



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

TRABAJO FIN DE GRADO

*LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL AULA DE EDUCACIÓN
INFANTIL*

UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA SU MEJORA



Autora: Clara Martín Otero

Tutor académico: José María Arribas Estebaranz

Curso: 2022-2023

RESUMEN

El hombre es un “animal social” que se realiza, necesariamente, en comunión con los demás. Las *habilidades sociales* son aquellas estrategias que facilitan la convivencia diaria. Las habilidades sociales se pueden y se deben aprender y, por lo tanto, se pueden y se deben enseñar; constituyen una dimensión inexcusable de la formación integral.

El presente Trabajo de Fin de Grado pretende profundizar sobre dicho concepto, concienciando y sensibilizando al profesorado acerca de la importancia de su implementación en el aula. Por ello, ofrecemos una propuesta de intervención con la que pretendemos conocer, analizar y mejorar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales del alumnado de Educación Infantil, proponiendo actividades para el desarrollo de cada una de las cuatro habilidades fundamentales: *la identificación y expresión de las emociones propias y ajenas, la asertividad, la escucha activa y la autoestima.*

PALABRAS CLAVE

Habilidades sociales, mejora, relación interpersonal, Educación Infantil

ABSTRACT

Man is a "social animal" who is necessarily in communion with others. Social skills are those strategies that facilitate daily coexistence. Social skills can and should be learned and, therefore, can and should be taught; they constitute an essential dimension of integral education.

This Final Degree Project aims to explore this concept in depth, raising awareness and sensitising teachers to the importance of its implementation in the classroom. Therefore, we offer an intervention proposal with which we intend to know, analyse and improve the level of development of the social skills of Early Childhood Education students, proposing activities for the development of each of the four fundamental skills: the identification and expression of their own and other people's emotions, assertiveness, active listening and self-esteem.

KEY WORDS

Social skills, improvement, interpersonal relationships, Early Childhood Education

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	1
2. OBJETIVOS.....	2
3. JUSTIFICACIÓN	3
3.1 Justificación académica y personal	3
3.2 Relación con las competencias del título	3
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	6
4.1 Definición y clasificación del concepto de <i>habilidades sociales</i>	6
4.1.1 Clasificación de las habilidades sociales.....	7
4.2 Características de las habilidades sociales	8
4.3 El aprendizaje de las habilidades sociales y su importancia en el aula	9
4.4 La inteligencia emocional	10
4.5 La asertividad y la escucha activa	12
4.6 La autoestima	14
5. METODOLOGÍA	17
5.1 Fase documental.....	17
5.2 Fase exploratoria	18
5.3 Fase analítica	18
6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	19
6.1 Introducción	19
6.2 Contexto y entorno donde se desarrolla la propuesta.....	19
6.3 Objetivos	20
6.4 Contenidos.....	21
6.5 Metodología	21
6.6 Temporalización	22
6.7 Actividades de la propuesta.....	25
6.8 Evaluación.....	34
6.9 Exposición de los resultados de la propuesta y alcance de los mismos	35
7. CONCLUSIONES.....	39
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
ANEXOS	45

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	7
Clasificación de las habilidades sociales.....	7
Tabla 2.	15
Pilares de la Autoestima	15
Tabla 3.	23
Cronograma de las sesiones	23
Tabla 4.	23
Resumen de las categorías observables.....	23
Tabla 5.	24
Escala de habilidades sociales.....	24
Tabla 6.	25
Cuadro-resumen de las sesiones y de sus actividades	25
Tabla 7.	26
Cuadro de la sesión 1 desarrollada.....	26
Tabla 8.	28
Cuadro de la sesión 2 desarrollada.....	28
Tabla 9.	29
Cuadro de la sesión 3 desarrollada.....	29
Tabla 10.	32
Cuadro de la sesión 4 desarrollada.....	32
Tabla 11.	48
Escala de satisfacción del alumnado con las sesiones.....	48
Tabla 12.	49
Escala de observación del alumnado en la sesión 1	49
Tabla 13.	51
Escala de observación del alumnado en la sesión 2	51
Tabla 14.	53
Escala de observación del alumnado en la sesión 3	53
Tabla 15.	54
Test de autoestima	54
Tabla 16.	56
Escala de observación del alumnado en la sesión 4	56

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO I.....	45
ANEXO II.....	46
ANEXO III.....	47
ANEXO IV.....	48
ANEXO V.....	49
ANEXO VI.....	50
ANEXO VII.....	51
ANEXO VIII.....	52
ANEXO IX.....	53
ANEXO X.....	54
ANEXO XI.....	55
ANEXO XII.....	56
ANEXO XIII.....	57
ANEXO XIV.....	61
ANEXO XV.....	66
ANEXO XVI.....	68
ANEXO XVII.....	71
ANEXO XVIII.....	73
ANEXO XIX.....	75

1. INTRODUCCIÓN

Las habilidades sociales están presentes en la vida del alumnado; son un elemento imprescindible en sus relaciones interpersonales. Los niños, como seres humanos, son por definición, seres sociales; viven en una sociedad en la que deben participar y convivir con congéneres. De esta manera, como dice Caballo (2007), la infancia es una etapa decisiva para el desarrollo de las habilidades sociales. Por ello, dichas habilidades deberían trabajarse desde edades tempranas, ya que se adquieren a través del aprendizaje.

Es en ese momento donde entra en juego la escuela, ya que es un lugar esencial para que se produzca este aprendizaje. Así lo confirman Betina & Contini (2011) quienes plantean que

la escuela es un ámbito privilegiado para el aprendizaje de habilidades sociales, siempre y cuando este contexto pueda proporcionar experiencias positivas para adquirir comportamientos sociales, ya que se aprende de lo que se observa, experimenta y de los refuerzos que se obtienen en las relaciones interpersonales. (p. 161)

De esta manera, trabajar las habilidades sociales en el aula de Educación Infantil va a proporcionar al alumnado una serie de actitudes, estrategias...para mejorar el desarrollo de varias habilidades sociales lo que va a influir de manera satisfactoria en su desarrollo integral.

Por tanto, en el presente Trabajo Fin de Grado se ha abordado el tema de la mejora del desarrollo de las habilidades sociales del alumnado en el aula de Educación Infantil.

Comenzamos este trabajo exponiendo los objetivos generales y específicos que pretendemos alcanzar. Exponemos a continuación las razones personales y académicas que justifican la elección del tema, así como las competencias del título de maestro en Educación Infantil que se podían trabajar a través de la elaboración de este trabajo.

Posteriormente, pasamos a la fundamentación teórica elaborada a través de la revisión de diferentes fuentes bibliográficas que tratan las habilidades sociales. Primeramente, llevamos a cabo un apartado donde definimos el concepto de habilidades sociales, así como su clasificación. Seguidamente tratamos las características. En un tercer apartado planteamos el aprendizaje de las habilidades sociales y su importancia en el aula y, por último, tratamos cada una de las habilidades sociales que se van a trabajar en la propuesta de intervención de este proyecto: la asertividad, la inteligencia emocional, la escucha activa y la autoestima.

A continuación, precisamos la metodología utilizada para la elaboración de este trabajo, sus características, las diferentes fases que se han seguido y las herramientas utilizadas.

Más tarde, diseñamos la propuesta de intervención que implementaremos en un aula de Educación Infantil para trabajar el tema propuesto, las habilidades sociales. En dicha propuesta de intervención, primero ofrecemos una introducción y una descripción del contexto y el entorno del centro y del alumnado donde se desarrolla dicha propuesta. Posteriormente, plantearemos los objetivos, tanto generales como específicos de cada sesión que se pretenden alcanzar, así como los contenidos, la metodología y la temporalización. Seguidamente, proponemos las diferentes sesiones con las actividades que se quieren implementar con esta propuesta, los criterios, los instrumentos y las técnicas de evaluación que se van a utilizar para cada sesión. Después, plantearemos un apartado de evaluación donde de manera general se expondrá el modelo de evaluación y, por último, expondremos los resultados de la propuesta y su alcance.

Por último, en las conclusiones expondremos el grado de consecución de los objetivos previstos en el trabajo, así como una conclusión personal y las oportunidades y limitaciones que hemos observado durante la elaboración de este Trabajo Fin de Grado.

2. OBJETIVOS

Los objetivos, tanto generales como específicos, que se pretenden lograr con este Trabajo de Fin de Grado son los que se presentan a continuación:

- Objetivo general:

Elaborar e implementar una propuesta útil y viable en un aula de Educación Infantil, con el fin de mejorar las Habilidades Sociales del alumnado.

- Objetivos específicos:
 - Conocer las Habilidades Sociales, su clasificación y sus características.
 - Profundizar en el conocimiento de las habilidades sociales elegidas, inteligencia emocional, asertividad, escucha activa y autoestima, para trabajarlas en la propuesta de intervención que aparece en este trabajo.
 - Destacar la importancia de trabajar las habilidades sociales en un aula de Infantil.
 - Presentar a otros docentes y al alumnado actividades, recursos y herramientas útiles para el desarrollo de sus habilidades sociales.

3. JUSTIFICACIÓN

3.1 Justificación académica y personal

La elección del tema de este trabajo, las habilidades sociales en el aula de Educación Infantil, se debe principalmente a su relevancia para la educación, puesto que como hemos detallado en la fundamentación teórica, trabajarlas en el aula de Educación Infantil posee una gran variedad de beneficios para el alumnado.

Las habilidades sociales y su vínculo con las relaciones interpersonales mejoran la calidad de vida del alumnado, por lo que trabajarlas en el aula a través de actividades e intervenciones de calidad, innovadoras y motivadoras favorecerá el desarrollo óptimo de los alumnos y alumnas.

Además, esta propuesta de intervención elaborada a partir de una revisión de estudios, libros, artículos relacionados con el tema, es viable, por lo que puede ser utilizada por otros docentes en sus aulas a fin de trabajar y mejorar las habilidades sociales de sus alumnos y alumnas.

Si el alumnado desarrolla estas habilidades, también desarrollará una serie de estrategias, recursos... que le serán útiles para desenvolverse de manera adecuada en la sociedad que le ha tocado vivir donde tendrá que relacionarse con otras personas. Estas habilidades, la inteligencia emocional, la escucha activa, la asertividad, la autoestima y la resolución de conflictos trabajan aspectos importantes dentro de la vida del alumnado.

Un buen desarrollo de estas habilidades supondrá un buen desarrollo del alumnado en diferentes ámbitos de su vida. Por tanto, considero realmente importante que se trabajen estas habilidades sociales en el aula y, más concretamente, en el de Educación Infantil. De esta manera, cuanto más pronto se empiecen a trabajar, más oportunidades tendrán de perfeccionarlas a lo largo de los años.

3.2 Relación con las competencias del título

Para la realización de este Trabajo de Fin de Grado se han revisado tanto las competencias generales como las específicas del Grado en Educación Infantil reguladas por el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, *por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales*, así como la ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, *por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil*.

Las **competencias generales** son las que aparecen a continuación:

1.- Adquirir conocimiento y comprensión para la aplicación práctica de aspectos principales de terminología educativa, características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo; así como,

objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el currículum de Educación Infantil, principios y procedimientos empleados en la práctica educativa, principales técnicas de enseñanza-aprendizaje y fundamentos de las principales disciplinas que estructuran el currículum de Infantil.

Se ha trabajado esta competencia a través de la elección de un grupo de alumnos y alumnas, en este caso, de 3º de Educación Infantil con el que implementar la propuesta de intervención que aparece recogida en este trabajo. Para ello, se han tenido en cuenta las diferentes características del alumnado para poder adaptar nuestras actividades, recursos, objetivos, evaluación...a sus necesidades. Además, también se han considerado las leyes de educación vigentes para aportar los contenidos y criterios de evaluación a partir de los recogidos en dichas leyes. Por tanto, todos estos aspectos se pueden apreciar en los diferentes apartados de este Trabajo de Fin de Grado.

2.- Desarrollar habilidades que formen al estudiante para ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje, ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos y, por último, ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos, principalmente mediante procedimientos colaborativos.

Esta competencia se ha trabajado a través de la revisión bibliográfica de diferentes documentos como libros y artículos de investigación efectivos y de calidad con el fin de poder planificar y elaborar una adecuada propuesta de intervención. Además, para crear las diferentes actividades y tareas que componen dicha propuesta, se ha tenido en cuenta el contexto educativo donde se iba a poner en práctica para adaptarse a él y conseguir los resultados deseados. Asimismo, los problemas que hayan surgido durante la elaboración e implementación de la propuesta se han resuelto a través del diálogo y la colaboración de las partes implicadas, lo cual se puede ver reflejado en el diario de la docente y en el apartado de limitaciones y mejoras del TFG.

3.- Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.

Durante toda la elaboración de este Trabajo de Fin de Grado, se ha reflexionado sobre la práctica educativa para poder entender su fin, el desarrollo integral del alumnado todo lo que sus capacidades le permitan, y tenerlo presente a la hora de crear toda nuestra propuesta de intervención.

4.- Desarrollar habilidades que formen al estudiante para: a) La capacidad para iniciarse en actividades de investigación. b) El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.

Se trabaja esta competencia a través de la elaboración de esta propuesta donde se ha investigado sobre su tema principal y cómo trabajarlo en un aula de Educación Infantil. Además, todas las

actividades y estrategias se han pensado, buscado y creado para atraer y motivar al alumnado, por lo que son creativas, dinámicas y, sobre todo, efectivas, pues se han revisado libros y artículos de investigación donde se hubieran llevado a cabo intervenciones de éxito para escoger actividades que supiéramos que funcionan en el aula.

5.- Desarrollar la capacidad de analizar críticamente y reflexionar sobre la necesidad de eliminar toda forma de discriminación, directa o indirecta, en particular la discriminación contra la mujer, la derivada de la orientación sexual o la causada por una discapacidad.

La propuesta de intervención que aparece reflejada en este trabajo tiene como base incluir a todo el alumnado en las diferentes actividades que se llevan a cabo con el fin de que todos los alumnos y alumnas, sin discriminación alguna, desarrollen y mejoren sus habilidades sociales a través de dicha propuesta.

Con respecto a las **competencias específicas** de la mención de “Expresión y comunicación artística y motricidad” relacionadas con este TFG planteamos las siguientes:

3. Ser capaz de utilizar el juego como recurso didáctico, así como diseñar actividades de aprendizaje basadas en principios lúdicos.

Las diferentes actividades que se plantean en esta propuesta de intervención tienen como base el juego, ya que consideramos esencial que dichas actividades sean lúdicas, dinámicas y que susciten la atención del alumnado. De esta forma, este último se sentirá más motivado e interesado en la temática que trabajan las distintas actividades.

9. Capacidad de analizar la calidad de la práctica docente realizada, enfocada a un proceso de reflexión y mejora sistemática de la misma, en las diferentes áreas de expresión.

A través de la evaluación de las diferentes actividades elaboradas en la propuesta de intervención de este trabajo basada en los resultados obtenidos de la puesta en práctica de dichas actividades, se ha reflexionado, extraído una serie de conclusiones y aportado varias mejoras de la implementación.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 Definición y clasificación del concepto de *habilidades sociales*

Comenzaremos este marco teórico definiendo el concepto de *habilidades sociales* (HHSS).

Según Cáceres & Hinojo (2005) las habilidades sociales “son unas habilidades para convivir con otras personas, a través de las cuales, se emiten comportamientos sociales adecuados. Los mismos que no son debidos al mero sentido común y un poco de intuición, sino que estas habilidades son aprendidas” (p. 64).

Por tanto, estas habilidades deben ser enseñadas y trabajadas en la escuela para que el alumnado las adquiriera. De esta manera, para favorecer la adquisición y el desarrollo de las habilidades sociales hay que tener en cuenta como plantean Cáceres & Hinojo (2005):

- Es necesario ofrecer un modelo adecuado desde las primeras etapas de la vida.
- Valorar, ir reforzando las conductas positivas que manifiesta el niño.
- Ayudar a utilizar un pensamiento divergente, potenciando la búsqueda de soluciones alternativas a los diversos problemas sociales.
- Proporcionar situaciones variadas de aprendizaje social. (p. 67)

De igual manera, Roca (2007) define las habilidades sociales como un conjunto de hábitos que permiten a las personas comunicarse y relacionarse entre ellas de manera eficaz y satisfactoria, encontrarse en bienestar y alcanzar las metas y objetivos sin que otras personas lo impidan.

También, Sheridan (1995) apunta que las habilidades sociales son los comportamientos que posibilitan al niño la interacción con sus iguales y entorno de una manera socialmente adecuada.

Por otro lado, Orts (2015) nos habla de un concepto propio de las habilidades sociales:

El conjunto de capacidades para emitir conductas eficaces en situaciones interpersonales con la finalidad de obtener respuestas gratificantes de los demás. El carácter plural del término indica que se trata de un concepto que engloba destrezas específicas aplicables a diferentes situaciones de intercambio social. (p.11)

En definitiva, las habilidades sociales son necesarias para los individuos, puesto que mejoran su calidad de vida y bienestar, por lo que deben ser trabajadas y adquiridas, una labor que debe llevar a cabo la escuela. Son habilidades que nos ayudan a desenvolvernos de manera adecuada en el mundo y a saber interactuar con las demás personas que también viven en dicho mundo.

4.1.1 Clasificación de las habilidades sociales

Existen múltiples clasificaciones de habilidades sociales; traeremos a colación las consideradas por algunos de los principales autores. Según Gil et al. (2012) podemos considerar tres tipos de habilidades sociales fundamentales:

- Cognitivas: aquellas en las que intervienen aspectos psicológicos. Son las relacionadas con el “pensar”.
- Emocionales: aquellas habilidades en las que están implicadas la expresión y manifestación de distintas emociones, como la ira, el enfado, la alegría, la tristeza... todas las relacionadas con el “sentir”.
- Instrumentales: aquellas habilidades que tienen una utilidad. Son las relacionadas con el “actuar”.

Goldstein et al. (1989), realiza una clasificación más exhaustiva de las habilidades sociales, considerando seis grupos diferenciados:

Tabla 1.

Clasificación de las habilidades sociales

GRUPO I. Primeras habilidades sociales	Grupo II. Habilidades sociales avanzadas
Escuchar	Pedir ayuda
Iniciar una conversación	Participar
Mantener una conversación	Dar instrucciones
Formular una pregunta	Seguir instrucciones
Dar las gracias	Disculparse
Presentarse	Convencer a los demás
Presentar a otras personas	
Hacer un cumplido	
GRUPO III. Habilidades relacionadas con los sentimientos	GRUPO IV. Habilidades alternativas a la agresión
Conocer los propios sentimientos	Pedir permiso
Expresar los sentimientos	Compartir algo
Comprender los sentimientos de los demás	Ayudar a los demás
Enfrentarse con el enfado del otro	Negociar
Expresar afecto	Emplear el autocontrol
Resolver el miedo	Defender los propios derechos
Autorrecompensarse	Responder a las bromas
	Evitar los problemas con los demás
	No entrar en peleas
GRUPO V. Habilidades para hacer frente al estrés	GRUPO VI. Habilidades de planificación
Formular una queja	Tomar iniciativas

Responder a una queja	Discernir sobre la causa de un problema
Demostrar deportividad después del juego	Establecer un objetivo
Resolver la vergüenza	Determinar las propias habilidades
Arreglárselas cuando le dejan de lado	Recoger información
Defender a un amigo	Resolver los problemas según su importancia
Responder a la persuasión	Tomar una decisión
Responder al fracaso	Concentrarse en una tarea
Enfrentarse a los mensajes contradictorios	
Responder a una acusación	
Prepararse para una conversación difícil	
Hacer frente a las presiones de grupo	

Fuente. Elaboración propia basada en Goldstein et al. (1989)

4.2 Características de las habilidades sociales

Las habilidades sociales poseen una serie de características que podemos organizarlas en base a tres componentes: no verbales, paralingüísticos y verbales.

Los componentes verbales se alcanzan por aprendizaje informal. Son importantes, puesto que cumplen funciones significativas ya sea completando o contradiciendo el mensaje verbal. Entre los componentes verbales podemos apreciar los siguientes:

- Gestos: lo ideal es acompañar al mensaje verbal con gestos que sean adecuados, expresivos y naturales, ya que la ausencia de gestos transmite inseguridad y escasa credibilidad del contenido verbal que se está comunicando y el uso excesivo de gestos manifiesta el intento exagerado del emisor por convencer al receptor.
- Expresión facial: los músculos faciales relajados conllevan la aceptación del receptor, seguridad...diferente a si los músculos faciales están rígidos, puesto que reflejan hostilidad.
- Mirada: si es fija muestra rivalidad y si la pupila está dilatada indica interés.
- Sonrisa: es una clave para comenzar una interacción, puesto que expresa una actitud favorable y crea un buen clima.
- Postura corporal: inclinarse hacia delante muestra interés.

Los componentes paralingüísticos son aquellos que van acompañando a la información verbal.

Entre ellos encontramos:

- Fluidez: soltura en la expresión lingüística.
- Tono: cadencia y variabilidad de la entonación en el mensaje.
- Volumen: pretende afirmar que el mensaje llegue al oyente. Un volumen bajo indica timidez y un volumen alto agresividad.

- Velocidad: debe ser la adecuada, puesto que hablar muy rápido puede entorpecer la comprensión del mensaje y hablar muy despacio puede hacer que se pierda el hilo.

Por último, los componentes verbales (conversación) son el instrumento que se utiliza para interactuar con los demás.

- Duración del habla: es adecuado establecer un ritmo de intercambio en el que se acepte aproximadamente el 50% del peso de la interacción.
- Retroalimentación: es importante, ya que el interlocutor necesita saber si lo están entendiendo
- Preguntas: deben ser abiertas para facilitar el inicio de una conversación.
- Habla egocéntrica: impide la intervención de la otra persona. (Cáceres & Hinojo, 2005)

Todos estos componentes son realmente importantes para que las relaciones con los demás sean óptimas y útiles para las partes implicadas. Por ello, hay componentes que el alumnado irá aprendiendo de manera informal a través de las experiencias y las interacciones que tenga con otras personas. No obstante, consideramos que es necesario trabajar de manera explícita algunos componentes, más difíciles de aprender de manera informal, para que el alumnado desarrolle un buen nivel en habilidades sociales que le permita relacionarse de manera adecuada.

Por otra parte, Fernández (1994) plantea que las características que presentan las habilidades sociales son las siguientes:

- Especificidad situacional del comportamiento social, por lo que resulta imprescindible la consideración de los contextos socioculturales.
- Heterogeneidad, ya que el constructo habilidades sociales incluye una diversidad de comportamientos en distintas etapas evolutivas, en diversos niveles de funcionamientos y en todos los contextos en los que puede tener lugar la actividad humana.
- Naturaleza interactiva del comportamiento social, al tratarse de una conducta interdependiente ajustada a los comportamientos de los interlocutores en un contexto determinado. El comportamiento social aparece en una secuencia establecida y se realiza de un modo integrado. (citado en Betina & Contini, 2011, p. 163)

4.3 El aprendizaje de las habilidades sociales y su importancia en el aula

La escuela es uno de los lugares más adecuados para que el alumnado se desarrolle de manera integral todo lo que sus capacidades le permitan. Por ello, la escuela es un ambiente positivo que ofrece al alumnado seguridad, interacciones sociales positivas y por todo ello, este se presenta con una mayor predisposición intelectual hacia el aprendizaje.

Relacionado con lo anterior, Levinger (1994) plantea que la escuela ofrece a los niños y niñas la oportunidad de adquirir conocimientos, técnicas, hábitos y actitudes que promuevan el máximo aprovechamiento de sus capacidades.

Por tanto, es esencial trabajar las habilidades sociales en el aula, ya que es importante que los niños y niñas adquieran conocimientos, es decir, el llamado saber, pero también deben aprender a desenvolverse en la vida y eso se consigue a través del afianzamiento del ser (empatía, autonomía...). Además, las habilidades sociales intervienen en el intercambio social, por lo que si se posee una buena adquisición de ellas, las relaciones sociales serán más útiles y de calidad.

Existen muchas investigaciones y estudios que avalan esta importancia de trabajar dichas habilidades en el aula. Entre ellas, Monjas & González (1998) plantean que “las investigaciones realizadas indican que las habilidades sociales no mejoran por la simple observación ni por la instrucción informal, es necesaria una instrucción directa” (p. 47). Por ello, es muy relevante que se trabajen en el aula las habilidades sociales como parte del currículo habitual.

En relación a lo anterior, consideramos que, en la actualidad, este trabajo de habilidades sociales no se suele llevar a cabo en el aula y es un error, puesto que los valores y habilidades que están adquiriendo los niños y niñas son los que ven en su entorno y en las nuevas tecnologías, los cuales muchas veces no son adecuados.

Es cierto que el desarrollo de las habilidades sociales es un proceso largo, puesto que, por una parte, estas habilidades no se adquieren de manera inmediata si no que se necesita trabajarlas durante varios periodos de tiempo a lo largo de varios meses o incluso años para conseguir una completa adquisición. Y, por otra parte, el alumnado va cambiando según va creciendo, por lo que habrá que adaptarse a las necesidades que tenga en cada momento para conseguir los mejores resultados a largo plazo.

No obstante, consideramos que con un trabajo continuado de estas habilidades sociales, el alumnado conseguirá los objetivos que se planteen, como el desarrollo de dichas habilidades, y eso repercutirá en su calidad de vida y bienestar mejorándolos.

Por todo ello, en este trabajo nos vamos a centrar en cuatro aspectos fundamentales de las habilidades sociales: *la inteligencia emocional, la asertividad, la escucha activa y la autoestima*. A continuación, reflexionamos más profundamente sobre cada una de ellas.

4.4 La inteligencia emocional

La inteligencia emocional es una de las habilidades sociales que se han escogido para trabajar en este Trabajo Fin de Grado debido a su importancia dentro de la vida del alumnado.

Según Mayer & Salovey (1997), la inteligencia emocional es “una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (p. 10).

Respecto a las emociones, Bisquerra (2000) las clasifica en varios grupos:

Emociones negativas:

1. Ira: rabia, rencor, odio, cólera.
2. Miedo: terror, pavor, pánico, fobia.
3. Ansiedad: preocupación, angustia, desesperación, estrés.
4. Tristeza: frustración, pena, dolor, pesimismo.
5. Vergüenza: timidez, inseguridad, bochorno, culpabilidad.
6. Aversión: hostilidad, desprecio, rechazo, asco.

Emociones positivas:

1. Alegría: entusiasmo, euforia, contento, excitación.
2. Humor (provoca): sonrisa, risa, carcajada.
3. Amor: afecto, cariño, ternura, confianza.
4. Felicidad: gozo, tranquilidad, satisfacción, bienestar.

Emociones ambiguas: sorpresa, esperanza, compasión. (p. 96)

Todas estas emociones están presentes en nuestra vida desde que nacemos y van a ser un factor importante en la construcción de nuestra personalidad. Estas emociones se van desarrollando por medio de las experiencias que vamos viviendo, las relaciones que vamos forjando...Al principio estas experiencias y relaciones las vivimos dentro de nuestro entorno más cercano, nuestra familia. Después, vamos ampliando ese entorno y aparecen en la ecuación distintos grupos sociales como nuestros iguales, nuestra ciudad y el colegio, entre otros.

Por tanto, creemos realmente importante trabajar la inteligencia emocional desde la etapa infantil, puesto que poco a poco el alumnado irá desarrollándose conforme sus experiencias y relaciones vayan apareciendo y será de vital relevancia que aprendan a controlar sus emociones. Tal y como plantea Fuentes (1999),

Al principio sus relaciones son costosas, les cuesta compartir las cosas y mantener una relación estable con los demás; en algunos momentos se relaciona de forma amistosa, compartiendo sus juguetes, y en otros se pelea de forma violenta. Poco a poco, a medida que va construyendo su propia identidad y sepa quién es, aprenderá a entender quiénes somos los demás. (citado en López, 2007, p.29)

Estas relaciones que tendrá el alumnado irán cambiando a medida que este vaya aprendiendo en qué consisten, cómo deben ser para conseguir buenos resultados de ellas, qué papel juegan ellos en estas relaciones...

Para alcanzar y desarrollar esta habilidad social, es imprescindible tener en cuenta los factores que Goleman plantea (1996):

- Conocer las propias emociones
- Manejar las propias emociones
- Reconocer emociones ajenas
- Establecer relaciones adecuadas con las personas
- Automotivarse

Esto es así, puesto que consideramos que lo primero es conocerse a uno mismo y eso implica tener conocimiento de las propias emociones y saber manejarlas para posteriormente, poder reconocer las emociones de los demás y así crear relaciones apropiadas con otras personas.

4.5 La asertividad y la escucha activa

Las siguientes habilidades sociales que se van a trabajar son la asertividad y la escucha activa por su relevancia para el alumnado y su desarrollo integral.

Según Cova (2012), “Escuchar significa comprender lo que se oye, por lo que se requiere de un proceso cognoscitivo que permita al que escucha construir el significado. Debe existir una interacción dinámica, activa y participativa entre el emisor o locutor y el receptor o a locutor para que se lleve a cabo la comprensión” (p. 131).

Dentro de la escucha, tenemos la escucha activa la cual definen los autores Hernando et al. (2011) de la siguiente manera:

Significa estar psicológicamente disponible y atento a los mensajes de quien nos habla; sin estar distraído, pensando en otra cosa, deseando que acabe y preparando lo que le vamos a contestar, etc. que afectaría negativamente a nuestra capacidad de captar su estado de ánimo o la importancia que concede a lo que nos está transmitiendo. (p. 157)

Por todo ello, la escucha activa posee una serie de principios:

- Se debe prestar atención al interlocutor y a lo que este expresa tanto de manera verbal como no verbal.
- Hacerse preguntas a uno mismo para comprobar la comprensión del mensaje que está expresando el interlocutor.
- Dar feedback al interlocutor a través de expresiones o elementos no verbales, por ejemplo, el asentimiento.

Este tipo de escucha es el que se debe fomentar en el aula, puesto que muchas veces el alumnado no presta atención a la persona que está hablando o no sabe cómo proporcionarle feedback para que dicha persona aprecie que está siendo escuchada y entendida. Por tanto, considero necesario trabajar la escucha activa en el aula a través de una serie de actividades donde se pongan en práctica estos principios para que el alumnado los tenga en cuenta y los interiorice. De esta manera, los podrá utilizar posteriormente en las interacciones que tenga.

Otro punto que hay que tener en cuenta cuando nos relacionamos y comunicamos con otra persona es la persona en sí, puesto que si la conocemos sus características, sus intereses...la comunicación será más favorable. Esto se ve respaldado por Hernando et al. (2011) quien plantea que

es posible entender mejor al otro si empatizamos con él, por tanto, para poder comunicar es necesario ponerse en el lugar del otro e intentar sentir y pensar cómo piensa el otro; de esta manera, nos será mucho más fácil conectar con sus intereses, preocupaciones, etc. lo que facilita enormemente la comunicación. (p. 155)

De esta manera, si lo que contamos a esa persona capta su atención y puede interesarle, escuchará de manera activa la información que le planteemos.

Por otra parte, respecto a la asertividad, Alberti & Emmons (1974) plantean que “la conducta asertiva permite a una persona actuar en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los otros” (p. 2).

Por tanto, esta habilidad posee mucha relación con las demás habilidades trabajadas en esta propuesta, puesto que si expreso mis sentimientos sin problema soy una persona asertiva, pero también una persona con inteligencia emocional. Además, si actúo en base a los intereses que más deseo, soy una persona asertiva, pero también poseo una buena autoestima, ya que confío en mis capacidades y voy a conseguir mis metas.

Los elementos de la asertividad son, según Quinteros (2013) la mirada, la distancia interpersonal y la postura. En cuanto a la forma en que miramos, podemos decir que posee una gran función en la interacción con los demás, ya que puede consolidar, restar importancia o contradecir aquello que se está diciendo a través de la boca. Con respecto a la distancia interpersonal, esta se divide en cuatro: distancia mínima (personas familiares y que queremos), distancia personal (espacio personal de cada uno), distancia social (distancia para trabajar en equipo) y distancia pública (distancia con desconocidos). Y por último, en relación a la postura, hace referencia a la que pueden tomar los brazos y las piernas. (citado en Bernal et al., 2022, p. 687) Considero importante tener en cuenta estos elementos y trabajarlos para poder llegar a ser una persona asertiva que controla las relaciones con los demás.

Dentro de la asertividad, se encuentra la comunicación asertiva. Este tipo de comunicación implica dos factores realmente esenciales dentro de la comunicación: dar y aceptar. Por un lado, aceptarse como ser humano, con sus virtudes y sus defectos. Por otro lado, dar es aceptar las diferencias individuales y la variedad de personalidades de los demás seres humanos. Por ello, consideramos interesante trabajar este tipo de comunicación en los colegios.

Algunos de los beneficios de una comunicación asertiva que plantean Bernal et al. (2022) son los siguientes:

- Mantener la calma ante los diferentes problemas que aparezcan.
- Aumenta la autoestima, ya que una persona con conductas asertivas sabe que debe respetarse a sí misma para respetar a los demás.
- Relacionarse con el entorno educativo y social, mejorando el modo en el que se resuelven las diferencias con las conductas adecuadas.
- Disminuye el nivel de estrés provocado por las diferencias que se pueden dar por las opiniones de las demás personas, al no tener una conducta asertiva. (p. 689)

A raíz de estos beneficios, la idea de trabajar esta habilidad en las aulas de Educación Infantil y Primaria coge fuerza.

Por todo ello, estas dos habilidades, la escucha activa y la asertividad, poseen bastante importancia dentro del desarrollo integral de los niños y niñas, por lo que trabajarlas en el aula para que estos las adquieran es primordial.

4.6 La autoestima

Esta habilidad social, al igual que las comentadas anteriormente, se ha elegido para trabajarla en este proyecto, ya que consideramos que es esencial que el alumnado posea una buena autoestima para así conseguir su bienestar.

La autoestima según Mejía et al. (2011) es el concepto que tenemos de nosotros mismos y que involucra pensamientos, emociones, sentimientos, experiencias y actitudes que hemos ido almacenando durante el desarrollo de nuestra vida.

Nosotros consideramos que la autoestima es la imagen que tenemos de nosotros mismos basada en nuestras propias percepciones, pensamientos, ideas... que vamos teniendo durante nuestra vida.

Por tanto, las personas que poseen una alta autoestima se suelen mostrar más creativas, independientes y responsables ante los demás y ante sí mismas. Sin embargo, las personas que tienen una baja autoestima suelen tener poca capacidad para enfrentarse a los problemas, puesto que no confían en sí mismas.

Según Martínez (2010), hay varios componentes que influyen en la conformación de la autoestima. Estos son los siguientes:

- **Componente afectivo:** se corresponde con la respuesta afectiva que se percibe de sí mismo.
- **Componente conductual:** hace referencia a las intenciones que se tienen a la hora de actuar, en consonancia con las opiniones que se tengan de sí mismo y con lo que esté preparado para llevar a cabo.
- **Componente cognitivo:** se corresponde con las creencias, ideas, descripciones y representaciones que se hacen de sí mismo en los distintos ámbitos de su vida.

Por otra parte, Branden (1995) propone los siguientes pilares fundamentales de la autoestima:

Tabla 2.

Pilares de la Autoestima

PILARES DE LA AUTOESTIMA	
Consciencia	Cuando conocemos, vivimos y actuamos de manera consciente sobre nuestra realidad sin evadirnos.
Aceptación	Cuando nos aceptamos a nosotros mismos y eso, implica tres niveles: el primer nivel es en el que debemos aceptarnos como somos, es egoísmo natural. El segundo nivel conlleva un nivel de consciencia plena. Por ello, experimentamos, reflexionamos y actuamos. A través de esto, percibimos que las cosas son como son y lo asumo. Por último, el tercer nivel es en el cual profundizamos para mejorar y vencer las dificultades que se nos han presentado.
Responsabilidad	Cuando primero planificamos y autogestionamos nuestros pensamientos, sentimientos y acciones y, después, nos hacemos responsables de nosotros mismos, de lo que hayamos hecho, de nuestra felicidad, de lo que deseamos...
Autoafirmación	Cuando expresamos nuestras necesidades, valores, ambiciones, es decir, cuando mostramos como somos.
Adquirir metas	Cuando poseemos objetivos que queremos conseguir en nuestra vida.
Integridad	Cuando nuestros ideales y nuestra forma de actuar están en consonancia.

Fuente. Elaboración propia a partir de Branden (1995)

A raíz de esta clasificación que realiza Braden, destacamos que para tener una buena autoestima, cada uno debe tener en cuenta estos pilares. Sobre todo, consideramos que cada persona se tiene que aceptar a sí misma como es. Eso significa que se tiene que querer con sus virtudes y sus defectos o aspectos que menos le gusten tanto físicos como de personalidad. Teniendo claro ese

punto, esa buena autoestima repercutirá para bien en todos los demás aspectos de su vida como las relaciones con los demás, el ámbito profesional...

Según López (2007), hay varios aspectos importantes relacionados con la autoestima que deben ser considerados. Estos son los siguientes:

- Noción de identidad: conocimiento de uno mismo.
- Expresión de sentimientos positivos hacia uno mismo y confianza en las propias posibilidades.
- Valoración positiva de las propias capacidades y limitaciones.
- Seguridad en uno mismo.
- Estilos de conducta y autoestima.
- Adquisición de confianza en uno mismo.
- Desarrollo de una actitud crítica y responsable hacia la vida (p. 252).

Consideramos que todos estos aspectos son realmente importantes a la hora de entender qué es la autoestima y cómo podemos desarrollar una buena autoestima en nuestros alumnos, de modo que vayan teniendo una imagen ajustada de sí mismos, que les permita crecer óptimamente desde sus primeras etapas y relacionarse adecuadamente con sus iguales.

5. METODOLOGÍA

El presente trabajo de investigación, metodológicamente, lo podemos incluir dentro de una metodología cualitativa, ya que hemos partido de una idea general para posteriormente centrarnos en el tema que planteaba dicha idea y estudiarlo de manera detallada. Partimos de una idea fundamental, como dice Hernández-Sampieri & Mendoza (2018), que “el objetivo de nuestro trabajo debe colocar la atención en la idea fundamental de la investigación” (p. 393). Por ello, nosotros nos centramos en plantearnos como objetivo la mejora de las habilidades sociales en el alumnado de un aula de Educación Infantil.

Después de plantear el objetivo que se pretendía alcanzar, se revisó literatura relacionada con el tema planteado para conocer investigaciones, proyectos, propuestas...relacionadas con las habilidades sociales y que hubieran obtenido resultados exitosos de sus implementaciones. Según Hernández-Sampieri & Mendoza (2018), realizar una revisión de la literatura pertinente nos concede “nutrirnos de ideas sobre métodos de recolección de datos y análisis, así como entender mejor los resultados, evaluar las categorías relevantes y profundizar en las interpretaciones” (p. 401).

Por otra parte, también consideramos que este trabajo sigue una metodología cualitativa, ya que se ha dado importancia a los datos descriptivos que se han extraído de las conductas observadas en el alumnado, de sus expresiones, sobre todo, orales, pero también escritas...De esta manera, el tipo de investigación que se ha seguido en este trabajo está centrado en estudiar lo que las acciones educativas pueden llevar a cabo en un entorno. Esto puede observarse, puesto que se utilizaron diferentes instrumentos de evaluación de la propuesta de intervención como conversaciones informales y test pre y post para conocer los conocimientos del alumnado en todo momento. Asimismo, también se utilizó el cuaderno de la docente para extraer de él comportamientos y actitudes que el alumnado tuvo durante la implementación de la propuesta y escalas de satisfacción para conocer la opinión de los alumnos y alumnas en relación a las actividades que habían llevado a cabo. De todos estos instrumentos se extrajo información descriptiva que ayudó a interpretar los comportamientos del alumnado, su evolución durante la implementación de la propuesta...

En última instancia, para elaborar este trabajo se han seguido las tres fases que detallamos a continuación:

5.1 Fase documental

Después de plantearnos los objetivos generales y específicos que queríamos alcanzar con este trabajo y de justificar el tema elegido, las habilidades sociales en el aula de Infantil, en esta fase llevamos a cabo una revisión bibliográfica centrada en el tema anteriormente citado. Asimismo,

concretamos las cuatro habilidades sociales en las que nos íbamos a centrar, el aprendizaje de dichas habilidades y su importancia en un aula de Educación Infantil. De esta manera, para la búsqueda de información, se utilizaron varias bases de datos como Google Académico o Dialnet, así como libros y revistas digitales para poder seleccionar y extraer la información que más se adecuaba al tema planteado en este trabajo.

Por ello, a lo largo de esta fase elaboramos la fundamentación teórica. Primero, definimos el concepto de habilidades sociales y planteamos tanto su clasificación como sus características. Posteriormente, también tratamos el aprendizaje de las habilidades sociales y su importancia en el aula. Por último, nos centramos en las cuatro habilidades sociales que íbamos a trabajar con la propuesta de intervención, la inteligencia emocional, la asertividad, la escucha activa y la autoestima.

5.2 Fase exploratoria

Una vez extraída la información necesaria para conformar la fundamentación teórica, elaboramos una propuesta de intervención donde explicamos el contexto y entorno donde se iba a desarrollar, así como las características del alumnado, los objetivos, contenidos, metodología, temporalización y las cuatro sesiones detalladas que íbamos a implementar. Asimismo, también planteamos las diferentes herramientas que íbamos a utilizar para recoger los datos siendo estas una escala de habilidades sociales para conocer el desarrollo de estas habilidades en el alumnado, varias conversaciones informales y un test que utilizamos pre y post para conocer la evolución del alumnado, el cuaderno de la docente, una escala de observación del alumnado por cada sesión y una escala de satisfacción para conocer el nivel de agrado del alumnado con las actividades propuestas. Con todas estas herramientas recogimos conductas, actitudes, conocimientos, reflexiones, en definitiva, acontecimientos relevantes e interesantes de la puesta en práctica de la propuesta para poder analizarlos posteriormente.

5.3 Fase analítica

En esta última fase, después de implementar la propuesta de intervención, llevamos a cabo un análisis de todos los datos y resultados obtenidos a través de las herramientas anteriormente citadas. También extrajimos una serie de conclusiones del trabajo basadas en la consecución o no de los objetivos que nos proponíamos con este trabajo. Por último, reflexionamos acerca de las oportunidades y las limitaciones que encontramos al llevar a cabo dicho trabajo.

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

6.1 Introducción

La propuesta que se plantea en este TFG es llevar a cabo una intervención para la mejora de las habilidades sociales, que se detallarán a continuación, en un aula de Educación Infantil.

Las habilidades sociales son un elemento fundamental de la formación integral y uno de los factores determinantes en el éxito de las relaciones sociales, concretamente intervienen de manera decisiva en los casos de acoso escolar. Según Caballo et al. (2011), estudios recientes han demostrado el efecto de un programa de habilidades sociales en la aminoración del acoso escolar. Aunque mi objetivo en este trabajo no es el acoso escolar, posee relación con el tema de dicho trabajo, ya que las habilidades sociales son también importantes en estos casos y se deberían trabajar tanto con acosadores como acosados.

Tal y como plantean Hops & Greenwood (1988) y Ladd & Asher (1985), la relevancia de las habilidades sociales en la infancia viene respaldada por los resultados de investigaciones en los que se muestran sólidas relaciones entre la competencia social en la infancia y la adaptación académica, social y psicológica en dicha etapa y en la edad adulta (citado en Monjas, 2020).

Por tanto, se considera esencial trabajar estas habilidades sociales en el aula de Infantil. Un buen trabajo de estas habilidades se verá reflejado en la consecución de logros tanto personales como sociales y escolares en la infancia y la vida adulta.

En el caso de esta propuesta de intervención, las habilidades sociales que se van a trabajar son la inteligencia emocional, la asertividad, la escucha activa, la autoestima y la resolución de conflictos. Se ha profundizado sobre estas habilidades sociales tanto en el marco teórico como a continuación en el desarrollo de cada sesión.

6.2 Contexto y entorno donde se desarrolla la propuesta

La propuesta de intervención se llevará a cabo en un colegio público ubicado en zona rural, concretamente en la provincia de Segovia. Es un centro de línea única donde se imparten las enseñanzas de Infantil y Primaria. Esta propuesta se llevará a cabo en la clase de 3º de Infantil. La gran mayoría de las familias de los alumnos y alumnas del centro son de clase media y ejercen trabajos relacionados con el sector secundario.

El aula donde se pondrá en práctica la propuesta será el aula de 3º de Infantil. Es un aula que cuenta con varios rincones de trabajo entre los que se encuentran el rincón de números, el de letras, el de arte y el de construcción. En cada uno de los tres primeros rincones podemos encontrar una mesa pequeña con tres sillas. Además, el aula cuenta con una zona de biblioteca y otra de

asamblea. También podemos encontrar un ordenador, una pizarra eléctrica, una pizarra grande de tiza y dos pequeñas.

El alumnado de 3º de Infantil está compuesto por 6 estudiantes (4 alumnos y 2 alumnas) de entre 5 y 6 años de edad. El alumnado es bastante autónomo, aunque es posible que haya que ayudarlo o guiarle más en alguna de las actividades que se lleven a cabo. La propuesta va dirigida a todo el grupo clase, puesto que se pretende conseguir una mejora en las habilidades sociales del alumnado a través de la puesta en práctica de dicha propuesta.

6.3 Objetivos

El objetivo general de esta propuesta será mejorar el desarrollo de las habilidades sociales del alumnado de un aula de Infantil a través de la implementación de una propuesta de intervención.

Los objetivos específicos que nos planteamos con esta propuesta de intervención se encuentran recogidos en el apartado de actividades de la propuesta donde en cada sesión se concretan unos objetivos específicos que se trabajarán en cada una de las sesiones propuestas. Estos son:

- Sesión 1. Identificación y expresión de emociones
 - Saber qué es una emoción
 - Conocer y diferenciar los tipos de emociones básicas
 - Identificar las propias emociones
- Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones
 - Identificar diferentes emociones
 - Expresar distintas emociones
- Sesión 3. Asertividad y escucha activa
 - Aprender a desarrollar la asertividad y la escucha activa
 - Aprender a escuchar de manera activa a los compañeros/as cuando hablen
 - Mantener el contacto visual durante una conversación
 - Respetar el turno de palabra durante una conversación
 - Aprender a mandar feedback (señales de aprobación o desaprobación) al interlocutor durante la conversación
 - Expresar sus ideas y sentimientos de manera adecuada
- Sesión 4. Autoestima
 - Desarrollar una buena autoestima a través de las propias percepciones y de las de los demás
 - Conocer y confiar en las propias capacidades
 - Auto felicitar por las acciones correctas y logros conseguidos

- Mostrar afecto por los demás y por sí mismo

6.4 Contenidos

En la propuesta de intervención se desarrolla una sucesión de contenidos recogidos en el *Decreto 37/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación infantil en la Comunidad de Castilla y León* y estos afectan a dos de los bloques del área *Crecimiento en armonía* de Educación Infantil.

Contenidos del Bloque B: “Desarrollo y equilibrio afectivos”:

- Herramientas para la identificación, expresión, aceptación y control progresivo de las propias necesidades, emociones, sentimientos, vivencias, preferencias e intereses.
 - Estrategias para desarrollar la seguridad en sí mismo y el reconocimiento de sus posibilidades.
 - Estrategias para desarrollar actitudes de escucha y de respeto hacia los demás.
 - Valoración del trabajo bien hecho: desarrollo inicial de hábitos y actitudes de esfuerzo, constancia, organización, atención e iniciativa.

Contenidos del Bloque D: “Interacción socioemocional en el entorno, la vida junto a los demás”:

- Habilidades socioafectivas y de convivencia: identificación, comunicación de sentimientos y emociones, y pautas básicas de convivencia, que incluyan el respeto a la igualdad de género y el rechazo a cualquier tipo de discriminación.
- Estrategias de autorregulación de la conducta. Empatía y respeto.
- La amistad como elemento protector, de prevención de la violencia y de desarrollo de la cultura de la paz.

6.5 Metodología

Tal y como aparece en el *Decreto 37/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación infantil en la Comunidad de Castilla y León*, se va a favorecer un ambiente lúdico, estimulante, agradable y acogedor que ofrezca al alumnado un conjunto de situaciones de comunicación, socialización y disfrute para que se sienta motivado y a gusto, aprenda en un clima de afecto, aprecio y seguridad que le permita ir adquiriendo autonomía y elaborando una imagen positiva y equilibrada de sí mismo, sin estereotipos discriminatorios.

De igual manera, la metodología que se va a llevar a cabo es una metodología activa donde el alumnado es el protagonista de su aprendizaje y el docente posee la labor de guiar al alumnado en su proceso de aprendizaje, así como de ejercer de modelo positivo a seguir, dando ejemplo, en este caso, de poseer un desarrollo de calidad en materia de habilidades sociales.

Por ello, es importante ofrecer al alumnado oportunidades de aprendizaje donde pueda ir construyendo conocimiento a través de la vivencia de diferentes experiencias y la posterior reflexión de ellas. Así podrá ir estableciendo conexiones entre lo que ya sabe y lo que está aprendiendo o va a aprender.

6.6 Temporalización

Las actividades que componen esta propuesta de intervención se organizan en 4 sesiones de una temporalización de entre 45 y 60 minutos cada una. Primeramente, se llevarán a cabo estas 4 sesiones en el periodo de 2 semanas implementando así 2 sesiones cada semana. No obstante, como explicamos posteriormente, también se volverán a poner en práctica estas sesiones a lo largo de un curso escolar.

Según Monjas (2016) lo idóneo sería planificar una intervención como tema transversal o incluso como área curricular durante un periodo de tiempo más extenso para tener la posibilidad de profundizar en cualquier aspecto que sea necesario y conseguir una verdadera adquisición de las habilidades sociales desde edades tempranas. No obstante, al disponer de tiempo suficiente, dicha propuesta se llevará a cabo varias veces.

A raíz de lo anterior, la intervención se implementará tanto de manera puntual, específica como de manera transversal, diacrónica. Por una parte, trabajaremos de forma específica a través de la puesta en práctica de las sesiones que se plantean en el apartado de actividades de la propuesta. Y por otra parte, de manera diacrónica a través de repetir la puesta en práctica de dichas sesiones a lo largo del tiempo. Por ello, las sesiones también se llevarán a cabo de forma trimestral. Al ser 4 sesiones se podrán alternar, es decir, cada trimestre se pondrán en práctica 3 sesiones, excepto en el último, por lo que se irán escogiendo cuáles de esas 4 sesiones se llevarán a cabo cada trimestre. De esta manera, podremos ver la evolución del alumnado durante todo el curso en cuanto a la mejora o adquisición de las distintas habilidades sociales que se trabajan a través de la propuesta planteada.

Tabla 3.*Cronograma de las sesiones*

CRONOGRAMA DE LAS SESIONES			
SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
	Sesión 1 Identificación y expresión de emociones	Sesión 2 Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	Sesión 3 Asertividad y escucha activa
ENERO	FEBRERO	MARZO	
Sesión 4 Autoestima	Sesión 1 Identificación y expresión de emociones	Sesión 2 Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	
ABRIL	MAYO	JUNIO	
Sesión 3 Asertividad y escucha activa	Sesión 4 Autoestima		

Fuente. Elaboración propia

Por otra parte, trabajaremos de manera transversal y diacrónica durante todo el curso escolar a través de un código de observación de la interacción social (Monjas et al., 1991) que la docente rellenará cada día para apreciar el desarrollo o mejora del alumnado en cuanto a las habilidades sociales. Las categorías que aparecen en este código serán las que se utilicen a la hora de observar al alumnado durante el tiempo de recreo, ya que como apunta Monjas (2020), es el momento donde el contacto de niño-niño es más espontáneo y natural, por lo que es la mejor situación de observación, ya que el adulto no interviene, su presencia es indirecta, solo de vigilancia. Las categorías que se tendrán en cuenta serán las siguientes:

Tabla 4.*Resumen de las categorías observables*

CATEGORÍAS OBSERVABLES	
Categorías No-Interactivas	Permanece solo en inactividad
	Permanece solo en actividad
	Permanece solo como espectador
Tipo de interacción	Interacción cooperativa
	Interacción social positiva
	Interacción agresiva

Categorías Interactivas		Interacción social negativa
	Modalidad de interacción	Iniciación
		Respuesta
	Con quién se produce la interacción	Niño individual
		Niño en grupo
		Adulto
	Modo de interacción	Verbal
		Física
		Mixta

Fuente. Basado en la información de Monjas (2020)

De manera complementaria valoraremos también una cantidad de dimensiones pertenecientes a tres aspectos fundamentales en el desarrollo de las habilidades sociales:

- Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad
- Habilidades relacionadas con la escucha activa
- Habilidades relacionadas con la autoestima

Para ello, utilizaremos la siguiente escala de observación no participante en la que el docente observará de forma discreta al alumnado en distintas situaciones a lo largo de la jornada.

Tabla 5.

Escala de habilidades sociales

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES			
Nombre alumno/a:			
Evaluador:	Fecha:		
Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Identifica sus sentimientos			
Expresa sus sentimientos			
Identifica los sentimientos de los demás			
Comprende los sentimientos de otras personas			
Expresa afecto			
Realiza cumplidos			
Sus compañeros siempre están dispuestos a compartir con el niño/a			
El niño/a comparte con los demás			
Habilidades relacionadas con la escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha a otros cuando están hablando			
Mira a otros cuando están hablando			
Es capaz de mantener una conversación			

Inicia una conversación de forma espontánea			
Al recibir instrucciones las entiende y acata de forma satisfactoria			
Habilidades relacionadas con la autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se autorrecompensa ante una buena actitud o logro			
Se muestra tímido frente a los demás			
Confía en sus propias capacidades			

Fuente. Elaboración propia

6.7 Actividades de la propuesta

En el siguiente cuadro-resumen proponemos las sesiones y las actividades que componen cada sesión.

Tabla 6.

Cuadro-resumen de las sesiones y de sus actividades

CUADRO-RESUMEN DE LAS SESIONES Y ACTIVIDADES PROPUESTAS	
<p align="center"><u>SESIÓN 1.</u> <i>IDENTIFICACIÓN Y EXPRESIÓN DE EMOCIONES</i></p>	<p align="center"><u>Actividad 1.</u> <i>Hablamos sobre las emociones</i></p>
	<p align="center"><u>Actividad 2.</u> <i>El bingo de las emociones</i></p>
<p align="center"><u>SESIÓN 2.</u> <i>PROFUNDIZAMOS EN LA EXPRESIÓN DE NUESTRAS EMOCIONES</i></p>	<p align="center"><u>Actividad 1.</u> <i>Dibújame como creas</i></p>
	<p align="center"><u>Actividad 2.</u> <i>Encontrando las emociones</i></p>
<p align="center"><u>SESIÓN 3.</u> <i>ASERTIVIDAD Y ESCUCHA ACTIVA</i></p>	<p align="center"><u>Actividad 1.</u> <i>¿Puedes seguir mi historia?</i></p>
	<p align="center"><u>Actividad 2.</u> <i>¿Me escuchas?</i></p>
<p align="center"><u>SESIÓN 4.</u> <i>AUTOESTIMA</i></p>	<p align="center"><u>Actividad 1.</u> <i>¿Cómo me veo, cómo te veo y cómo veo que me ven?</i></p>
	<p align="center"><u>Actividad 2.</u> <i>Cariñograma</i></p>

Fuente. Elaboración propia

A continuación describimos, pormenorizadamente, el desarrollo de cada una de las sesiones anteriormente citadas.

Tabla 7.

Cuadro de la sesión 1 desarrollada

SESIÓN 1. IDENTIFICACIÓN Y EXPRESIÓN DE EMOCIONES	
Introducción	En esta sesión, la habilidad social que se va a trabajar es la inteligencia emocional. Tal y como plantea Salovey (2007), la inteligencia emocional hace alusión a los procesos involucrados en la identificación, comprensión y manejo de nuestro estado de ánimo y del de los demás para solucionar problemas y regular la conducta. Por ello, los elementos que caracterizan la inteligencia emocional son el conocimiento de las emociones, el control de las emociones, el conocimiento de las emociones de los demás y la empatía. De esta manera, es una habilidad social muy importante para la etapa infantil, ya que el desarrollo de una buena inteligencia emocional garantizará en gran parte una adecuada integración en la sociedad en la que van a vivir.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> • Saber qué es una emoción • Conocer y diferenciar los tipos de emociones básicas • Identificar las propias emociones
Evaluación inicial	Se va a llevar a cabo una evaluación inicial a través de una conversación informal, instrumento de evaluación, para comprobar que es lo que saben acerca de las emociones. Para ello, llevaremos un conjunto de varias cartulinas en las que aparecerán caras de niños alegres, tristes, enfadados, con miedo...y se les preguntará sobre dichas emociones para ver si saben identificarlas. El guion con las preguntas que se llevarán a cabo se encuentra en el ANEXO I .
Contextualización	Esta sesión va dirigida a un grupo de 6 alumnos y alumnas de 3º de Infantil cuya edad está comprendida entre los 5 y 6 años.
Temporalización	La duración total de esta sesión será de 50 minutos. La primera actividad tiene una duración de 20 minutos y la segunda actividad de 30 minutos.
Recursos	Actividad 1 → Diferentes cartulinas con caras que representan diferentes emociones (ANEXO II) Actividad 2 → Cartones de bingo y tarjetas con emoticonos que expresan distintas emociones (ANEXO III)
Desarrollo de la actividad	<u>Actividad 1. Hablamos sobre las emociones</u> En esta primera actividad de iniciación realizaremos una asamblea donde se llevará a cabo una lluvia de ideas sobre las emociones. Se preguntará al alumnado si sabe lo que son, qué emociones conocen, si sabe lo que es estar alegre, triste, enfadado, sorprendido...Todas las preguntas que se realizarán en esta conversación informal se encuentran en un guion (ANEXO I). Después, la docente representará, a través de la expresión facial, diferentes emociones que

aparecen simbolizadas en unas cartulinas (**ANEXO II**), para que el alumnado las identifique y las imite.

Actividad 2. *El bingo de las emociones* (basado en Mitlin, 2008)

En esta actividad tendremos una serie de tarjetas que representan diferentes emociones y unos cartones con algunas de estas emociones (**ANEXO III**). De esta manera, se sacará una tarjeta y se leerá la emoción que aparezca en ella. El alumnado deberá encontrar en su cartón dicha emoción y marcarla poniendo encima una ficha. Después de eso, los niños y niñas que hayan marcado la emoción que se ha dicho deberán explicar a los demás una experiencia personal que vivieron y que implique dicha emoción. Cuando un niño haya completado todo el cartón se acabará el juego. Lo importante de esta actividad es que todos los niños y niñas participen compartiendo sus historias y mostrando empatía con las historias que cuenten sus compañeros.

Atención a la diversidad

En nuestro aula no hay ningún niño que presente ninguna dificultad por la que necesite una atención distinta a la ordinaria. Además, nos encontramos en un contexto privilegiado, puesto que tenemos 6 alumnos en nuestra clase.

No obstante, como el proyecto pretende ser generalizado, si hubiera algún niño se seguirían los principios del diseño universal de aprendizaje (DUA) para proporcionarle la educación que necesite adecuándose a las especialidades de cada niño y que así sea lo más inclusiva posible, ya que “si un niño no aprende como tú le enseñas, enséñale como él aprenda”. Tal y como aparece en el *Decreto 37/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación infantil en la Comunidad de Castilla y León*, “se ofrecerán herramientas, recursos, materiales y apoyos necesarios que propicien que el alumnado acceda, comprenda, organice y adquiera conocimientos y desarrolle sus competencias, partiendo desde el punto en el que está y progresando hasta donde sean capaces” (p. 48225).

Evaluación de la sesión

El objeto de evaluación de esta sesión es comprobar la consecución de los objetivos propuestos respecto al aprendizaje del alumnado.

Por tanto, los criterios de evaluación que nos planteamos son los siguientes:

- El niño/a sabe lo que es una emoción
- El niño/a sabe identificar las distintas emociones básicas
- El niño/a sabe expresar distintas emociones
- El niño/a sabe interpretar el estado de ánimo de los demás

En cuanto a los instrumentos de evaluación de esta sesión, poseemos un cuaderno personal donde la docente aportará diversas observaciones y reflexiones interesantes acerca de lo que ocurra a lo largo de la sesión.

Por otra parte, también se utilizará un pretest y un post test que serán el mismo para comprobar los conocimientos del alumnado antes de la implementación de la sesión y los conocimientos que posee una vez se haya puesto en práctica dicha sesión. En el caso de esta sesión, dicho pretest y post test será la conversación informal donde se preguntará al alumnado sobre varios aspectos de las emociones (**ANEXO I**).

También se pasará al alumnado una escala de satisfacción para conocer su nivel de satisfacción con la sesión, si les ha gustado o no y, en caso afirmativo, qué es lo que más les ha gustado... (**ANEXO IV**).

Por último, durante el desarrollo de la sesión, la docente rellenará una escala de observación (**ANEXO V**).

Fuente. Elaboración propia

Tabla 8.

Cuadro de la sesión 2 desarrollada

SESIÓN 2. PROFUNDIZAMOS EN LA EXPRESIÓN DE NUESTRAS EMOCIONES
<p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes emociones • Expresar distintas emociones
<p>Evaluación inicial</p> <p>En esta segunda sesión no se va a llevar a cabo una evaluación inicial, puesto que al tratar la misma habilidad social que en la sesión anterior, la inteligencia emocional, ya sabemos que conocimientos poseen.</p>
<p>Contextualización</p> <p>Esta sesión va dirigida a un grupo de 6 alumnos y alumnas de 3º de Infantil cuya edad está comprendida entre los 5 y 6 años.</p>
<p>Temporalización</p> <p>La temporalización de esta sesión es de 60 minutos teniendo tanto la primera como la segunda actividad una duración de 30 minutos.</p>
<p>Recursos</p> <p>Actividad 1 → caras en blanco, recortes de partes de la cara y pinturas de colores (ANEXO VI)</p> <p>Actividad 2 → revistas y periódicos, cartulinas y hojas para crear el cuaderno, lápices de colores</p>
<p>Desarrollo de la actividad</p> <p><u>Actividad 1. Dibújame como creas</u></p> <p>En esta actividad, la docente leerá al alumnado diferentes frases o pequeñas historias de personas que estén sintiendo un determinado sentimiento y pedirá a los alumnos y alumnas que sobre las caras en blanco que se les habrán proporcionado anteriormente intenten plasmar ese sentimiento con distintos recortes de partes de la cara o dibujando ellos mismos las partes.</p> <p>Las frases que se utilizarían serían las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando llegas a tu casa, tu madre te ha preparado tu tarta favorita (el sentimiento relacionado sería “felicidad”). Los recortes elegidos o lo que podrían dibujar sería: la boca hacia arriba con una gran sonrisa, los ojos abiertos y brillantes. • Estás jugando con un juguete que te regalaron tus abuelos, se te cae sin querer y se rompe (el sentimiento relacionado sería “tristeza”). Los recortes elegidos o lo que podrían dibujar sería: boca pequeña y hacia abajo, ojos con lágrimas. • Alguien te rompe a propósito uno de tus juguetes favoritos (el sentimiento relacionado sería “enfado”). Los recortes elegidos o lo que podrían dibujar sería: boca enseñando los dientes, frente apretada con arrugas, ojos un poco cerrados.

<ul style="list-style-type: none"> • Es tu cumpleaños y te hacen una fiesta sorpresa (el sentimiento relacionado sería “sorpresa” y “felicidad”). Los recortes elegidos o lo que podrían dibujar sería: boca abierta o con sonrisa y ojos bien abiertos. • Te persigue un gran perro y te empieza a ladrar (el sentimiento relacionado sería “miedo”). Los recortes elegidos o lo que podrían dibujar sería: boca muy abierta para gritar y pedir ayuda, ojos muy abiertos, cejas levantadas. <p><u>Actividad 2. Encontrando las emociones</u></p> <p>En esta actividad, la docente proporcionará al alumnado diferentes revistas y periódicos para que este localice entre las imágenes ejemplos de distintos sentimientos/emociones. Después, recortará dichos ejemplos y los irá colocando y pegando en un cuaderno para formar su propio cuaderno de las emociones.</p>
<p>Atención a la diversidad</p> <p>Este apartado está explicado de manera detallada en la primera sesión.</p>
<p>Evaluación de la sesión</p> <p>El objeto de la evaluación es comprobar si se han alcanzado los objetivos propuestos o no. Por tanto, los criterios de evaluación que nos planteamos son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sabe identificar diferentes emociones • Sabe expresar distintas emociones <p>En cuanto a los instrumentos de evaluación que se van a utilizar para comprobar la consecución de los objetivos tenemos el cuaderno personal donde la docente expondrá observaciones y reflexiones ocurridas durante el desarrollo de la sesión.</p> <p>Por otra parte, otro instrumento de evaluación que se utilizará será una escala de observación que la docente rellenará durante la sesión usando como técnica de evaluación la observación directa del alumnado (ANEXO VII).</p> <p>También se pasará al alumnado una escala de satisfacción para conocer su nivel de agrado con la sesión (ANEXO IV).</p>

Fuente. Elaboración propia

Tabla 9.

Cuadro de la sesión 3 desarrollada

SESIÓN 3. ASERTIVIDAD Y ESCUCHA ACTIVA
<p>Introducción</p> <p>En esta sesión las habilidades sociales que se van a trabajar son la asertividad y la escucha activa. Según Rodríguez & Serralde (1991),</p> <p style="padding-left: 40px;">Una persona asertiva se siente libre para manifestarse; puede comunicarse con personas de todos los niveles; tiene una orientación activa en la vida; va tras lo que quiere; actúa de un modo que juzga respetable, al comprender que no siempre puede ganar acepta sus limitaciones; acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas; se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos y evita los dos extremos: por un lado, la represión y, por el otro, la expresión agresiva y destructiva de sus emociones. (p. 2)</p>

Por su parte, la escucha activa, según una investigación hecha por el Instituto Superior de Inteligencia Emocional (s.f), se entiende como “el involucramiento físico y mental que realiza una persona para atender con total atención un mensaje, donde se incluye la comunicación verbal, el tono de la voz y el lenguaje corporal como parte de la trasmisión del comunicado” (citado en Ardila & Castiblanco, 2019, p. 43).

Los elementos importantes que intervienen en la escucha activa son:

- Estar en silencio
- Mostrar al interlocutor que estás dispuesto a escucharle
- Transmitir al interlocutor confianza para que esté cómodo
- Controlar las emociones
- Conocer y saber interpretar el lenguaje no verbal: postura corporal, tono de voz, gestos...
- No criticar y argumentar en demasía
- Hacer preguntas cuando sea necesario
- Expresar afecto a través de gestos

Por otra parte, como ya comentamos en el apartado de fundamentación teórica, Quinteros (2013) plantea los siguientes tres elementos que intervienen en la asertividad:

- La mirada
- La distancia interpersonal
- La postura: posiciones de las piernas y los brazos (citado en Bernal et al., 2022, p. 687).

Estas dos habilidades son muy importantes para el alumnado, por lo que desde la etapa infantil deberían trabajarse tanto de manera transversal como explícita a través de diferentes sesiones. La escucha activa es una habilidad importante, puesto que todo lo que ella implica “genera en quien habla una retroalimentación de lo que se ha comprendido, por lo tanto ese niño/a contaría con una información más acerca de lo que ocurre en su entorno educativo y familiar” (Ardila & Castiblanco, 2019, p.43). Eso supone que se pueda adaptar mejor a ese entorno y que interaccione con él de manera satisfactoria para ambos.

Objetivos específicos

- Aprender a desarrollar la asertividad y la escucha activa
- Aprender a escuchar de manera activa a los compañeros/as cuando hablen
- Mantener el contacto visual durante una conversación
- Respetar el turno de palabra durante una conversación
- Aprender a mandar feedback (señales de aprobación o desaprobación) al interlocutor durante la conversación
- Expresar sus ideas y sentimientos de manera adecuada

Evaluación inicial

Al comienzo de esta sesión se llevará a cabo una evaluación inicial para conocer los conocimientos previos que posee el alumnado con respecto a la escucha activa y la asertividad. Para ello, se realizará una conversación informal donde se le harán varias preguntas (**ANEXO VIII**).

Contextualización

Esta sesión va dirigida a un grupo de 6 alumnos y alumnas de 3º de Infantil cuya edad está comprendida entre los 5 y 6 años.

Temporalización

Esta sesión está compuesta por dos actividades. La primera tiene una duración de 15 minutos y la segunda de 30 minutos. Por tanto, la sesión posee una duración total de 45 minutos.

Recursos

<p>Actividad 1 → no se necesita ningún recurso específico</p> <p>Actividad 2 → folios, lápices de colores, lápices, gomas y varios objetos para esconder.</p>
<p>Desarrollo de la actividad</p> <p><u>Actividad 1. ¿Puedes seguir mi historia?</u></p> <p>Antes de empezar con la actividad, se llevará a cabo una pequeña asamblea donde se realizarán varias preguntas al alumnado para conocer sus conocimientos previos acerca de la asertividad y la escucha activa (ANEXO VIII). Después, se empezará con la primera actividad propiamente dicha la cual consiste en que el alumnado cree historias. Para ello, la docente explicará la actividad poniendo un ejemplo para que el alumnado lo entienda. Empezará a contar una historia muy simple y el alumnado deberá continuarla siguiendo los turnos que se hayan establecido previamente. De esta manera, el alumnado deberá escuchar a sus compañeros/as cuando estos estén hablando para poder continuar la historia después. Para ello, la docente debe incidir en la idea de que el alumnado “escuche con las orejas abiertas” y mire a la persona que está hablando para entender la parte de la historia que está contando y luego poder seguirla.</p> <p><u>Actividad 2. ¿Me escuchas?</u></p> <p>Esta actividad está basada en la que realizaron los autores Garaigordobil & Peña (2014). Dicha actividad está dividida en dos tareas. En la primera, dividimos al alumnado por parejas. Primero, un integrante de la pareja debe darle instrucciones a su compañero/a para que este dibuje algo que nunca ha visto (por ejemplo la habitación/cada del que da instrucciones). Después de 2/3 minutos se cambian los roles. Al final tienen que hablar sobre si los dibujos que han hecho se parecen a la realidad y qué dificultades han tenido durante la tarea.</p> <p>En la segunda tarea, también por parejas, uno se venda los ojos (se limita la percepción sensorial para fomentar la escucha) y su compañero/a esconde por la clase un objeto. Este último debe darle instrucciones al otro para que encuentre el objeto escondido. Por tanto, el alumno con los ojos vendados deberá escuchar de manera activa y concentrarse en las instrucciones que le han dado para encontrar el objeto. Cuando se consiga el objetivo se cambian los roles. Al final ponen en común los pensamientos y las emociones que han sentido durante la realización de la tarea.</p>
<p>Atención a la diversidad</p> <p>Al igual que en la sesión anterior, debido a que esta sesión se llevará a cabo con el mismo grupo que la sesión 1 y 2, la atención a la diversidad es la misma que aparece explicada detalladamente en la primera sesión.</p>
<p>Evaluación</p> <p>Al igual que en las sesiones anteriores, el objeto de la evaluación es la confirmación de la consecución de los objetivos propuestos o no. Para ello, los criterios de evaluación que planteamos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprende a desarrollar la asertividad y la escucha activa • Escucha de manera activa a los compañeros/as cuando hablan • Mantiene el contacto visual durante una conversación • Respeta el turno de palabra • Manda feedback al interlocutor durante la conversación • Sabe expresar sus ideas y sentimientos de manera adecuada <p>En cuanto a los instrumentos de evaluación que se utilizarán en esta sesión, tenemos el cuaderno de la docente, como en las sesiones anteriores, donde se recogen reflexiones y observaciones de sucesos que han ocurrido durante el transcurso de la sesión.</p>

Por otra parte, también utilizaremos un pretest y un post test que pasaremos al alumnado tanto al inicio de la sesión como al final para apreciar los aprendizajes que han adquirido tras la puesta en práctica (**ANEXO VIII**).

Asimismo, al igual que en las sesiones anteriores, el alumnado rellenará una escala de satisfacción para conocer su opinión sobre la sesión que ha llevado a cabo (**ANEXO IV**).

Por último, se utilizará una escala de observación que la docente rellenará a partir de observar directa y sistemáticamente al alumnado durante el desarrollo de la sesión (**ANEXO IX**).

Fuente. Elaboración propia

Tabla 10.

Cuadro de la sesión 4 desarrollada

SESIÓN 4. AUTOESTIMA
<p>Introducción</p> <p>La habilidad social que se trabaja en esta cuarta sesión es la autoestima. La autoestima se corresponde con un juicio positivo sobre uno mismo, al haber logrado un entramado personal con coherencia basado en los cuatros elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales. En estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y ante los demás. (Rojas, 2001)</p> <p>Para lograr una buena autoestima, Branden (1995) plantea que hay que tener presentes los siguientes factores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La autocrítica: incluye el reconocimiento de los propios errores, la aceptación, el perdón y la superación de ello así como el reconocimiento de los buenos actos. • La responsabilidad: darse cuenta de que la propia vida es el resultado de las decisiones personales. • El respeto hacía uno mismo y hacia el propio valor como persona • El límite de los propios actos y el de los actos de los demás • La autonomía <p>Es muy importante que desde edades tempranas se fomente tener una buena autoestima porque repercutirá en todos los ámbitos de su vida. Si se fomenta conseguir una buena autoestima desde la infancia, los niños y niñas irán forjando dicha autoestima y se convertirán en adultos seguros de sí mismos y de todo lo que pueden aportar en la sociedad.</p>
<p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar una buena autoestima a través de las propias percepciones y de las de los demás • Conocer y confiar en las propias capacidades • Auto felicitarse por las acciones correctas y logros conseguidos • Mostrar afecto por los demás y por sí mismo
<p>Evaluación inicial</p> <p>Para evaluar los conocimientos previos que posee el alumnado acerca de la autoestima se le presentará un test donde se leerán las distintas oraciones que aparecen en él y el alumnado tendrá que marcar o la casilla del sí o la del no dependiendo de lo que ellos creen (ANEXO X).</p>
<p>Contextualización</p> <p>Esta sesión va dirigida a un grupo de 6 alumnos y alumnas de 3º de Infantil cuya edad está comprendida entre los 5 y 6 años.</p>
<p>Temporalización</p>

La duración total de la sesión son 55 minutos y, concretamente, la actividad 1 posee una temporalización de 15 minutos y la actividad 2 de 40 minutos.

Recursos

Actividad 1 → ovillo de lana

Actividad 2 → cartulinas, papel continuo, sobres, lápices de colores, pegamento y tijeras

Desarrollo de la actividad

Actividad 1. ¿Cómo me veo, cómo te veo y cómo veo que me ven?

En esta actividad colocaremos al alumnado en círculo. La docente tendrá un ovillo de lana y será quien que comience la actividad. Para ello, empezará diciendo algo que le guste de ella y algo que le guste de la persona a la que va a pasar el ovillo de lana. Después tirará dicho ovillo a la persona que ha dicho y ésta tendrá que decir si está de acuerdo con lo que han dicho sobre ella/él o no. Posteriormente, tendrá que repetir el mismo patrón. La actividad terminará cuando cada alumno/a haya dicho una cosa buena de todos sus compañeros/as. Cuando esto ocurra el ovillo de lana unirá a todos los alumnos y alumnas de la clase como símbolo de cohesión grupal.

Actividad 2. Cariñograma (ANEXO XI)

Esta actividad está compuesta por dos partes. En la primera parte, cada alumno y alumna deberá decorar su sobre y poner su nombre en él. Posteriormente, se pegarán todos los sobres en un papel continuo o una cartulina grande y se pintarán las letras que componen la palabra cariñograma y que luego irán también pegadas en el papel continuo. Cuando este trabajo esté hecho se pasará a la segunda parte. Esta parte consistirá en que durante la jornada escolar los niños y niñas observen a sus compañeros y que al final de dicha jornada envíen si quieren a alguno de ellos un mensaje positivo felicitándolo por algo que ha hecho ese día, elogiando algo que le gusta de dicho compañero/a o mandarle una muestra de cariño/agradecimiento. Al final de la semana, cada niño cogerá los mensajes que hay en su sobre, los leerá, los compartirá con los demás alumnos de la clase y comentará cómo se siente.

Esta actividad se puede continuar durante algunas semanas para apreciar mejor los resultados.

Atención a la diversidad

Al igual que en las sesiones anteriores, la sesión 1 recoge de manera detallada la atención a la diversidad que se llevará a cabo durante toda la propuesta de intervención.

Evaluación

En cuanto a la evaluación, el objeto de ella es, al igual que en las sesiones anteriores, apreciar el alcance de los objetivos propuestos. Para ello, los criterios de evaluación que planteamos son los siguientes:

- Sabe desarrollar una buena autoestima
- Conoce sus propias capacidades y confía en ellas
- Se felicita y está orgulloso de sí mismo cuando logra algo
- Muestra afecto por los demás y por su propia persona

Como instrumentos de evaluación, primero se pasará al alumnado un pretest y un post test con el fin de apreciar la evolución de los conocimientos y las competencias de este tras la puesta de práctica de la sesión (ANEXO X).

También se utilizará el cuaderno de la docente donde se aportarán interesantes reflexiones y observaciones ocurridas durante el desarrollo de la sesión.

Asimismo, al igual que en las sesiones anteriores, se dará al alumnado una escala de satisfacción para que la rellene según su nivel de agrado con la sesión (ANEXO IV).

Por último, durante el transcurso de la sesión, la docente rellenará una escala de observación para cada alumno/a con el fin de evaluar su nivel de desarrollo de la autoestima (ANEXO XII).

Fuente. Elaboración propia

6.8 Evaluación

Los criterios de evaluación que se nos proponen en los bloques II y IV del área de Crecimiento en Armonía que aparece en el *Decreto 37/2022, de 29 de septiembre*, de Educación Infantil de la *Comunidad de Castilla y León* y por los que nosotros nos guiaremos a la hora de valorar el grado de consecución de los objetivos propuestos son los siguientes:

Bloque II: Desarrollo y equilibrio afectivos

- 2.1 Identificar, expresar y valorar sus necesidades y sentimientos, ajustando progresivamente el control de sus emociones.
- 2.3 Expresar inquietudes, gustos y preferencias, mostrando satisfacción y seguridad sobre los logros conseguidos.
- 2.4 Respetar y aceptar las características, intereses y gustos de los demás, mostrando actitudes de empatía y asertividad.

Bloque IV: Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás

- 4.2 Adquirir y desarrollar normas, sentimientos y roles, interaccionando en los grupos sociales de pertenencia más cercanos, para construir su identidad individual y social.
- 4.3 Participar con iniciativa en juegos y actividades colectivas relacionándose con otras personas con actitudes de afecto y de empatía, respetando los distintos ritmos individuales y evitando todo tipo de discriminación y valorando la importancia de la amistad.
- 4.6 Desarrollar destrezas y habilidades para la gestión y resolución de conflictos de forma positiva, proponiendo alternativas creativas y teniendo en cuenta el criterio de otras personas.

Por otro lado, siguiendo los principios del aprendizaje significativo, llevaremos a cabo una evaluación inicial a fin de conocer qué sabe el alumnado para poder adecuar nuestro proceso de enseñanza-aprendizaje a esos conocimientos y a sus circunstancias.

De esta manera, realizaremos una evaluación formativa y global, por lo que se atenderá tanto al proceso como al resultado. De esta manera, no solo se tendrán en cuenta los aprendizajes adquiridos por el alumnado si no también el nivel de competencia alcanzado y el nivel de competencia personal y profesional del maestro durante el transcurso del proceso.

Respecto a los sistemas de evaluación, a lo largo de la propuesta, la docente utilizará como técnica la observación directa durante el desarrollo de las distintas actividades que componen las sesiones. Asimismo, los instrumentos de evaluación que utilizará para evaluar distintos aspectos relacionados con las habilidades sociales son los que aparecen recogidos en cada sesión en el apartado de actividades de la propuesta. No obstante, también se pasará tanto a los sujetos de estudio como a las familias de estos un test de habilidades sociales al principio de la propuesta de intervención para apreciar los conocimientos previos que poseen tanto los estudiantes como las familias.

6.9 Exposición de los resultados de la propuesta y alcance de los mismos

Tras implementar la propuesta de intervención, exponemos en este apartado los distintos resultados que se extrajeron de ella. Dichos resultados se obtuvieron de los instrumentos de evaluación planteados en el apartado anterior.

En primer lugar, aportamos la escala de habilidades sociales que se utilizó para apreciar los conocimientos previos del alumnado (**ANEXO XIII**). Analizando los resultados de este instrumento podemos extraer que gran parte del alumnado posee algún tipo de desarrollo en algunas habilidades sociales. No obstante, donde el alumnado tiene menos conocimientos es, respecto a las habilidades de inteligencia emocional y asertividad, la identificación y la comprensión de las emociones/sentimientos de otras personas. Consideramos que esto se debe a que todavía el alumnado se encuentra en una etapa egoísta, por lo que se fija mucho más en cómo se siente, en sus emociones...que en las de los demás. Con respecto a la habilidad de la escucha activa, donde el alumnado posee más dificultad es en entender de manera adecuada las instrucciones que recibe para acatarlas correctamente. Eso se debe a que muchas veces el alumnado pierde la concentración durante la explicación de alguna actividad o tarea y, por tanto, a la hora de llevarla a cabo no se acuerda de lo que había que hacer. De esta manera, o lo realiza incorrectamente o se queda esperando a que la docente vaya a preguntarle qué le pasa o pregunta de nuevo a la docente qué hay que hacer.

Por otro lado, en cuanto a la herramienta del cuaderno de la docente, aportamos las reflexiones de las cuatro sesiones que se implementaron. En dicho cuaderno se aportan hechos importantes e interesantes sobre las actitudes que tuvo el alumnado hacia las actividades, la temática y su evolución durante la puesta en práctica de la propuesta (**ANEXO XIV**). Analizando los resultados de esta herramienta podemos extraer la evolución del alumnado desde el principio de cada sesión hasta el final de esta.

En relación a la primera habilidad que se trabajó en dos sesiones, podemos apreciar cómo los conocimientos sencillos que el alumnado poseía se fueron ampliando y detallando a lo largo de

las dos sesiones. Por ejemplo en la conversación informal de la primera sesión un alumno respondió lo siguiente a la pregunta sobre qué eran las emociones: *“las emociones son cuando estamos alegres, tristes, enfadados...”*. Sin embargo, al acabar la segunda sesión, a esta misma pregunta el alumnado respondió que *“las emociones son lo que sentimos en cada momento dependiendo de lo que nos pase”*.

De igual manera, en el resto de habilidades también se pudo apreciar una evolución en los conocimientos que tenía el alumnado sobre esas habilidades. Por ejemplo, al comienzo de la sesión correspondiente a la escucha activa, el alumnado definió que esta era *“cuando escuchas mientras estás haciendo otras cosas”* o *“cuando escuchas a alguien cuando habla”* y que no sabía la diferencia entre oír y escuchar ni lo que significaba la asertividad. Sin embargo, esto cambió al finalizar la sesión, ya que algunas de las respuestas que dio el alumnado cuando se le volvieron a realizar las preguntas fueron: *“la escucha activa es cuando estamos muy concentrados prestando atención a lo que está diciendo una persona que está hablando”*, *“la diferencia entre oír y escuchar es que nosotros oímos siempre muchos sonidos/cosas sin quererlo, pero escuchamos solo cuando estamos atentos a lo que nos está diciendo alguien”* y *“la asertividad es cuando decimos lo que pensamos, sentimos, creemos en cada momento”*.

Del mismo modo, podemos apreciar esta evolución en la sesión 4. Por ejemplo, en el test de autoestima que llevamos a cabo al comienzo de la sesión, todo el alumnado respondió que sí a la frase *“siento preocupación por si los demás me aprecian/quieren”*. Y a las frases *“hago amigos fácilmente”* y *“mis compañeros/as escuchan mis ideas”*, un alumno respondió que no. No obstante, estas respuestas cambiaron al finalizar la sesión, ya que cuando el alumnado tuvo que volver a hacer el test respondió que no a la frase *“siento preocupación por si los demás me aprecian/quieren”* y el alumno que había respondido a las otras frases que no, cambió de opinión después de llevar a cabo la sesión. Por tanto, podemos apreciar que la autoestima del alumnado mejoró con la implementación de esta sesión.

También en cuanto a la actitud mostrada por el alumnado, tal como aparece recogido en el cuaderno de la docente, el alumnado al comienzo de cada sesión se mostraba más nervioso y tímido, pero luego fue confiando más en sí mismo y se pudo apreciar una mayor participación. Por ejemplo, en las preguntas iniciales de la primera sesión: *“al principio el alumnado se sintió un poco más cohibido y nervioso, pero poco a poco todos los alumnos y alumnas fueron participando más”*. Y después, en la segunda actividad de la primera sesión: *“Todo el alumnado estuvo muy motivado con esta actividad, por lo que cada vez que decía una emoción, este buscaba rápidamente en su cartón para ver si la tenía y, en caso afirmativo, levantaba la mano para poder contar su experiencia”*.

Otro ejemplo es en la primera actividad de la cuarta sesión: *“Al principio el alumnado estaba más tímido, por lo que tardaba más en decir una cosa de un compañero/a y, por ende, en pasar el ovillo”* y como esta participación mejoró en la segunda actividad de la cuarta sesión: *“Pude comprobar la gran participación del alumnado, ya que todos los alumnos y alumnas enviaron mensajes a otros compañeros y todos recibieron mensajes positivos”*.

Por otra parte, también aportamos las escalas de observación de cada alumno/a en la sesión 1 (**ANEXO XV**) donde podemos apreciar cómo al final de la sesión 1, la mayor parte del alumnado sabía qué eran las emociones, las identificó, expresó sus sentimientos e identificó y comprendió las emociones de los demás; por el contrario, al acabar la sesión el alumnado seguía mostrando dificultades al expresar sus emociones/sentimientos siempre. Esta expresión no es un proceso sencillo, por lo que con la repetición de esa sesión en el tiempo, dicha expresión de emociones mejorará y el alumnado acabará expresando siempre sus sentimientos y emociones. De igual manera, un alumno terminó la sesión sin saber identificar siempre el estado de ánimo de las demás personas y comprenderlo. No obstante, consideramos que estos procesos también mejorarán con la repetición de la puesta en práctica de esa sesión y con un continuo trabajo de esta habilidad, la inteligencia emocional.

Otra herramienta utilizada que está recogida en los anexos es la escala de satisfacción del alumnado en las diferentes sesiones. Como ejemplo hemos adjuntado las escalas de satisfacción de cada alumno/a en la sesión 1 (**ANEXO XVI**). Podemos observar como a todo el alumnado le gustó la actividad 2, el bingo de las emociones. No obstante, con la actividad 1 hubo diversidad de opiniones. A la mitad del alumnado sí que le gustó la actividad, a un alumno le pareció regular y a dos alumnos no les gustó. Asimismo, en las sesiones restantes, las actividades que más gustaron al alumnado fueron la actividad 1 y la 2 de la segunda sesión, la segunda parte de la actividad 2 de la tercera sesión y, por último, la segunda actividad de la cuarta sesión. Por ello, consideramos que al alumnado le gustó más las segundas actividades de las sesiones debido a que en ese momento del desarrollo de dichas sesiones los alumnos y alumnas estaban más concentrados e inmersos en las temáticas que se estaban trabajando.

De igual manera, también aparecen recogidas en el **ANEXO XVII** las escalas de observación de cada alumno/a en la sesión 2. Al terminar dicha sesión, pudimos comprobar que el alumnado desarrolló más la inteligencia emocional que al final de la primera sesión de inteligencia emocional. Podemos apreciarlo en las escalas donde todos los alumnos y alumnas acabaron sabiendo identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de distintas situaciones y expresar emociones a través de recortes de partes de la cara. Igualmente también se encuentran recogidas las escalas de observación del alumnado en la sesión 3.

A través de los resultados, podemos apreciar como la mayor parte del alumnado logró los criterios de evaluación planteados después de implementar la sesión sobre la escucha activa y la asertividad. Esto es así, ya que 4 de los 6 alumnos y alumnas de la clase alcanzaron todos los criterios de evaluación. Los otros dos alumnos/as acabaron la sesión sin haber conseguido completamente el criterio de evaluación que planteaba que el alumno/a escuchara activamente a otras personas cuando estas hablaban. No obstante, después de implementar la sesión, dicho criterio se encontraba en proceso de consecución, por lo que cuando se vuelva a implementar dicha sesión se mejorará este aspecto hasta que el alumnado lo consiga por completo.

Por último, queremos destacar de igual manera las escalas de observación de cada alumno/a en la sesión 4 (**ANEXO XIX**). Tras observarlas podemos apreciar que todo el alumnado terminó la sesión alcanzando los criterios de evaluación planteados. No obstante, una alumna que todavía a veces se mostraba tímida delante de los demás compañeros/as, posee ese criterio en proceso de consecución.

7. CONCLUSIONES

A nivel personal la realización de este Trabajo Fin de Grado ha sido realmente satisfactoria por varios motivos, por una parte, he podido investigar y aprender más acerca de las habilidades sociales, un tema que me suscitaba interés y ganas por conocer muchos aspectos sobre él. Además, consideraba que era una idea adecuada trabajar las habilidades en un aula de Educación Infantil a fin de que el alumnado pudiera mejorar el desarrollo de dichas habilidades tan importantes para su vida.

Por otra parte, también ha sido interesante poder poner en práctica las diferentes actividades recogidas en la propuesta de intervención y observar los resultados reales de dicha puesta en práctica. Además, pude comprobar la viabilidad de las actividades, si motivaron o no al alumnado, si a través de ellas se alcanzaron los objetivos planteados...

Me ha satisfecho también el haber podido implementarlo en la práctica, lo que ha supuesto una interesante experiencia de interacción con el alumnado en la que he aprendido mucho tanto a nivel personal como profesional.

Procederemos a continuación a valorar el grado de consecución de cada uno de los objetivos previstos, tanto generales como específicos.

En cuanto al objetivo general previsto *Elaborar e implementar una propuesta útil y viable en un aula de Educación Infantil, con el fin de mejorar las Habilidades Sociales del alumnado* se ha alcanzado completamente. Esto se debe a que, a través de la propuesta de intervención planteada y elaborada a partir de la información extraída de la bibliografía pertinente, hemos podido apreciar que dicha propuesta es útil y viable, ya que se ha implementado en un aula de E.I y se ha comprobado a través de los resultados obtenidos una mejora en el nivel de desarrollo de habilidades sociales del alumnado. Por ello, consideramos que esta propuesta es apropiada para trabajar esta temática en un aula de Educación Infantil. Al igual que otros estudios, los resultados obtenidos con esta propuesta confirman que, según Garaigordobil & Peña (2014), “los programas de intervención socioemocional aumenta las competencias sociales, las conductas prosociales, asertivas...” (p. 563).

Por otro lado, el objetivo específico *Conocer las Habilidades Sociales, su clasificación y sus características*, consideramos que también se ha conseguido, puesto que se ha buscado, indagado y analizado información adecuada y relacionada con las Habilidades Sociales, su clasificación y sus características a partir de la bibliografía encontrada y todo ello se ha plasmado en la fundamentación teórica de este Trabajo de Fin de Grado. Así mismo, dicha información nos ha sido realmente útil para escoger las habilidades que queríamos trabajar con nuestra propuesta de intervención la cual implementaríamos en un aula de Educación Infantil. Por ejemplo, gracias a

Goldstein et al. (1989), quien clasificó las habilidades sociales en seis grupos, pudimos escoger los grupos de habilidades que queríamos trabajar en este trabajo y qué acciones conformaban cada grupo. De esta manera, nuestra elección fueron el grupo I: primeras habilidades sociales, el grupo II: habilidades sociales avanzadas y el grupo III: habilidades relacionadas con los sentimientos, a fin de poder trabajar estas habilidades de manera adecuada conociendo sus características, particularidades...

El objetivo específico *Profundizar en el conocimiento de las Habilidades Sociales elegidas, inteligencia emocional, asertividad, escucha activa y autoestima, para trabajarlas en la propuesta de intervención que aparece en este trabajo*, consideramos que se ha alcanzado a través de revisión la bibliografía pertinente y elegir las habilidades sociales que queríamos trabajar en nuestra propuesta. Después de la elección, se siguió buscando y analizando información interesante y útil para conocer más acerca de las habilidades escogidas a fin de poder crear una propuesta adecuada que estuviera integrada por un conjunto de actividades bien planificadas, adecuadas y relacionadas con las habilidades a trabajar.

El objetivo específico *Destacar la importancia de trabajar las habilidades sociales en un aula de Infantil*, consideramos que también se ha conseguido por varios motivos. En primer lugar, gracias a la búsqueda y el análisis de artículos, libros..., hemos apreciado la importancia que tiene para las relaciones interpersonales del alumnado y, por ende, para el desarrollo integral del alumnado, trabajar en el aula las habilidades sociales. Asimismo, en segundo lugar, hemos podido comprobar a través de la implementación de la propuesta de intervención planteada y los posteriores resultados extraídos de ella, la importancia de trabajar las habilidades sociales en un aula de Educación Infantil, ya que proporciona al alumnado una serie de beneficios realmente importantes e interesantes para su vida. Tal y como plantea Contini (2008), un individuo con habilidades socioemocionales, que conoce y controla sus sentimientos e interpreta los estados de ánimo de otras personas, podrá actuar en su entorno y eso influirá positivamente en su calidad de vida. En definitiva, es favorable y útil trabajar las habilidades sociales en el aula.

Por último, con respecto al objetivo específico *Presentar a otros docentes y al alumnado actividades, recursos y herramientas útiles para el desarrollo de sus habilidades sociales*, consideramos que se ha alcanzado completamente por el siguiente motivo; gracias a la propuesta de intervención elaborada en este trabajo y su implementación en un aula, hemos podido comprobar que las actividades planteadas son viables y útiles para trabajar con el alumnado las habilidades sociales, por lo que consideramos adecuado ofrecerles a otros alumnos y docentes dicha propuesta a fin de que se implemente en otros aulas y que más personas puedan mejorar su nivel de desarrollo de habilidades sociales.

En cuanto a las **potencialidades del trabajo**, después de haber implementado dicha propuesta en un aula de 3º de Infantil, consideramos interesante y útil poder implementarla en otros cursos educativos, así como en otros centros escolares a fin de poder generalizar los resultados y conclusiones y que estas puedan respaldar las extraídas en este trabajo. Asimismo, consideramos que dicha propuesta trabaja las habilidades sociales, habilidades que como hemos explicado anteriormente, son imprescindibles para el desarrollo integral de las personas, ya que, entre otras cosas, intervienen en las relaciones con los demás. Por tanto, consideramos interesante que los docentes implementen en sus aulas las diferentes actividades que aparecen en esta propuesta de intervención promoviendo así la mejora del desarrollo de las habilidades sociales de su alumnado.

Por otro lado, también consideramos que esta propuesta de intervención es susceptible de ampliarse más en cuanto a realizar más actividades para trabajar cada habilidad social, así como elaborar otras sesiones para trabajar otras habilidades que no estén recogidas en esta propuesta.

Asimismo, pensamos que también se podría implementar esta propuesta, adaptándola a la muestra, en personas adultas, tanto profesores, familias como personas ajenas con el fin de poder mejorar también el nivel de desarrollo que poseen de estas habilidades sociales.

En cuanto a las limitaciones del trabajo podríamos señalar es el bajo número de alumnado del aula donde se ha implementado dicha propuesta; ello ha supuesto que no hayamos podido apreciar una suficiente diversidad de niveles de desarrollo de habilidades sociales al solo tener seis alumnos y alumnas con los que poner en práctica la propuesta. Por tanto, los resultados extraídos podrían haber sido más ricos y amplios si se hubiera implementado en un aula con un alumnado más amplio.

Por otro lado, dada la riqueza del tema objeto de investigación, las habilidades sociales, hubiera sido interesante evaluar y trabajar otra serie de habilidades además de las cuatro implementadas; no obstante, las habilidades trabajadas, ciertamente se pueden considerar las más importantes y útiles para el alumnado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alberti, R. E & Emmons, M. L. (1974). *Your Perfect Right: A Guide to Assertive Behavior*. Impact.
- Ardila, S. A. & Castiblanco, A. L. (2019). *Escucha activa y convivencia mucho más que teoría*. <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2829>
- Bernal, Á. F., Cañarte, C. R., Macias, T. M., & Ponce, M. Á. (2022). La comunicación asertiva y su aporte en el proceso de enseñanza y aprendizaje. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 7(4), 682-695. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8482994>
- Betina, A., & Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en humanidades*, 12(23), 159-182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Paidós.
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (7ª edición). Siglo XXI.
- Caballo, V. E., Calderero, M., Carrillo, G. B., Salazar, I. C. & Iruña, M. J. (2011). Acoso escolar y ansiedad social en niños (II): una propuesta de intervención en formato lúdico. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 19(3), 611-626. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/07.Caballo_2_19-3oa.pdf
- Cáceres, M. P., & Hinojo, F. J. (2005). El entrenamiento en habilidades sociales y su incidencia en el desarrollo psicoafectivo del alumno. *REXE: Revista de estudios y experiencias en educación*, 4(8), 63-90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1334436>
- Consejería de Educación (2022). Decreto 37/2022, de 29 de septiembre, *por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación infantil en la Comunidad de Castilla y León*. Boletín Oficial de Castilla y León, 190, 29 de septiembre de 2022. <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-1.pdf>
- Contini, N. (2008). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas desde la Psicología Positiva. *Psicodebate: Psicología, Cultura y Sociedad*, (9), 45-64. <http://dspace.palermo.edu/dspace/handle/10226/571>

- Cova, Y. (2012). La comprensión de la escucha. *Letras*, 54(87), 125-140. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5984413>
- Garaigordobil, M., & Peña, A. (2014). Intervención en las habilidades sociales: efectos en la inteligencia emocional y la conducta social. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 22(3), 551-567. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/intervencion-en-las-habilidades-sociales-efectos-en-la-inteligencia-emocional-y-la-conducta-social/>
- Gil, P., Gutiérrez, E. C., & Madrid, P. D. (2013). Incremento de las habilidades sociales a través de la expresión corporal: la experiencia en clases de iniciación al baile. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 83-88. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/177821>
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J., & Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de enseñanza*. Martínez Roca.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.
- Hernando, Á., Aguaded, I., & Pérez, A. (2011). Técnicas de comunicación creativas en el aula: escucha activa, el arte de la pregunta, la gestión de los silencios. *Educación y Futuro: Revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, (24), 153-180.
- Levinger, B. (1994). School feeding programmes: myth and potential. *Prospects*, 14(3), 369-376. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000061555>
- López, È. (2007). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Wolters Kluwer.
- López, È. (2007). *La educación emocional en el segundo ciclo de la educación infantil: diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional para la prevención y el desarrollo humano* [Tesis doctoral, Universidad de Barcelona]. Repositorio Digital de la Universidad de Barcelona. <https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/173411>
- Martínez, O. (2010). *La Autoestima*. <https://escuelatranspersonal.com/wp-content/uploads/2013/11/la-autoestima.pdf>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-34). Basic Books.
- Mejía, A., Pastrana, J. J., & Mejía, J. M. (2011). La autoestima, factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional. *XII Congreso internacional de Teoría*

de la educación, 1-13. <https://www.cite2011.com/wp-content/Comunicaciones/A+R/103.pdf>

Ministerio de Educación (2007). Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, *por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales*. Boletín Oficial del Estado, 260, de 30 de Octubre de 2007. <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2007-18770>

Ministerio de Educación y Ciencia (2007). Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, *por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil*. Boletín Oficial del Estado, 312, de 29 de diciembre de 2007. https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2007-22446

Mitlin, M. (2008). *Juego, El bingo de las emociones*. Madrid: TEA Ediciones, Departamento de I+D.

Monjas, M.I. (2016). *Programa de asertividad y habilidades sociales (PAHS)* (4ª edición). CEPE.

Monjas, M.I. (2020). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar* (12ª edición). CEPE.

Monjas, M. I, Arias, B y Verdugo, M.A. (1991). *Desarrollo de un código de observación para evaluar la interacción social en alumnos de primaria*. III Congreso de Evaluación Psicológica.

Monjas, M.I & González, B. (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. Centro de Investigación y Documentación Educativa- CIDE, (146).

Orts, V. (2015). *Las Habilidades Sociales en el Aula*. Santillana Educación S.L.

Roca, E. (2007). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Acde.

Rodríguez, E. & Serralde, M. (1991). *Asertividad para negociar*. McGraw-Hill.

Rojas, E. (2001). *¿Quién eres? De la personalidad a la autoestima*. Temas de hoy, S.A.

Salovey, P. (2007). Prólogo. En J. M. Mestre & P. Fernández-Berrocal (coords.), *Manual de Inteligencia Emocional* (pp. 17-19). Pirámide.

Sheridan, S. (1995). *The tough kid social skills book*. Sopris West.

ANEXOS

ANEXO I

Guion de la conversación informal de la sesión 1

(utilizada como pretest y postest)

- ¿Sabéis lo que son las emociones?
- ¿Conocéis algunas emociones? ¿Cuáles?
- ¿Qué es estar alegre? ¿Qué es estar triste? ¿Qué es estar enfadado?
¿ASCO/SORPRESA/MIEDO (EMOCIONES BÁSICAS PRIMARIAS)
- ¿Qué es estar enamorado? ¿Cuándo sentimos vergüenza? ¿Cuándo sentimos celos? (EMOCIONES BÁSICAS SECUNDARIAS)
- ¿En estas imágenes cómo están los niños? ¿Alegres/contentos? ¿Tristes?
¿Enfadados?...

ANEXO II

Presentación de rostros que manifiestan diferentes emociones



ANEXO III

**Cartones de bingo y tarjetas con emoticonos que expresan distintas emociones
(elaboración propia)**



ANEXO IV

Escala de satisfacción del alumnado con la sesión 1, 2,3 y 4

Tabla 11.

Escala de satisfacción del alumnado con las sesiones

			
¿Te ha gustado la actividad 1?			
¿Te ha gustado la actividad 2?			
¿Cómo te sientes después de llevar a cabo la sesión?			
Dibuja lo que más te haya gustado de la sesión:			

Fuente. Elaboración propia

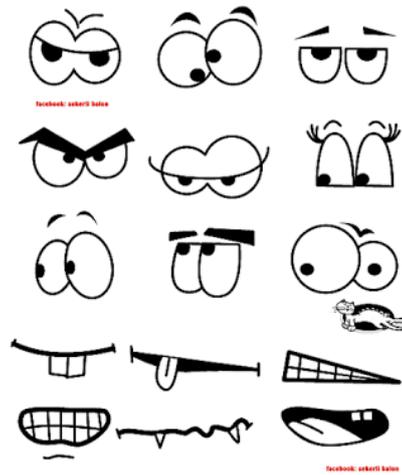
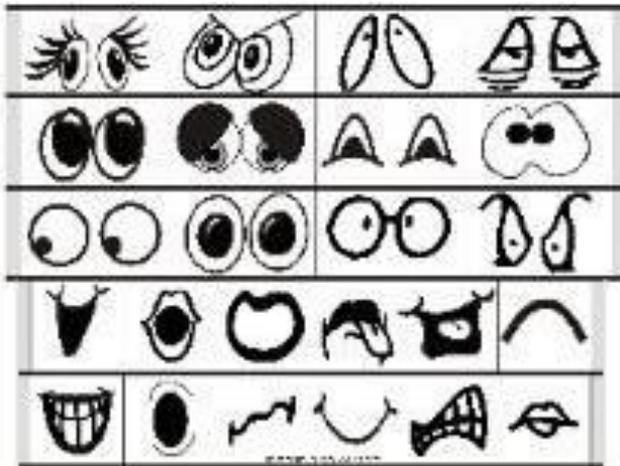
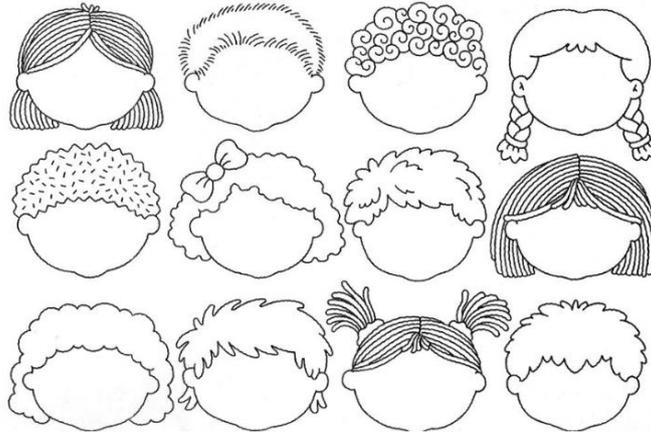
ANEXO V**Escala de observación del alumnado en la sesión 1****Tabla 12.***Escala de observación del alumnado en la sesión 1*

Nombre alumno/a:			
Sesión 1. Identificación y expresión de emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe lo que son las emociones			
Identifica distintas emociones			
Expresa sus sentimientos/emociones			
Identifica el estado de ánimo de los demás			
Comprende los sentimientos de otras personas			
Observaciones:			

Fuente. Elaboración propia

ANEXO VI

Caras en blanco y recortes de partes de la cara



ANEXO VII**Escala de observación del alumnado en la sesión 2****Tabla 13.***Escala de observación del alumnado en la sesión 2*

Nombre alumno/a:			
Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de situaciones			
Sabe expresar distintas emociones a través recortes de partes de la cara			
Observaciones:			

Fuente. Elaboración propia

ANEXO VIII

Guion de la conversación informal de la sesión 3 (Utilizada como pretest y postest)

- ¿Qué pensáis que es la escucha activa?
- ¿Sabéis cuál es la diferencia entre escuchar y oír?
- ¿Vosotros siempre estáis atentos y escuchando cuando otra persona está hablando?
- ¿Cuándo estáis hablando con alguien respetáis su turno cuando está hablando o empezáis a hablar vosotros aunque no haya terminado?
- ¿Qué creéis que es la asertividad?
- ¿Vosotros decís lo que pensáis y sentís cuando queréis?

ANEXO IX**Escala de observación del alumnado en la sesión 3****Tabla 14.***Escala de observación del alumnado en la sesión 3*

Nombre alumno/a:			
Sesión 3. Asertividad y escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha activamente a otras personas cuando estas hablan			
Mantiene contacto visual durante una conversación			
Respeto el turno de palabra			
Manda señales de aprobación o desaprobación al interlocutor durante la conversación			
Expresa sus ideas y sentimientos de manera adecuada			
Observaciones:			

Fuente. Elaboración propia

ANEXO X**Test de autoestima (pre y post test)****Tabla 15.***Test de autoestima*

ÍTEMS	Sí	No
Siento preocupación por si los demás me aprecian/quieren		
Mis compañeros/as escuchan mis ideas		
Me siento bien conmigo mismo cuando estoy solo		
Me quiero y me siento bien cuando hago las cosas bien		
Me siento bien conmigo mismo cuando estoy con mis amigos		
Hago amigos fácilmente		
Siento que mis amigos me quieren y me valoran		
Soy buen amigo		
Pienso que mi familia me quiere		

Fuente. Elaboración propia

ANEXO XI

Ejemplo de Cariñograma



ANEXO XII**Escala de observación del alumnado en la sesión 4****Tabla 16.***Escala de observación del alumnado en la sesión 4*

Nombre alumno/a:			
Sesión 4. Autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se felicita cuando logra algo			
Confía en sus propias capacidades			
Muestra afecto por los demás			
Se muestra introvertido/tímido delante de los demás			
Posee una buena autoestima			
Observaciones:			

Fuente. Elaboración propia

ANEXO XIII**Evaluación inicial del alumnado en habilidades sociales**

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES			
Nombre alumno/a: I.D.			
Evaluador: CLARA MARTÍN		Fecha: 20/04/2023	
Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Identifica sus sentimientos	X		
Expresa sus sentimientos	X		
Identifica los sentimientos de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas		X	
Expresa afecto	X		
Realiza cumplidos	X		
Sus compañeros siempre están dispuestos a compartir con el niño/a	X		
El niño/a comparte con los demás	X		
Habilidades relacionadas con la escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha a otros cuando están hablando	X		
Mira a otros cuando están hablando	X		
Es capaz de mantener una conversación	X		
Inicia una conversación de forma espontánea	X		
Al recibir instrucciones las entiende y acata de forma satisfactoria	X		
Habilidades relacionadas con la autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se autorrecompensa ante una buena actitud o logro	X		
Se muestra tímido frente a los demás		X	
Confía en sus propias capacidades	X		

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES			
Nombre alumno/a: R. M.			
Evaluador: CLARA MARTÍN		Fecha: 20/04/2023	
Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Identifica sus sentimientos	X		
Expresa sus sentimientos	X		
Identifica los sentimientos de los demás		X	
Comprende los sentimientos de otras personas		X	
Expresa afecto		X	
Realiza cumplidos	X		

Sus compañeros siempre están dispuestos a compartir con el niño/a		X	
El niño/a comparte con los demás	X		
Habilidades relacionadas con la escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha a otros cuando están hablando			X
Mira a otros cuando están hablando		X	
Es capaz de mantener una conversación		X	
Inicia una conversación de forma espontánea	X		
Al recibir instrucciones las entiende y acata de forma satisfactoria		X	
Habilidades relacionadas con la autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se autorrecompensa ante una buena actitud o logro	X		
Se muestra tímido frente a los demás			X
Confía en sus propias capacidades	X		

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre alumno/a: C.L.

Evaluador: CLARA MARTÍN

Fecha: 20/04/2023

Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Identifica sus sentimientos	X		
Expresa sus sentimientos		X	
Identifica los sentimientos de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas		X	
Expresa afecto		X	
Realiza cumplidos			X
Sus compañeros siempre están dispuestos a compartir con el niño/a	X		
El niño/a comparte con los demás	X		
Habilidades relacionadas con la escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha a otros cuando están hablando	X		
Mira a otros cuando están hablando	X		
Es capaz de mantener una conversación	X		
Inicia una conversación de forma espontánea		X	
Al recibir instrucciones las entiende y acata de forma satisfactoria	X		
Habilidades relacionadas con la autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se autorrecompensa ante una buena actitud o logro		X	
Se muestra tímido frente a los demás	X		
Confía en sus propias capacidades	X		

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre alumno/a: J. A.			
Evaluador: CLARA MARTÍN		Fecha: 20/04/2023	
Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Identifica sus sentimientos	X		
Expresa sus sentimientos	X		
Identifica los sentimientos de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas		X	
Expresa afecto	X		
Realiza cumplidos		X	
Sus compañeros siempre están dispuestos a compartir con el niño/a	X		
El niño/a comparte con los demás		X	
Habilidades relacionadas con la escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha a otros cuando están hablando	X		
Mira a otros cuando están hablando	X		
Es capaz de mantener una conversación	X		
Inicia una conversación de forma espontánea	X		
Al recibir instrucciones las entiende y acata de forma satisfactoria	X		
Habilidades relacionadas con la autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se autorrecompensa ante una buena actitud o logro	X		
Se muestra tímido frente a los demás			X
Confía en sus propias capacidades	X		

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre alumno/a: C.A.			
Evaluador: CLARA MARTÍN		Fecha: 20/04/2023	
Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Identifica sus sentimientos	X		
Expresa sus sentimientos	X		
Identifica los sentimientos de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas		X	
Expresa afecto	X		
Realiza cumplidos	X		
Sus compañeros siempre están dispuestos a compartir con el niño/a	X		
El niño/a comparte con los demás	X		
Habilidades relacionadas con la escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha a otros cuando están hablando	X		
Mira a otros cuando están hablando	X		
Es capaz de mantener una conversación	X		
Inicia una conversación de forma espontánea	X		
Al recibir instrucciones las entiende y acata de forma satisfactoria		X	

Habilidades relacionadas con la autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se autorrecompensa ante una buena actitud o logro	X		
Se muestra tímido frente a los demás		X	
Confía en sus propias capacidades	X		

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre alumno/a: P. L.

Evaluador: CLARA MARTÍN

Fecha: 20/04/2023

Habilidades relacionadas con los sentimientos y la asertividad	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Identifica sus sentimientos	X		
Expresa sus sentimientos	X		
Identifica los sentimientos de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas		X	
Expresa afecto	X		
Realiza cumplidos	X		
Sus compañeros siempre están dispuestos a compartir con el niño/a	X		
El niño/a comparte con los demás	X		
Habilidades relacionadas con la escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha a otros cuando están hablando		X	
Mira a otros cuando están hablando	X		
Es capaz de mantener una conversación	X		
Inicia una conversación de forma espontánea	X		
Al recibir instrucciones las entiende y acata de forma satisfactoria		X	
Habilidades relacionadas con la autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se autorrecompensa ante una buena actitud o logro	X		
Se muestra tímido frente a los demás			X
Confía en sus propias capacidades	X		

ANEXO XIV

Cuaderno de la docente

1ª SESIÓN TFG

En un momento dado, expliqué al alumnado que íbamos a llevar a cabo unas actividades que iban a trabajar algunas habilidades como la inteligencia emocional, la autoestima, la escucha activa y la asertividad.

Además, expliqué que ese día era el de las emociones y que, para ello, primero les iba a hacer una serie de preguntas que me tenían que responder como ellos creyeran. A la primera pregunta, “¿sabéis lo que son las emociones?”, varios niños y niñas me dijeron que sí. Opinaron que las emociones era cuando estábamos alegres, tristes, enfadados... Y relacionando estas respuestas con la siguiente pregunta les dije que si sabían qué era estar alegre/triste/enfadado... Cada uno intentó explicar con sus palabras qué creía que significaba cada cosa y algunos también contaron experiencias suyas donde sintieron una u otra de las emociones sobre las que les había preguntado. De igual manera, también me respondieron acerca de lo que pensaban que era estar enamorado, sentir vergüenza... aunque les costó más intentar explicar estas emociones. Es cierto que al principio el alumnado se sintió un poco más cohibido y nervioso, pero poco a poco todos los alumnos y alumnas fueron participando más. Algunos ejemplos que dijeron fueron: “yo sentí vergüenza una vez cuando fui a un cumpleaños y había mucha gente que no conocía que me miró cuando entré”, “yo me puse nervioso el otro día cuando me tocó ser el encargado en la asamblea, ya que quise hacer las cosas bien, pero me distraje mucho”.

Después empezamos con la primera actividad. Para ello, se explicó al alumnado en qué consistía. Este lo entendió adecuadamente y empecé a enseñarle las imágenes para que me fueran diciendo qué emoción pensaban que estaba sintiendo cada niño/a en cada foto. En casi todas las ocasiones, el alumnado supo identificar cada imagen y clasificarla según la emoción que representaba. Después, ejemplifiqué con mi cara las emociones y ellos las fueron reproduciendo también. Al principio intentaban representar la emoción con la cara, pero también con sonidos, ya que era más fácil para ellos. No obstante, les comenté que se trataba de intentar representar cada emoción solo a través de colocar de una forma u otra las partes que componen nuestra cara. A raíz de este comentario, empezaron a representar dichas emociones de manera adecuada, solo utilizando la cara.

Posteriormente, pasamos a la segunda actividad. Se explicó al alumnado en qué consistía y se repartieron los cartones del bingo. Después, fui sacando tarjetas y diciendo qué emoción tenían que buscar en su cartón. Cada alumno/a fue buscando las emociones que iban saliendo y si las encontraba en su cartón contaba una experiencia donde sintió dicha emoción. Todo el alumnado

estuvo muy motivado con esta actividad, por lo que cada vez que decía una emoción, este buscaba rápidamente en su cartón para ver si la tenía y, en caso afirmativo, levantaba la mano para poder contar su experiencia.

Cuando hicimos varias rondas y terminamos la segunda actividad, expliqué al alumnado la escala de satisfacción y le repartí una a cada alumno/a para que la rellenaran.

2ª SESIÓN TFG

Esta segunda sesión empezó con una pequeña explicación de que íbamos a continuar hablando y trabajando las emociones. Después, expliqué la primera actividad, repartí el material y fui diciendo cada frase o pequeña historia para que el alumnado, según la emoción que pensaba que sentiría en ese momento, fuera buscando los ojos y la boca que más se adecuaba a esa emoción que quería representar en la cara en blanco. El alumnado sí que supo identificar las emociones relacionadas con cada frase/pequeña historia excepto una en la que dos alumnos dijeron que ellos sentirían una emoción totalmente diferente a la que dijeron los demás compañeros. Dicha frase era “te persigue un gran perro y te empieza a ladrar”. La mayor parte de los alumnos y alumnas dijeron que ellos sentirían miedo. Sin embargo, dos alumnos dijeron que ellos sentirían alegría porque no les dan miedo los perros, por lo que aunque les ladrarán estaría contentos. Esta opinión es totalmente aceptable, pero considero que estos alumnos opinaron eso debido a que querían que los demás compañeros/as vieran que eran graciosos y valientes diciendo eso.

Después pasamos a la segunda actividad. Explicué al alumnado en qué consistía y repartí los materiales para llevarla a cabo. En ese momento, los alumnos y alumnas empezaron a buscar en las revistas y en los periódicos ejemplos de personas que estuvieran expresando distintas emociones. Posteriormente, cuando tuvieron varios ejemplos los pegaron en una hoja y escribieron debajo la emoción que representaba para formar su cuaderno de las emociones. Todo el alumnado buscó y encontró varios ejemplos de personas que expresaran diferentes emociones.

Para finalizar la sesión, volví a realizar al alumnado las preguntas con las que empecé la primera sesión para comprobar que conocimientos poseía después de haber puesto en práctica las dos sesiones sobre inteligencia emocional. Así pude apreciar que el alumnado había adquirido más conocimiento sobre el concepción de emoción, sobre qué emociones había, cómo se expresaban... Algunas de las respuestas que el alumnado dio a las preguntas fueron: “son lo que sentimos en cada momento dependiendo de lo que nos pase” y “las emociones principales son la alegría, la tristeza, el enfado, el asco y el miedo”.

Para finalizar la sesión, al igual que en la anterior, repartí al alumnado la escala de satisfacción y este la rellenó según lo que sintió durante la sesión.

3ª SESIÓN TFG

Esta sesión del TFG comenzó cuando la docente realizó varias preguntas al alumnado. Este intentó explicar qué creía que era la escucha activa con ideas como “cuando escuchas a alguien cuando habla”, “cuando escuchas mientras estás haciendo otras cosas” ... Por otra parte, en cuanto a la pregunta de cuál es la diferencia entre escuchar y oír, no hubo ningún alumno/a que supiera decir cuál era esa diferencia. De igual manera, en las siguientes preguntas todo el alumnado respondió dando su opinión acerca de que no siempre estaba atento y escuchando a otra persona cuando esta estaba hablando y que a veces empezaban a hablar aunque la otra persona no hubiera acabado. Por último, en la pregunta sobre si sabían lo que era la asertividad, ningún alumno/a supo explicarlo, todos opinaron que no sabían que era. Sin embargo, en la pregunta de si dicen lo que piensan y sienten cuando quieren, la mayor parte opinó que normalmente sí, pero que no siempre.

Después, pasé a explicar la primera actividad. El alumnado la entendió perfectamente porque alguna vez había llevado a cabo en el aula alguna actividad parecida a la que expliqué. De esta manera, repartimos los turnos y empecé yo a inventar una pequeña historia. Luego el siguiente alumno/a siguió la historia después de haber escuchado con atención la mía. Y así sucesivamente, todo el alumnado fue aportando sus ideas y entre todos creamos una historia. Dicha historia fue bastante interesante, ya que como todo el alumnado estuvo prestando atención a los demás compañeros, supo seguir la historia creando su parte de manera adecuada.

Posteriormente, pasamos a la primera parte de la segunda actividad. Al principio, al alumno/a que le tocó dibujar le costó poder entender lo que tenía que dibujar sin haberlo visto, ya que a veces las instrucciones que daba su compañero/a eran un poco largas o poco/muy detalladas. De esta manera, los alumnos debían estar muy concentrados para poder dibujarlo de manera adecuada tal y como su compañero/a lo describía. Poco a poco el alumnado empezó a prestar más atención a su compañero/a escuchando correctamente todo lo que este decía. Al final todas las parejas llevaron a cabo dibujos que se asemejaban bastante a la realidad. Este proceso ocurrió igual cuando se cambiaron los roles.

En la segunda parte de esta segunda actividad, coloqué al alumnado por parejas y un miembro de cada una de ellas escondió un objeto por la clase. Después, el otro integrante tuvo que encontrarlo a través de las instrucciones de su compañero ya que tenía los ojos cerrados. En este momento, pude observar la dificultad que tuvo algún alumno/a para dar indicaciones a su compañero/a, ya que a veces no sabía que palabras/expresiones utilizar para poder ayudarlo sin decirle el lugar exacto donde se encontraba el objeto. Al intercambiar los roles, los otros integrantes de las parejas se dieron cuenta de la dificultad que tenía dar indicaciones al compañero/a para que este encontrara el objeto, ya que no podía ver nada.

Posteriormente, realicé de nuevo las preguntas del comienzo de la sesión para comprobar los conocimientos del alumnado una vez implementada dicha sesión y si esos conocimientos sobre la escucha activa y la asertividad se habían ampliado o no. Pude comprobar que sus respuestas a las preguntas fueron más detalladas y completas, por lo que sí que vi diferencias entre los conocimientos del alumnado al empezar la sesión y al terminarla. Algunas de las respuestas fueron: “la escucha activa es cuando estamos muy concentrados prestando atención a lo que está diciendo una persona que está hablando”, “la diferencia entre oír y escuchar es que nosotros oímos siempre muchos sonidos/cosas sin quererlo, pero escuchamos solo cuando estamos atentos a lo que nos está diciendo alguien” y “la asertividad es cuando decimos lo que pensamos, sentimos, creemos en cada momento”.

Por último, el alumnado rellenó la escala de satisfacción que le repartí.

4ª SESIÓN TFG

Para comenzar esta sesión, le expliqué al alumnado que le iba a repartir una hoja con unas frases que íbamos a leer y que tenían que responder lo que creyeran diciendo sí o no. Empecé a leer las frases y cada alumno/a fue respondiendo en el papel. Una de las respuestas que me sorprendió fue cuando un alumno dijo que él pensaba que no hacía amigos fácilmente y que creía que a veces sus compañeros/as no escuchaban sus ideas. Dichas respuestas me sorprendieron porque no pensaba que ese niño sí que sentía eso, aunque en el patio pude comprobar que sí que es cierto que algunas veces le cuesta socializar porque él dice a los demás lo que tienen que decir en el juego al que están jugando y a los demás no les apetece hacer lo que él diga todo el rato. Por otra parte, también me sorprendió que todos los alumnos y alumnas respondieron que sí a la frase “siento preocupación por si los demás me aprecian/quieren”. Considero que se debe a que, aunque algunos niños/as sean más o menos tímidos, más o menos sociables, todos quieren que los demás quieran jugar con ellos, los aprecien...

Posteriormente, pasamos a la primera actividad la cual expliqué y seguidamente empezamos a realizar. Al principio el alumnado estaba más tímido, por lo que tardaba más en decir una cosa de un compañero/a y, por ende, en pasar el ovillo. No obstante, poco a poco cada alumno/a fue diciendo de manera sincera cosas buenas de los demás compañeros/as y estos últimos estuvieron de acuerdo con lo que se decía de ellos. Aun así, para algunos alumnos/as fue más sencillo decir cosas buenas de los demás que decirlas de sí mismo, ya que no se les ocurrían ideas y para otros alumnos/as al revés.

Cuando terminamos esta primera actividad pasamos a la segunda. De igual manera, expliqué en qué consistía y el alumnado comenzó a crear y pintar sus sobres con entusiasmo. Cuando tuvimos todo preparado, pegamos en una pared el cariñograma y al final de la jornada el alumnado que quiso envió un mensaje positivo a algún compañero/a. Pude comprobar la gran participación del

alumnado, ya que todos los alumnos y alumnas enviaron mensajes a otros compañeros y todos recibieron mensajes positivos, ya que al principio un alumno no había recibido, pero otro al final quiso mandarle un mensaje. Al leer dichos mensajes positivos, el alumnado se fue muy contento de clase por haber enviado mensajes bonitos a otros compañeros/as y por haber recibido también este tipo de mensajes. Durante los próximos días podré comprobar si los alumnos y alumnas se siguen acordando del cariñograma y en algún momento envían un mensaje a otro compañero/a del aula.

Antes de llegar al final de la sesión, volví a decir al alumnado las frases con las que comencé la sesión para comprobar si sus opiniones habían cambiado después de llevar a cabo esta sesión sobre la autoestima. Comprobé que las opiniones que tenían algunos alumnos sobre que les costaba hacer amigos fácilmente, que sentían que los demás no los escuchaban o que tenían miedo a que los demás no los quisieran/apreciaran habían cambiado a raíz de las dos actividades que había realizado. Esto es así, ya que como cada alumno/a dijo cosas buenas de los demás y recibió también elogios de sus compañeros/as su opinión cambió y su autoestima subió. No fue un gran cambio, puesto que con una sesión de 55 minutos no es suficiente, pero sí que pude apreciar un pequeño cambio a mejor en relación a la confianza del alumnado respecto al aprecio de los demás.

Para terminar la sesión, al igual que las anteriores, repartí al alumnado la escala de satisfacción para que la rellenase según lo que había sentido durante la sesión.

ANEXO XV**Escala de observación de cada alumno/a de la sesión 1**

Nombre alumno/a: I. D.			
Sesión 1. Identificación y expresión de emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe lo que son las emociones	X		
Identifica distintas emociones	X		
Expresa sus sentimientos/emociones	X		
Identifica el estado de ánimo de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: R. M.			
Sesión 1. Identificación y expresión de emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe lo que son las emociones	X		
Identifica distintas emociones	X		
Expresa sus sentimientos/emociones	X		
Identifica el estado de ánimo de los demás		X	
Comprende los sentimientos de otras personas		X	
Observaciones:			

Nombre alumno/a: C. L.			
Sesión 1. Identificación y expresión de emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe lo que son las emociones	X		
Identifica distintas emociones	X		
Expresa sus sentimientos/emociones		X	
Identifica el estado de ánimo de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: J. A.			
Sesión 1. Identificación y expresión de emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe lo que son las emociones	X		
Identifica distintas emociones	X		

Expresa sus sentimientos/emociones		X	
Identifica el estado de ánimo de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas	X		
Observaciones:			

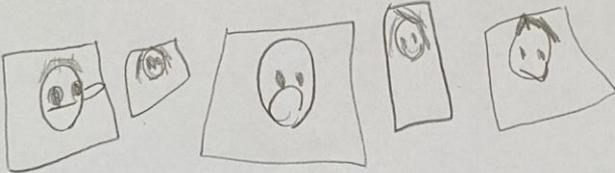
Nombre alumno/a: C. A.			
Sesión 1. Identificación y expresión de emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe lo que son las emociones	X		
Identifica distintas emociones	X		
Expresa sus sentimientos/emociones	X		
Identifica el estado de ánimo de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas	X		
Observaciones:			

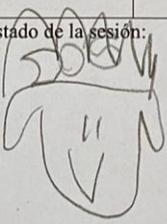
Nombre alumno/a: P. L.			
Sesión 1. Identificación y expresión de emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe lo que son las emociones	X		
Identifica distintas emociones	X		
Expresa sus sentimientos/emociones	X		
Identifica el estado de ánimo de los demás	X		
Comprende los sentimientos de otras personas	X		
Observaciones:			

ANEXO XVI

Escala de satisfacción de cada alumno/a en la sesión 1

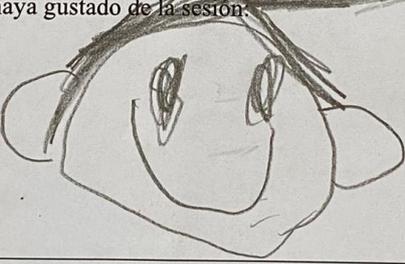
			
¿Te ha gustado la actividad 1?			X
¿Te ha gustado la actividad 2?			X
¿Cómo te sientes después de llevar a cabo la sesión?			X
Dibuja lo que más te haya gustado de la sesión:			
			

			
¿Te ha gustado la actividad 1?		X	
¿Te ha gustado la actividad 2?			X
¿Cómo te sientes después de llevar a cabo la sesión?			X
Dibuja lo que más te haya gustado de la sesión:			
			

			
¿Te ha gustado la actividad 1?			X
¿Te ha gustado la actividad 2?			X
¿Cómo te sientes después de llevar a cabo la sesión?			X
Dibuja lo que más te haya gustado de la sesión:			
			

			
¿Te ha gustado la actividad 1?			X
¿Te ha gustado la actividad 2?			X
¿Cómo te sientes después de llevar a cabo la sesión?			X
Dibuja lo que más te haya gustado de la sesión:			
			

			
¿Te ha gustado la actividad 1?			
¿Te ha gustado la actividad 2?			
¿Cómo te sientes después de llevar a cabo la sesión?			
Dibuja lo que más te haya gustado de la sesión:			
			

			
¿Te ha gustado la actividad 1?			
¿Te ha gustado la actividad 2?			
¿Cómo te sientes después de llevar a cabo la sesión?			
Dibuja lo que más te haya gustado de la sesión:			
			

ANEXO XVII**Escala de observación de cada alumno/a en la sesión 2**

Nombre alumno/a: I. D.			
Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de situaciones	X		
Sabe expresar distintas emociones a través recortes de partes de la cara	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: R. M.			
Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de situaciones	X		
Sabe expresar distintas emociones a través recortes de partes de la cara	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: C. L.			
Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de situaciones	X		
Sabe expresar distintas emociones a través recortes de partes de la cara	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: J. A.			
Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA

Sabe identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de situaciones	X		
Sabe expresar distintas emociones a través recortes de partes de la cara	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: C. A.			
Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de situaciones	X		
Sabe expresar distintas emociones a través recortes de partes de la cara	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: P. L.			
Sesión 2. Profundizamos en la expresión de nuestras emociones	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Sabe identificar diferentes emociones a partir del planteamiento de situaciones	X		
Sabe expresar distintas emociones a través recortes de partes de la cara	X		
Observaciones:			

ANEXO XVIII**Escala de observación de cada alumno/a en la sesión 3**

Nombre alumno/a: I. D.			
Sesión 3. Asertividad y escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha activamente a otras personas cuando estas hablan	X		
Mantiene contacto visual durante una conversación	X		
Respeto el turno de palabra	X		
Manda señales de aprobación o desaprobación al interlocutor durante la conversación	X		
Expresa sus ideas y sentimientos de manera adecuada	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: R.M.			
Sesión 3. Asertividad y escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha activamente a otras personas cuando estas hablan		X	
Mantiene contacto visual durante una conversación		X	
Respeto el turno de palabra	X		
Manda señales de aprobación o desaprobación al interlocutor durante la conversación	X		
Expresa sus ideas y sentimientos de manera adecuada	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: C. L.			
Sesión 3. Asertividad y escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha activamente a otras personas cuando estas hablan	X		
Mantiene contacto visual durante una conversación	X		
Respeto el turno de palabra	X		
Manda señales de aprobación o desaprobación al interlocutor durante la conversación	X		
Expresa sus ideas y sentimientos de manera adecuada	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: J. A.			
Sesión 3. Asertividad y escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha activamente a otras personas cuando estas hablan	X		
Mantiene contacto visual durante una conversación	X		
Respeto el turno de palabra	X		
Manda señales de aprobación o desaprobación al interlocutor durante la conversación	X		
Expresa sus ideas y sentimientos de manera adecuada	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: C. A.			
Sesión 3. Asertividad y escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha activamente a otras personas cuando estas hablan	X		
Mantiene contacto visual durante una conversación	X		
Respeto el turno de palabra	X		
Manda señales de aprobación o desaprobación al interlocutor durante la conversación	X		
Expresa sus ideas y sentimientos de manera adecuada	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: P. L.			
Sesión 3. Asertividad y escucha activa	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Escucha activamente a otras personas cuando estas hablan		X	
Mantiene contacto visual durante una conversación	X		
Respeto el turno de palabra	X		
Manda señales de aprobación o desaprobación al interlocutor durante la conversación	X		
Expresa sus ideas y sentimientos de manera adecuada	X		
Observaciones:			

ANEXO XIX**Escala de observación de cada alumno/a en la sesión 4**

Nombre alumno/a: I.D.			
Sesión 4. Autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se felicita cuando logra algo	X		
Confía en sus propias capacidades	X		
Muestra afecto por los demás	X		
Se muestra introvertido/tímido delante de los demás			X
Posee una buena autoestima	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: R.M.			
Sesión 4. Autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se felicita cuando logra algo	X		
Confía en sus propias capacidades	X		
Muestra afecto por los demás	X		
Se muestra introvertido/tímido delante de los demás			X
Posee una buena autoestima	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: C. L.			
Sesión 4. Autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se felicita cuando logra algo	X		
Confía en sus propias capacidades	X		
Muestra afecto por los demás	X		
Se muestra introvertido/tímido delante de los demás		X	
Posee una buena autoestima	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: J.A.			
Sesión 4. Autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se felicita cuando logra algo	X		
Confía en sus propias capacidades	X		

Muestra afecto por los demás	X		
Se muestra introvertido/tímido delante de los demás			X
Posee una buena autoestima	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: C.A.			
Sesión 4. Autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se felicita cuando logra algo	X		
Confía en sus propias capacidades	X		
Muestra afecto por los demás	X		
Se muestra introvertido/tímido delante de los demás			X
Posee una buena autoestima	X		
Observaciones:			

Nombre alumno/a: P. L.			
Sesión 4. Autoestima	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Se felicita cuando logra algo	X		
Confía en sus propias capacidades	X		
Muestra afecto por los demás	X		
Se muestra introvertido/tímido delante de los demás			X
Posee una buena autoestima	X		
Observaciones:			