudio, se obtienen los mismos resultados, afirmando que no existen diferencias en cuanto al género. No obstante, otros estudios realizados como, por ejemplo, el de Ciarrochi et al. (2000), quienes se centran en estudiar las posibles diferencias en relación con la inteligencia emocional entre hombres y mujeres, indicaron como los resultados finales concluían que el sexo femenino obtenía resultados significativamente superiores al sexo masculino. Para explicar esta diferencia se establecen varios hipótesis, sin embargo, sería necesario la realización de varias investigaciones para determinarlo con certeza.

Algunos estudios como los de Dawda y Hart o Bar-On, Brown, Kirkcaldy, y Thome apoyan nuestra teoría, no obstante, Ciarrochi nos hace replantearnos como este estudio puede verse influido por diferentes variables como podría ser situación geográfica ya que el estudio de Ciarrochi se realiza en Australia, el Dawda y Hart en Canadá, y el de Bar-On en Alemania, Israel y UK, pero, como hemos mencionado anteriormente, habría que someterlo a estudio para obtener resultados certeros.

- **Edad**

Atendiendo a la edad de los alumnos que participaron en el estudio, cabe destacar la diferencia notable entre los valores obtenidos por los alumnos de primer curso en comparación con los de cuarto curso. No son resultados significativos, pero podemos concluir que a mayor edad los resultados obtenidos serán igualmente mayores, ya que, tras realizar 3 fichas, en las 3 el alumnado de mayor edad obtuvo valores más altos. Esto se pudo observar desde el primer momento en el que las fichas fueron repartidos, donde los alumnos más pequeños preguntaban constantemente por el significado de alguna de las emociones como desprecio o ira, en cambio, los alumnos de cuarto lo realizaron sin realizar ninguna pregunta.

Al igual que en nuestro estudio, autores como Gómez-Garibello y Chaux, (2014) y Pulido y Herrera, (2015) estudian como la IE se ve influenciada por la edad de los sujetos, y, encontraron al llevar a cabo su investigación, que los individuos de edades superiores evidenciaron mayores niveles de IE. En su estudio evidencia una diferencia estadísticamente significativa en la IE a medida que la edad aumenta, obteniendo los mayores niveles en la edad adulta y los menores en la infantil. Es decir, la relación entre la edad y la IE es directamente proporcional, es mayor a mayor edad.

El estudio de Pulido y Herrera refuerzan nuestros resultados viéndose así que la edad es un factor importante al determinar la capacidad de los alumnos al identificar emociones. Una hipótesis podría ser debido a desarrollo madurativo del alumnado y la mayor adquisición de conocimiento, aun así, cabe remarcar que es una hipótesis y para establecerlo con fiabilidad se deberá de realizar otro estudio que tenga esto como objetivo.

- **Rendimiento académico**

En relación con el rendimiento académico, no se obtuvieron grandes diferencias en los resultados alcanzados por el alumnado con menor y mayor rendimiento. Aquellos con un rendimiento mayor alcanzaron valores de 8,96 frente al 8,32 de los de menor rendimiento. Se puede confirmar que aquellos que poseen mayores notas disponen de unos niveles mayores de IE, siendo elementos directamente proporcionales.

Esta relación entre el rendimiento y la IE queda recogida en numerosos estudios como los de Pulido y Herrera donde contando con 1186 participantes de los cuales 500 son hombres y 686 son mujeres. Los resultados guardan relación con los obtenidos en nuestro estudio, asegurando la relación entre el rendimiento académico y la IE, siendo la IE mayor a medida que se presentan calificaciones más altas. Además, los trabajos de Hanin y Van Nieuwenhoven (2016) llegan a la misma conclusión fortaleciendo los resultados anteriormente tratados.

Por otra parte, otros trabajos como los de Brouzos, Misailidi y Hadjimattheou (2014) quienes examinaron a un total de 105 alumnos con edades comprendidas entre 8 a 13 años, estudian la asociación entre la IE y el rendimiento académico en la infancia y contemplan la idea de que el rendimiento y la IE cuentan con una relación directamente proporcional, aunque esta relación se ve influenciada por la edad, observándose como en los alumnos más mayores existe esta relación, en cambio, en el alumnado más pequeños no.

En conclusión, los alumnos de mayor rendimiento académico suelen poseer un mayor nivel de IE, pero si tenemos en cuenta variables como la edad de los sujetos se ve como esta diferencia es mayor a medida que el alumnado es más mayor y menor e incluso inexistente con el alumnado más pequeño.

## 6.- CONCLUSIÓN

Para finalizar con lo propuesto, en este último apartado, presentaré las conclusiones finales de mi estudio.

En relación con la variable género, se llegó a la conclusión de que, tanto a la hora de manifestar emociones como de identificarlas, alumnos y alumnas obtuvieron valores prácticamente idénticos, no pudiendo establecer diferencias entre ellos. Estos resultados concuerdan con la idea que tenía previamente a la realización del trabajo, donde pensaba que en los únicos objetivos en los que se iban a obtener diferencias serían teniendo en cuenta las variables edad y rendimiento, de las que hablaremos luego.

Con respecto a la variable edad, se contempló como aquellos alumnos más mayores tenían un conocimiento mayor de las emociones, viéndose en los valores finales obtenidos. Pero, en las emociones desarrolladas los resultados, no presentaban tantas diferencias como yo pensaba antes de realizar el estudio. Los alumnos más pequeños mostraron mayores niveles en las emociones positivas y ambiguas, sin embargo, los alumnos más mayores, presentaron mayores niveles de emociones negativas, aunque, hay que mencionar, que a pesar de haber diferencias estas no son muy exageradas.

Por último, la variable rendimiento académico, demostró que si nos centramos en el grado de emociones manifestadas, esta no se presenta notables diferencias, a pesar de lograr el alumnado de mayor rendimiento valores inferiores en las emociones negativas y ambiguas. Centrándonos en las notas finales de la identificación emocional, si que se observan diferencias, alcanzando mayores puntuaciones aquellos con mejor rendimiento académico, pero esta desigualdad es menor a la esperada.

## 7.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antolín, L. (2015). Didáctica de la Educación física. El autocontrol de las emociones. Una experiencia en expresión corporal. *TANDEM*, 47, 7-15.
- Bar-On, F., Brown, J. M., Kirkcaldy, B. y Thome, E. (2000). Emotional expression and implications for occupational stress; an applicatyon of the Emotional Quotient Inventory (EQ-I). *Personality and Individual Differences*, 28, 1107-1118.
- Bericat, E. (2012). Emociones, *Sociopedia.isa*, 1-13
- Berra, E., Muñoz, S.I., Vega, C.Z., Rodríguez, A.S. y Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 37-57.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis.
- Brouzos, A., Misalidi, P., y Hadjimatheou, A. (2014). Associations Between Emotional Intelligence, Socio-Emotional Adjustment, and Academic Achievement in Childhood: The Influence of Age. *Canadian Journal of School Psychology*, 29, 2, 83–99.
- Candela, C., Barberá, E., Ramos, A., Sarrió, M. (2000). Inteligencia emocional y la variable género. *Revista electrónica de motivación y emoción*, 5, 10.  
<http://reme.uji.es/articulos/acandc2272105102/texto.html>
- Celeste, V. (2017). *Las emociones básicas de Paul Ekman*. Psicocode.  
<https://psicocode.com/psicologia/las-emociones-basicas-paul-ekman/>
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. [www.uv.es/~cholz](http://www.uv.es/~cholz)
- Ciarrochi, J., Chan, A. Y. C., y Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 31(7), 1105–1119. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00207-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00207-5)

Cuentos para crecer (2016). *La importancia de la Educación Emocional en el aula*.

<https://cuentosparacrecer.org/blog/la-importancia-de-la-educacion-emocional-en-el-aula/>

Dávila, M.A., Borrachero, A.B., Cañada, F., Martínez, M.G., y Sánchez, J. (2015). Evolución de las emociones que experimentan los estudiantes del grado de maestro en educación primaria, en didáctica de la materia y la energía. *Revista Eureka sobre Enseñanza y Divulgación de las Ciencias*, 12, 3, 550-564

Dawda, D., y Hart, S. (2000). Assessing emotional intelligence: reliability and validity of the Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-I) in university students. *Personality and Individual Differences*, 28(4), 797-812.

Decreto 26/2016 de 21 de julio, por la que se establece *el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León*, Boletín Oficial de Castilla y León, núm. 142, de 25 de julio de 2016, pp. 34588-34647.

Díaz, A. (2010). Teorías de las emociones. Innovación y experiencias educativas. *Revista digital*, 29,1-9.  
[https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Nu\\_mero\\_29/ALVARO\\_DIAZ\\_1.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Nu_mero_29/ALVARO_DIAZ_1.pdf)

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2002). La evaluación de la inteligencia emocional en el aula como factor protector de diversas conductas problema: violencia, impulsividad y desajuste emocional. En F. A. Muñoz, B. Molina y F. Jiménez (Eds.), *Actas del I Congreso Hispanoamericano de Educación y Cultura de Paz* (pp. 599-605). Granada: Universidad de Granada

Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R. y Ramos, N. (1999). The influence of emotional intelligence on the emotional adjustment in highschool students. *Bulletin of Kharkov State University*, 439 (1-2), 119-123



- Fuensanta, M., Alcaraz, V., Alonso, J. y Yuste, L. (2020). Intensidad emocional según el género en educación física: Situaciones motrices de cooperación-oposición con victoria. *Digitum*, 1-4.
- Gelpi, P., Romero-Martín, M. R., Mateu, M., Rovira, G., y Lavega, P. (2014). La educación emocional a través de las prácticas motrices de expresión. Perspectiva de género. *Educatio Siglo XXI*, 32(1), 49-70.
- Gilar-Corbi, R., Pozo-Rico, T. y Castejón-Costa, L. (2019). Desarrollando la inteligencia emocional en educación superior: evaluación de la efectividad de un programa en tres países. *Educación XX1*, 22, 1, 161-187,  
<http://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/19880>
- Gómez-Garibello, C., Y Chau, E. (2014). Agresión relacional en preescolar: variables cognoscitivas y emocionales asociadas. *Universitas Psychologica*, 13(2), 565-574.  
doi:10.11144/Javeriana.UPSY13-2.arpv
- Gutiérrez, L., Fontenla, E., Cons, M., Rodríguez, J.E. y Pazos, J. M<sup>a</sup>. (2017). Mejora de la autoestima e inteligencia emocional a través de la psicomotricidad y de talleres de habilidades sociales. *Sportis Sci J*, 3 (1), 187-205.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5785836>
- Guzman G. (2021). *La teoría del feedback facial: gestos que crean emociones*. Psicología y mente. <https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-feedback-facial>
- Hanin, V., y Van Nieuwenhoven, C. (2016). The influence of motivational and emotional factors in mathematical learning in secondary education. *European Review of Applied Psychology / Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 66(3), 127–138. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2016.04.006>

- Lavega, P., Alonso, J., Rodríguez, J. (2012). *Emociones, género y competición*. IV Congreso Universitario Nacional "Investigación y Género", Sevilla, España
- Lavega, P., Rodríguez, J. P., Alonso, J.I., Araujo, P., Etxebeste, J., Jaqueira, A. R., Lagardera, F. y March, J. (2011). Incidencia de la perspectiva de género en la clase de educación física: juegos deportivos y emociones. IX Congreso Internacional sobre la Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar, Ceuta, España.
- Liau, A. K., Liau, A. W. L., Teoh, G. B. S., Liau, M. T. L. (2003). The Case for Emotional Literacy: the influence of emotional intelligence on problem behaviours in Malaysian secondary school students. *Journal of Moral Education*, 32 (1), 51- 66.
- Lopes, P. N., Salovey, P. y Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35 (3), 641-658.
- Petrides, K. V., Frederickson, N. y Furnham, A. (2004). The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school. *Personality and Individual Differences*, 36 (2), 277-293.
- Pulido, F., y Herrera, F. (2017). La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico. *Ciencias Psicológicas*, 11(1), 29 - 39.
- Rachael, E., Oliver, G.B., Philippe, G. (2014). Dynamic Facial Expressions of Emotion Transmit an Evolving Hierarchy of Signals over Time. *Current Biology*.  
<https://doi.org/10.1016/j.cub.2013.11.064>
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española*, 23.ª ed., [versión 23.4 en línea]. <https://dle.rae.es>













Ruano K. (2004). *La influencia de la expresión corporal sobre las emociones: un estudio experimental* [Tesis doctoral, Universidad politécnica de Madrid], 183-184.  
[http://oa.upm.es/451/1/KIKI\\_RUANO\\_ARRIAGA.pdf?](http://oa.upm.es/451/1/KIKI_RUANO_ARRIAGA.pdf?)

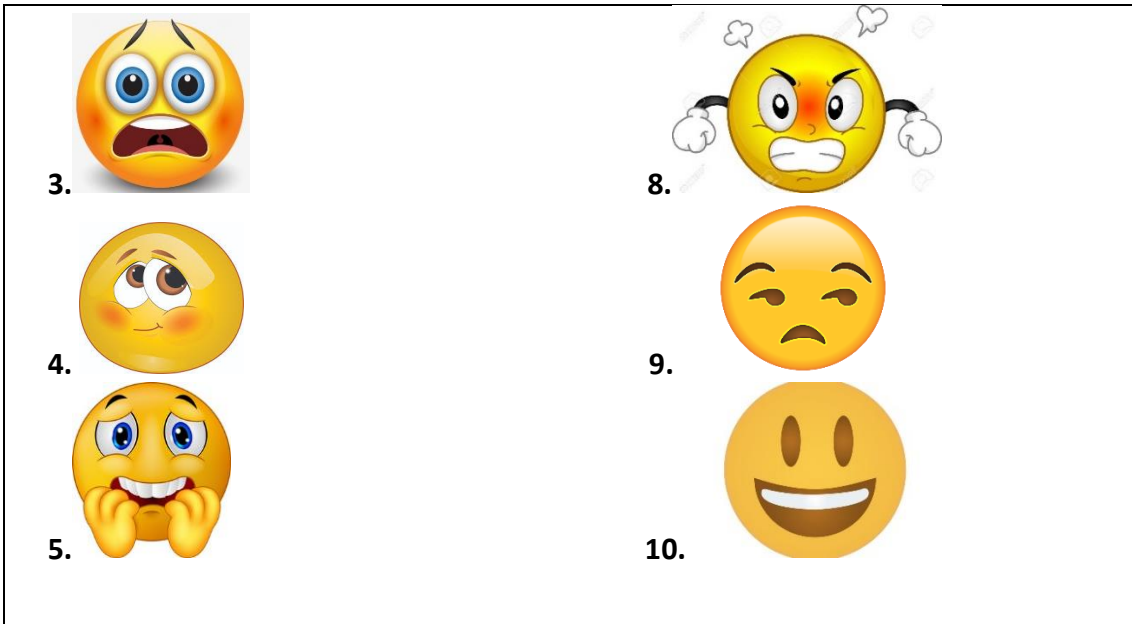
Solano, G. (21 de junio de 2013). *Las emociones. La teoría de James- Lange*. IPSICÓLOGO  
<http://ipsicologo.com/2013/06/las-emociones-la-teoria-de-james-lange.html>

Vivas M., Gallego D. y González B. (2007). *Educación de las emociones*. Dykinson.

## 8.- ANEXOS

### Anexo I

FICHA EMOCIONAL																
Clase:	Nombre y apellidos:	Edad:														
<p><b>Escribe el número de cada dibujo al lado de su emoción correspondiente.</b></p> <table><tbody><tr><td>- Alegría</td><td>- Asco</td></tr><tr><td>- Amor</td><td>- Vergüenza</td></tr><tr><td>- Miedo</td><td>- Ansiedad</td></tr><tr><td>- Ira</td><td>- Desprecio</td></tr><tr><td>- Tristeza</td><td>- Placer</td></tr></tbody></table> <table><tbody><tr><td>1. </td><td>6. </td></tr><tr><td>2. </td><td>7. </td></tr></tbody></table>			- Alegría	- Asco	- Amor	- Vergüenza	- Miedo	- Ansiedad	- Ira	- Desprecio	- Tristeza	- Placer	1. 	6. 	2. 	7. 
- Alegría	- Asco															
- Amor	- Vergüenza															
- Miedo	- Ansiedad															
- Ira	- Desprecio															
- Tristeza	- Placer															
1. 	6. 															
2. 	7. 															



SITUACIONES DE LA VIDA		
Clase:	Nombre y apellidos:	Edad:
<p>Rodea la opción correcta de las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>¿Qué sientes si te toca la lotería?           <ol style="list-style-type: none"> <li>Desprecio</li> <li>Alegría</li> <li>Tristeza</li> </ol> </li> <li>¿Qué sientes cuando un compañero te gana a un juego haciendo trampas?           <ol style="list-style-type: none"> <li>Ira</li> <li>Placer</li> <li>Amor</li> </ol> </li> <li>¿Qué sientes al marcar el gol que le da la victoria a tu equipo?           <ol style="list-style-type: none"> <li>Vergüenza</li> <li>Amor</li> <li>Alegría</li> </ol> </li> <li>¿Cómo te encontrarías si un amigo se hace daño?           <ol style="list-style-type: none"> <li>Triste</li> <li>Enamorado</li> <li>Avergonzado</li> </ol> </li> <li>¿Qué sientes cuando tienes muchos deberes que hacer y no tienes tiempo?           <ol style="list-style-type: none"> <li>Vergüenza</li> <li>Amor</li> <li>Ansiedad</li> </ol> </li> <li>¿Qué sientes cuando te dan un masaje?           <ol style="list-style-type: none"> <li>Placer</li> <li>Alegría</li> <li>Desprecio</li> </ol> </li> <li>¿Qué sientes cuando abres un plátano y está podrido?</li> </ol>		

- A. Ansiedad
  - B. Asco
  - C. Placer
- 8. ¿Qué sientes si te tiras un pedo en clase?**
- A. Alegría
  - B. Vergüenza
  - C. Ira
- 9. ¿Qué emoción sientes si te pierdes en el bosque de noche?**
- A. Desprecio
  - B. Asco
  - C. Miedo
- 10. ¿Qué sientes cuando estás con tu familia?**
- A. Amor
  - B. Asco
  - C. Tristeza

## Anexo II UNIDAD DIDÁCTICA

# CUERPO EMOCIONAL



Alumno: Leandro del Río Almajano

Tutor de prácticum: Jose Luis Aparicio Herguedas

Tutor de Centro: Carlos González Sáiz

### **Introducción y Justificación**

El motivo por el que realizo esta UD es para que los alumnos comprendan la importancia de la expresión emocional en nuestra vida, así como el saber identificar las emociones para poder comprender los estados anímicos de los demás y adaptar sus conductas en función de ello.

### **Contexto**

El centro donde voy a realizar mi UD es el colegio Jesús y María, un colegio concertado situado en la plaza Santa Cruz muy cerca del centro.

El hecho de trabajar mi UD con alumnos de primero y de cuarto voy a disponer de diferentes instalaciones para llevar a cabo las sesiones, ya que, los alumnos de primero cuentan con un gimnasio diferente a los alumnos de cuarto. El gimnasio de los alumnos de primero es un poco más pequeño y con menos material que los alumnos de cuarto, pero, aun así, dispone de todos los materiales necesarios para elaborar las sesiones. Además, ambos comparten las zonas exteriores como el patio del colegio, un espacio de gran amplitud para desarrollar cualquier tipo de actividad.

### **Objetivos didácticos.**

- Reconocer las emociones propias o ajenas desarrolladas en los cuerpos.

- Identificar movimientos corporales relacionándolos con emociones
- Controlar nuestro cuerpo al expresar distintos tipos de emociones
- Aprender a expresar emociones con nuestro cuerpo

### Competencias claves

La UD establece una relación con algunas de las 7 competencias clave, tratadas en la Orden ECR/65/2015 (Comunicación lingüística, Matemática, Digital, Aprender a aprender, Sociales y cívicas, Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor, Conciencia y expresiones culturales)

Competencias clave	Competencias clave relacionadas con la UD
Comunicación lingüística	X
Matemática	
Digital	
Aprender a aprender	X
Sociales y cívicas	X
Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	X
Conciencia y expresiones culturales	

En esta UD se trabajan de manera involuntaria varias de ellas, como son, la competencia lingüística, la competencia de aprender a aprender, la competencia de sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor, y, por último, la competencia social y cívica que ahora hablaremos de ella en especial.

A través de la competencia en comunicación lingüística se valora la importancia del uso de la lengua para comunicarnos con nuestros compañeros y exponer ideas.

Con la competencia de aprender a aprender pretendemos que los alumnos sientan interés por iniciar nuevos aprendizajes e insistir en él, trabajando individual o colectivamente para lograr los objetivos propuestos.

Por último, con la competencia de sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor, se quiere conseguir que los alumnos sean capaces de exponer sus ideas para poder convertirlas en actos. Esta competencia es de especial interés debido a que desarrolla en gran medida la creatividad de los alumnos, pudiendo exponer ideas acerca de posibles actividades a realizar en la UD.

Tras mencionar estas competencias, hay que resaltar que nuestra UD especialmente va dirigida a potenciar la competencia social y cívica que se estructura en tres apartados: conocimientos, capacidades y actitudes.

Respecto a los conocimientos, presta atención a la organización de trabajo. Esto se puede ver en nuestras sesiones debido a que todo sigue un orden y una estructuración, que luego, los alumnos, lo llevan a cabo permitiendo un correcto funcionamiento y desarrollo de las actividades. Otro aspecto importante, es la igualdad y la no discriminación entre hombre y mujeres, para ello, se transmitió la importancia de las relaciones con terceros y su participación conjunta en todo tipo de actividades realizadas, evitando la exclusión de cualquier sujeto. Dentro de las actividades, le doy mucha importancia a que alumnos y alumnas compartan momentos de juego, castigando todo tipo de discriminación y promoviendo la igualdad tanto entre hombres y mujeres como entre grupos étnicos o culturales.

Esto se vio reflejado en cada actividad que requiriese grupos, ya que se les pidió a los alumnos que se agrupasen ellos sin tener en cuenta el sexo, cultura... Al principio, se podía observar agrupamientos entre amigos o exclusiones debido al sexo o habilidades físicas, sin embargo, tras realizar varias sesiones y remarcar en todas ellas la importancia de que haya diversidad en los grupos, se pudo contemplar el cambio en los grupos.

Además de lo mencionado anteriormente, las sesiones también se destinan a procurarse por un estado de salud física y mental óptimo. Al principio de la UD se realizó una charla



sobre la importancia del ejercicio físico y una dieta saludable, teniendo en cuenta tanto la salud física como la salud mental.

De acuerdo con la competencia social y cívica, en relación con las capacidades, habla sobre la comunicación en distintos entornos sociales y culturales, mostrar tolerancia y expresar y comprender puntos de vista diferentes. Mientras que algunas de las actividades realizadas ya se encuentran programadas, otras, son a elección de los alumnos, proponiendo varios juegos y eligiendo ellos el que más les guste. Al principio se observaba cómo algunos de ellos se cabreaban con otros compañeros por opinar diferente y acabar jugando al juego que ellos no querían, no obstante, a lo largo de las sesiones se notó una mejora respecto a la forma de comunicarse democráticamente, llegando todos ellos a una opinión conjunta evitando aquellos cabreos que ocurrían en las primeras sesiones.

Al igual que la comunicación, la participación democrática es esencial. En nuestras sesiones, al establecer los equipos, algunas veces son realizados por los propios alumnos. Estos dialogan y participan de forma democrática, para llegar a un entendimiento, teniendo siempre en cuenta la no discriminación por el sexo, cultura o etnia.

Por último, en cuanto a las actitudes, nuestras sesiones se relacionan con un comportamiento de respeto entre compañeros, hablando los problemas que surgen de manera civilizada y tratando de comprender a nuestro compañero para poder llegar a un entendimiento.

## **Contenidos**

### Conceptuales

- Conocimiento las emociones más habituales y sus características.
- Relación de las emociones con las expresiones corporales.
- Descubrimiento que tienen las emociones en el sujeto.

### Procedimentales

- Aprendizaje de los rasgos para identificar emociones.
- Aplicación de movimientos para llevar a cabo las actividades.

### Actitudinales

- Actitud de respeto hacia las realidades corporales y los niveles de competencia motriz de los compañeros.
- Confianza en sí mismo.
- Esfuerzo y predisposición en las actividades realizadas.
- Actitud de superación ante posibles dificultades.
- Prestación de ayuda y respeto hacia los compañeros.

### **Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Estándares de aprendizaje</b>
1. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo e implicarse en el grupo para la comunicación de ideas, sentimientos y representación de personajes e historias, reales o imaginarias.	1.1. Representa personajes, situaciones, ideas y sentimientos, utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos  1.3. Comprende mensajes corporales expresados por sus compañeros.
2. Reproducir corporalmente estructuras rítmicas sencillas.	2.2. Reproduce composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos

	expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales
--	--

### **Metodología**

La necesidad de hacer uso de una correcta metodología se ve reflejada en aspectos como por ejemplo la participación de todos los alumnos o la atención a la diversidad. De ahí que sea esencial planificar adecuadamente las sesiones para evitar problemas de cualquier tipo.

Mi UD se va a basar en varias sesiones donde utilizaré en todas ellas una metodología similar. El objetivo, además de todos los mencionados anteriormente, es lograr la inclusión de todos y cada uno del alumnado. Es por eso, que la UD partirá de habilidades muy simples en las que todos los alumnos pueden participar y mejorar, para luego ir aumentando su dificultad, es decir, trabajar la UD de forma progresiva. Al empezar desde algo tan básico, nos permitirá observar aquellos alumnos que poseen algún tipo de complicación para así poder actuar en ellos.

Antes de comenzar todas las sesiones, los alumnos dejan el material en la zona limpia del gimnasio y se colocan en círculo manteniendo distancia entre ellos y el delegado o delegada irá repartiendo gel hidroalcohólico a todos los alumnos para que se desinfecten las manos.

Una vez desinfectados, comienza la sesión, que suele partir de una breve explicación sobre aquello que van a realizar. Mi actuación se centra en desarrollar en los alumnos

diferentes tipos de emociones. Para ello, haré uso de juego que produzca a los alumnos sentimientos de alegría, tristeza, rabia, miedo...

Al finalizar la sesión, se vuelven a colocar todos en círculo y se les reparte una hoja en donde deberán de baremar las emociones sentidas, esta hoja me servirá para observar si se corresponden con las desarrolladas durante la sesión. Además, realizaremos de forma conjunta una reflexión sobre las actividades realizadas, donde les realizaré preguntas de interés para mi estudio. Una vez realizada la reflexión, la delegada reparte gel hidroalcohólico a todos los alumnos y nos volvemos a nuestro aula de referencia.

Para gestionar las sesiones de los alumnos, hice uso de una metodología educativa llamada "mando directo", donde marcaba las actividades a realizar y los objetivos a conseguir y los alumnos las llevaban a cabo, teniendo como fin la consecución de los objetivos de cada una de las sesiones.

### **Técnicas e instrumentos de evaluación**

Los instrumentos para evaluar a los alumnos serán en mayor medida 3; observación directa, producciones de los alumnos y ficha teórica.

Con la observación directa lo que queremos obtener son datos diarios acerca de la evolución de los alumnos a lo largo de las sesiones y tomar nota de aquellos aspectos más interesantes para mi estudio. Gracias a esta observación, podremos ver el progreso de los alumnos a lo largo de la UD, siendo fundamental tomar notas de ello al finalizar cada sesión para evitar perder información.

Una vez finalizadas las sesiones, se pedirá a los alumnos que rellenen un cuestionario acerca del grado de presencia de las emociones sentidas a lo largo de las actividades. Este baremo nos servirá para observar si las emociones desarrolladas en ellos están en concordancia con las queridas desarrollar en la práctica. En ocasiones, se les podrá pedir que representen las emociones que creen que han sentido otros compañeros en determinadas situaciones. Para comprobar que no se realiza al azar, una de las sesiones se realizará dos veces para comprobar que los resultados son similares en ambas sesiones. Una vez obtenidos todos los valores, se hará una media de todas las sesiones

para obtener el promedio respecto al desarrollo de emociones positivas, negativas y ambiguas clasificándolos según el género, edad y rendimiento académico.

Como último instrumento principal de evaluación, nos encontramos las fichas acerca de la identificación de las emociones, que serán repartidas en 3 de las sesiones. La primera ficha entregada consistirá en relacionar emoticonos con sus emociones, la segunda deberán identificar las emociones representadas por sus compañeros y, para finalizar, la ficha final consistirá en relacionar situaciones de la vida cotidiana con su emoción correspondiente. Con todas estas fichas, al final haré una media de los resultados obtenidos teniendo en cuenta el género, edad y rendimiento académico.

A mayores, grabaré conversaciones con los alumnos, a quienes realizaré preguntas, y cuyas respuestas también servirán para sacar conclusiones a la hora de elaborar los resultados.

#### **SESIONES UD**

<b>SESIÓN 5</b>	<b>LECCIÓN: EMOCIONES</b>
Alumnos y alumnas de 1º y 4º curso de Educación Primaria (6-7 años y 9-10 años)	Leandro del Río
<b>OBJETIVOS</b>	<b>RECURSOS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descubrir el conocimiento de los alumnos acerca de las emociones.</li> <li>• Desarrollar variedad de emociones.</li> <li>• Identificar las emociones desarrolladas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolígrafo</li> <li>• Pelotas</li> </ul>
<b>ACTIVIDADES DE LA LECCIÓN</b>	
Una vez que el alumnado llega al gimnasio se echan gel hidroalcohólico para desinfectarse las manos.	

**Parte principal:**

Circuito. Los alumnos tendrán que desarrollar varias postas, con las que se pretende en cada una desarrollar una emoción. Empezarán por la primera posta hasta llegar a la última. El circuito está formado por 5 postas en la que se trabajaran:

- La alegría, donde realizarán un juego que hayan elegido ellos el día anterior. (Juego de las sillas con música)
- La ira, permitiendo a los alumnos, en el juego de los polis y cacos, jugar sin reglas. (El juego del cazador)
- El miedo: por parejas, uno de ellos se deberá de dejar caer de espaldas y su otro compañero lo tiene que coger antes de que caiga al suelo.
- Asco: Adivina lo que tocas. Un alumno, con los ojos vendados, tocará una parte del cuerpo de su compañero y deberá de adivinar que parte está tocando.
- El placer, con las mismas parejas, se prestará una pelota a cada pareja y deberán de dar un masaje a su compañero.

**Vuelta a la calma:**

Reflexión acerca de las emociones vividas durante la sesión y elaboración de la ficha sobre las emociones desarrolladas en la sesión.

Al finalizar la sesión, el alumnado se echa gel hidroalcohólico para desinfectarse las manos.

**EVALUACIÓN**

A través de la evaluación, hacemos un trabajo de contrastación en el cual comprobamos si los objetivos planteados se cumplen siguiendo los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje posteriormente planteados. Los métodos empleados para evaluar son los siguientes:

- **Observación directa:** el profesorado, a lo largo de la lección, observan y recopilan información sobre el desarrollo de las actividades.

- **Ficha teórica:** Se corregirá la ficha aportada por los alumnos para saber el grado de conocimiento de los alumnos respecto a las emociones y su identificación.
- **Producciones de los alumnos:** se revisará las fichas de emociones realizadas por los alumnos para observar si se corresponden con las queridas desarrollar en ellos.
- **Feedback final:** a través de una reflexión final se expondrán propuestas de mejora, conflictos surgidos, etc.