



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

Educación en emociones: la literatura infantil como apoyo para el desarrollo de
la inteligencia emocional

TRABAJO DE FIN DE GRADO

EN EDUCACIÓN INFANTIL

Programa de Estudios Conjunto en Grado de Educación Primaria y Grado de Educación
Infantil

AUTOR/A: Míriam Sacristán Gómez

TUTOR: José Luis Rodríguez Sáez

Palencia, junio de 2024

Resumen

Actualmente, las emociones son un tema tabú en muchas ocasiones. Las mismas están presentes de forma continua en la vida de todo ser humano y este debe desarrollar la inteligencia emocional para alcanzar un estado de bienestar. Para llevar una vida sana a nivel emocional, es vital saber gestionar las emociones. Por ello, en este Trabajo de Fin de Grado se aborda una investigación acerca de la inteligencia emocional y cómo trabajarla en el aula de Educación Infantil utilizando como vehículo una literatura acorde a ese público de temprana edad. Dicha literatura se concreta en las fábulas. Por último, hay que añadir que el objetivo de la propuesta de intervención realizada es conocer cómo se puede ayudar al alumnado a desarrollar su inteligencia emocional.

Palabras clave: inteligencia emocional, literatura infantil, fábulas, Educación Infantil

Abstract

Nowadays, emotions are often a taboo subject. However, they are continuously present in the life of every human being and he or she has to develop emotional intelligence in order to achieve a state of well-being. In other words, in order to lead a healthy life on an emotional level, it is of vital importance to know how to manage emotions. For this reason, this Final Degree Project deals with an investigation into emotional intelligence and how to work on it in the Early Childhood Education classroom, using literature that is appropriate for this early age group as a vehicle. This literature takes the form of fables. Finally, it should be added that the aim of the intervention proposal is to find out how pupils can be helped to develop their emotional intelligence.

Keywords: emotional intelligence, children's literature, fables, Early Childhood Education

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. OBJETIVO	2
3. JUSTIFICACIÓN	2
3.1. Competencias adquiridas durante el Grado reflejadas en el Trabajo de Fin de Grado	4
4. METODOLOGÍA O DISEÑO	6
5. MARCO TEÓRICO	7
5.1. Inteligencia emocional	7
5.1.1. ¿Qué es la inteligencia emocional?	7
5.1.2. Principales modelos de la inteligencia emocional	9
5.1.3. Competencias emocionales	14
5.1.4. Aptitudes emocionales	17
5.1.5. Tipos de emociones	22
5.1.6. Factores que influyen en el desarrollo emocional-afectivo	23
5.2. Literatura infantil y su utilización para el desarrollo de la inteligencia emocional	24
5.2.1. ¿Qué es la literatura infantil?	24
5.2.2. Las fábulas	25
5.2.3. La utilización de la literatura infantil para el desarrollo de la	

inteligencia emocional	29
6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	32
6.1. Contexto	32
6.2. Actividades	33
6.3. Temporalización	35
6.4. Metodologías	36
6.5. Competencias específicas	36
6.6. Criterios de evaluación de las competencias específicas	37
6.7. Contenidos	38
6.8. Criterios de evaluación de los contenidos	38
6.9. Tipos de evaluación e instrumentos pedagógicos	39
6.10. Resultados esperados	40
6.11. Instrumentos para la evaluación de las propuestas didácticas	40
7. CONCLUSIONES	40
8. BIBLIOGRAFÍA	42
9. ANEXOS	52
ANEXO 1	52
ANEXO 2	57

En relación con los valores de igualdad y género asumidos por la Universidad de Valladolid, todos los términos escritos en género masculino en este Trabajo de Fin de Grado también aluden al género femenino cuando los mismos no han sido reemplazados por un lenguaje inclusivo.

1. INTRODUCCIÓN

Las personas tienen la capacidad de sentir y esos sentimientos se traducen en una respuesta que se denomina emoción. Al vivir en una sociedad en la que los seres humanos realizan numerosas interacciones, estos obtienen muchas emociones fruto de dichas interacciones. El individuo no sabe gestionar esas emociones o le cuesta hacerlo, lo que le produce malestar porque es la base para sentirse bien consigo mismo y con los demás. En este sentido, resulta crucial trabajar el tema emocional desde edades tempranas, puesto que tiene una gran repercusión a nivel personal y académico. Aunque la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, (LOMLOE) toma la educación emocional como principio pedagógico dotándola así de mayor relevancia, son muchos los docentes a los que les resulta costoso hacer un hueco en el horario escolar para trabajarlas con el alumnado. Esto se debe a que muchos maestros la consideran una pérdida de tiempo, ya que solo les interesa avanzar a nivel académico, no emocional. Los maestros no se dan cuenta de que, si el niño no está emocionalmente sano, no puede llevar a cabo otra tarea con éxito. Esto se debe a que las emociones son el motor de todas las acciones que la persona realiza, dado que condicionan gran parte de lo que tiene lugar en el entorno. Por ello resulta tan importante saber gestionarlas.

Este Trabajo de Fin de Grado utiliza la literatura infantil como vehículo para el desarrollo de la inteligencia emocional del infante. Se trata de emplear las fábulas como un recurso atractivo y cercano al alumnado, que le despierta curiosidad y diversas emociones. De esta manera, puede aprender con motivación y de forma significativa.

Pretendo que progenitores y docentes ayuden al infante a trabajar la inteligencia emocional para que se convierta en un individuo competente emocionalmente, una persona que sepa tratar sus emociones de la mejor forma posible y establezca relaciones sanas. De esta manera se procura el bienestar emocional.

En síntesis, este Trabajo de Fin de Grado aborda el significado de la inteligencia emocional y la relevancia de esta, las diferentes emociones que existen y cómo desarrollarla en el aula de Educación Infantil.

2. OBJETIVO

Tras haber justificado con detalle la intención de este Trabajo de Fin de Grado, podríamos decir, de manera general, que el principal objetivo es investigar qué es la inteligencia emocional y cómo trabajarla en el aula de Educación Infantil. Este amplio objetivo se detalla en los que aparecen a continuación:

- Conocer las emociones, identificarlas y aprender a manejarlas.
- Concienciar a los docentes de la importancia de tratar las emociones en el aula y fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en los infantes.
- Utilizar la literatura infantil, concretamente las fábulas, como vehículo para enseñar al alumnado a gestionar las emociones.
- Analizar las consecuencias negativas de no poder manejar las emociones y las consecuencias positivas de serlo.
- Conocer diferentes puntos en los que se pueden encontrar los pupilos respecto al desarrollo de la inteligencia emocional.

3. JUSTIFICACIÓN

Tratar las emociones es una tarea que al ser humano nos resulta sumamente compleja. Esto se debe a que el mundo en el que vivimos aún no aporta la suficiente

confianza como para expresarnos emocionalmente y poder recibir la ayuda necesaria. Esta falta de ayuda se traduce en que, en ocasiones, no logramos identificar la emoción que tenemos y, muchas de las veces, si conseguimos averiguar la emoción, no sabemos cómo gestionarla. Esto desemboca en la ausencia del bienestar de la persona y en un desconocimiento a la hora de gestionar relaciones, tanto con uno mismo como con los demás.

Reconocer las emociones y aprender a manejarlas desde pequeños es vital para que el infante sepa en diferentes situaciones. De no ser así, el niño, cuando se convierte en adulto, puede que esconda sus emociones por vergüenza y por no saber cómo abordarlas.

En este sentido, el docente juega un papel fundamental. Debe proporcionar al alumnado las herramientas que este precise y, para ello, ha de formarse constantemente. Debe dar a las emociones la importancia que merecen, no dejando así pasar por alto ninguna de ellas para garantizar una educación emocional de calidad. En este sentido, el maestro debe interesarse por las emociones de su alumnado. De esta forma, si un niño siente tristeza, por ejemplo, el docente debe tratar de encontrar el motivo y ofrecerle la mejor solución posible. Así, los educandos se familiarizan con las emociones y se habitúan a buscar el bienestar de todas las personas, desarrollando la empatía y ganando seguridad.

En muchas ocasiones, los infantes sufren las consecuencias del elevado ritmo de vida en lo que a los tiempos se refiere. Los adultos somos los que tenemos que darnos cuenta de que no debemos de anteponer ningún otro aspecto al emocional. De este último es del que dependen todos los demás y, si no se cuida, no es posible avanzar ni a nivel emocional ni a nivel académico. Por ello es tan importante detenernos a reflexionar sobre lo que nos ocurre y las emociones que eso nos produce.

Cabe mencionar que, el tema seleccionado se debe a que me entusiasma lo emocional. Me causa inquietud y curiosidad conocer las emociones de los educandos y enseñarles cómo familiarizarse con ellas y a saber manejarlas.

Por último, hay que añadir que, con este Trabajo de Fin de Grado pretendo que el lector tome conciencia de la relevancia de las emociones y mostrar cómo se puede desarrollar la inteligencia emocional del alumnado en la etapa de Educación Infantil.

3.1. Competencias adquiridas durante el Grado reflejadas en el Trabajo de Fin de Grado

De acuerdo con el Real Decreto 1393/2007, del 29 de octubre, en las páginas de la 1 a la 8, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias, este Trabajo de Fin de Grado recalca la adquisición de las competencias necesarias para el Grado de Educación Infantil, observándose de forma más clara, principalmente, las que se muestran seguidamente:

Competencias generales

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

4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

Competencias específicas

En el Módulo:

A. De Formación básica:

35. Reflexionar en grupo sobre la aceptación de normas y el respeto a los demás. Promover la autonomía y la singularidad de cada alumno o alumna como factores de educación de las emociones, los sentimientos y los valores en la primera infancia.

C. Prácticum y Trabajo Fin de Grado

2. Ser capaces de aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula, así como dominar las destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar un clima que facilite el aprendizaje y la convivencia.

7. Ser capaces de regular los procesos de interacción y comunicación en grupos de alumnos de 0-3 años y de 3-6 años.

En el Grado he adquirido muchos saberes y en este Trabajo de Fin de Grado se aprecian múltiples datos extraídos del Prácticum III, como las características e intereses del grupo-aula, para determinar su importancia en una praxis educativa apropiada. Cabe mencionar la reflexión sobre el sentido y finalidad de la praxis educativa, qué se pretende conseguir con la propuesta de intervención. Además, resulta preciso destacar la necesidad de buscar información en diferentes fuentes y utilizando distintos soportes.

La propuesta de intervención busca impulsar la adquisición de destrezas de comunicación, e interpersonales para establecer relaciones sanas con los demás y poder trabajar en grupo adecuadamente.

Al diseñar la propuesta de intervención, la importancia de que existan y se regulen las interacciones y la comunicación en el aula, así como el dominio de habilidades sociales para crear un clima adecuado para el aprendizaje y la convivencia. Aquí entra en juego el conocimiento de la gestión de emociones, no solo con uno mismo, sino también con los demás, y la empatía, dado que son grandes aliadas para lograr lo mencionado anteriormente.

4. METODOLOGÍA O DISEÑO

Este Trabajo de Fin de Grado se ha realizado utilizando dos metodologías de investigación distintas en lo que a sus partes se refiere.

En primer lugar, he investigado en diferentes fuentes bibliográficas recurriendo a varios soportes. He investigado en el Diccionario de la Real Academia Española (RAE), en el libro titulado *Inteligencia emocional* de Daniel Goleman (1995) y en numerosas revistas científicas como *Espiral. Cuadernos del Profesorado* y *Cultura y Educación*, entre otras fuentes bibliográficas registradas en su apartado. También he utilizado los siguientes documentos legales: Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre de Educación, Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales., de 29 de octubre y 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. Cabe mencionar que he utilizado las plataformas Dialnet y ResearchGate. Los criterios de búsqueda atienden a la información que versa sobre la educación en emociones, concretamente, a aquella que trata la inteligencia emocional y cómo desarrollarla en la etapa de Educación Infantil utilizando como apoyo la literatura infantil. En este sentido, las palabras clave utilizadas para investigar son: inteligencia emocional, literatura infantil, fábulas y Educación Infantil.

En segundo lugar, a partir de esa información, he realizado una propuesta de intervención dirigida al segundo curso de Educación Infantil. La misma contiene actividades conectadas con esa búsqueda de información realizada anteriormente. El objetivo de la propuesta de intervención es conocer cómo enseñar al alumnado a gestionar sus emociones de la mejor forma posible.

Por último, es preciso señalar que he hecho una reflexión para determinar los resultados esperados, teniendo en todo momento presente la relación de la propuesta de intervención con el tema tratado durante el trabajo.

5. MARCO TEÓRICO

Se muestra información variada por la investigación para conocer la temática a tratar en este Trabajo de Fin de Grado. En primer lugar, se expone la información relativa a la inteligencia emocional y, en segundo lugar, la referente a la literatura infantil y a la utilización de esta para desarrollar esa inteligencia emocional.

5.1. Inteligencia emocional

5.1.1. ¿Qué es la inteligencia emocional?

La inteligencia emocional se ha descrito en múltiples ocasiones y analizada en muchos estudios, pero, en general, la RAE ofrece una definición sencilla para comenzar a introducir el término. La define como “Capacidad de percibir y controlar los propios sentimientos y saber interpretar los de los demás”.

Diversos autores también han estudiado el significado de la inteligencia emocional y han elaborado algunas definiciones. En esta línea, resulta preciso destacar la realizada por Goleman (1995^a), que establece que es la “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos” (p. 89). Después, Goleman (1998) reformula esta definición de la forma que aparece a continuación: “capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para

motivarse y gestionar la emocionalidad en nosotros mismos y en las relaciones interpersonales” (p. 98).

Cabe añadir la definición de Goleman (2015), quien define la inteligencia emocional como la capacidad del ser humano para identificar y gestionar sus sentimientos en el momento de entablar relaciones con los demás.

Otra definición para destacar es la de Bisquerra (2000), quien entiende que la educación emocional es aquella que se debe enseñar de forma constante y permanente, cuyo objetivo es impulsar el desarrollo de las competencias emocionales como componente fundamental del desarrollo integral de la persona, con el fin de prepararla para desenvolverse con éxito en la vida. El propósito de esto es incrementar el bienestar personal y social. En esta línea, la educación emocional le resulta útil al individuo para saber enfrentarse mejor a situaciones complejas, tales como: el estrés, la ansiedad y la depresión. Además, pretende lo que aparece seguidamente: lograr un buen conocimiento de las propias emociones, reconocer las emociones de otras personas, ser capaz de gestionar las emociones de uno mismo, evitar el impacto perjudicial de las emociones negativas y capacitar a la persona para producir emociones positivas. En otras palabras, según Cepa et al., (2016), diferentes estudios demuestran que resulta muy favorable desarrollar aspectos asociados con la educación emocional desde edades tempranas, dado que les proporcionará la capacidad de reconocer emociones, describirlas y educarlas, lo cual les será de gran utilidad para el futuro.

Agregado a lo anterior, cabe destacar que Arciniegas et al., (2019) afirma que la regulación emocional se impulsa mediante la educación emocional que posibilita a los infantes cambiar sus conductas de forma que pueda interactuar en su entorno utilizando la asertividad y la empatía.

Precisamente por estas funciones relevantes, Quesada et al., (2019) expone que la educación emocional debe planificarse en los centros educativos como parte del desarrollo personal del individuo en todos los niveles educativos y en la sociedad en general. Hoy en día, se está prestando atención al desarrollo del sujeto de forma holística, dado que no únicamente se considera la educación básica sino todas las etapas de la vida.

Además, Belmonte & Bernárdez (2021) destacan que los estudiantes emocionalmente inteligentes normalmente tienen elevados niveles de ajuste psicológico y bienestar emocional, lo que se traduce en que saben lidiar mejor con la realidad, brindando numerosas respuestas acerca de las dificultades que se puedan encontrar durante su vida.

En definitiva, Garaigordobil (2018) señala que la relevancia de la educación emocional en los centros educativos es cada vez más obvia debido a los grandes beneficios que aporta al desarrollo de la personalidad del alumnado, formando este una coraza, gracias a las competencias sociales y emocionales que ha adquirido, para protegerse de las dificultades que pueden surgir próximamente que es posible que desemboquen en riesgos en diferentes situaciones de la vida.

5.1.2. Principales modelos de la inteligencia emocional

La inteligencia emocional cuenta con distintos modelos. En este sentido, se puede distinguir entre modelos mixtos y modelos de habilidades. A continuación, de acuerdo con García Fernández y Giménez-Mas (2010), se explican en profundidad:

1. Modelos mixtos

Destacan como autores fundamentales Goleman (1995 a y b) y Bar-On (1997). Los mismos incorporan rasgos de personalidad, tales como el impulso y la gestión del estrés.

A. Modelo de Goleman

Goleman determina que hay un Cociente Emocional (CE) y un Cociente Intelectual (CI) clásico que se complementan el uno al otro. Dicha complementación se muestra en las correlaciones que se originan.

Los elementos que conforman la IE según Goleman (1995a) son: conciencia de uno mismo, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.

B. Modelo de Bar-On

Modelo constituido por diferentes puntos: componente intrapersonal, componente interpersonal, componente del estado de ánimo en general, componentes de adaptabilidad, componentes del manejo del estrés y, componente del estado de ánimo en general.

- Componente intrapersonal: integra la comprensión emocional de sí mismo, la asertividad, el autoconcepto, la autorrealización y la independencia.
- Componente interpersonal: comprende la empatía, las relaciones interpersonales y la responsabilidad social.
- Componentes de adaptabilidad: contempla la solución de problemas, la prueba de la realidad y la flexibilidad (adaptación de las propias emociones a circunstancias distintas).
- Componentes del manejo del estrés: incluye la tolerancia al estrés y el control de los impulsos.

Componente del estado de ánimo: comprende la felicidad y el optimismo.

2. Modelos de habilidades

Extremera (2020) expone lo siguiente: “La inteligencia emocional proporciona un marco teórico unificado para estudiar el papel de las habilidades emocionales en los procesos de estrés y bienestar” (p.631).

Se definen como aquellos que sustentan el constructo de inteligencia emocional en destrezas para la comprensión de la información emocional. Destaca el modelo de Salovey y Mayer (1990). Los mismos postulan la presencia de destrezas cognitivas que permiten apreciar, examinar, manifestar, gestionar y autocontrolar las emociones de forma inteligente y persiguiendo el bienestar, teniendo en cuenta las reglas sociales y la ética.

A. Modelo de Salovey y Mayer

En el año 1990, Salovey y Mayer incorporaron la empatía como elemento.

Las destrezas integradas en dicho modelo aparecen a continuación: percepción emocional, facilitación emocional del pensamiento (utilización de la emoción para hacer más sencillo el proceso de reflexión), comprensión emocional, dirección emocional (entendimiento de la dimensión de los actos sociales en las emociones) y ajuste reflexivo de las emociones para impulsar el crecimiento personal.

3. Otros modelos

Integran elementos de personalidad y habilidades cognitivas.

A. El modelo de Matineaud y Engelhartn

Estos autores tratan, en 1996, la evaluación de la inteligencia emocional utilizando cuestionarios que contemplan distintos ámbitos, incluyendo como elementos de la inteligencia emocional:

- El conocimiento es sí mismo.

- La gestión del humor.
- Motivación de uno mismo de forma positiva.
- Control de impulso para posponer la gratificación.
- Apertura a los demás, como habilidad empática.

B. El modelo de Elías, Tobías y Friedlander

Estos autores apuntan como elementos de la Inteligencia Emocional en 1999:

- Tomar conciencia de los sentimientos propios y ajenos.
- Mostrar empatía y comprender las ideas de los demás.
- Abordar los impulsos emocionales.
- Fijar objetivos positivos y estrategias para lograrlos.
- Emplear habilidades sociales.

C. El modelo de Rovira

Efectúa en 1998, una interesante aportación en cuanto a las habilidades que conforman la inteligencia emocional. El autor contiene el modelo en 12 dimensiones:

- I.- Actitud positiva.
- II.- Identificar los propios sentimientos y emociones.
- III.- Capacidad para expresar sentimientos y emociones.
- IV.- Capacidad para gestionar sentimientos y emociones.
- V.- Empatía.
- VI.- Ser capaz de tomar decisiones correctas.

VII.- Motivación, ilusión, interés.

VIII.- Autoestima.

IX.- Saber dar y recibir.

X.- Tener valores alternativos.

XI.- Destrezas para hacer frente a las dificultades y frustraciones.

XII.- Habilidad para integrar polaridades (lo cognitivo y lo emocional).

D. El modelo de Vallés y Vallés

Vallés y Vallés (1999) expone en su modelo varias habilidades que conforman la inteligencia emocional, enumerándolas en distintos elementos: conocerse a uno mismo, resistir la autofrustración, acordar de forma racional con los iguales, saber gestionar la ira en situaciones complejas, dominar los pensamientos, poseer habilidades de comunicación para protegerse de críticas injustas, tener seguridad en uno mismo.

El autor también marca las siguientes características: saber calmarse a uno mismo y a los demás, gestionar los miedos, ser consciente de los propios defectos y lo imprescindible que resulta cambiar, ser creativo, saber el porqué de las emociones.

E. El modelo Secuencial de Autorregulación Emocional

Bonano (2001) sustenta su modelo en los procesos de autorregulación emocional del individuo para hacer frente a la emocionalidad de forma inteligente. El autor apunta tres categorías generales de actividad autorregulatoria:

- Regulación de Control.

- Regulación Anticipatoria.

- Regulación Exploratoria.

F. El modelo Autorregulatorio de las experiencias Emocionales

Modelo que continúa el anterior. Higgins et al. (1999), basan la autorregulación emocional fijando los procesos que aparecen seguidamente:

- Anticipación regulatoria.
- Referencia regulatoria.
- Enfoque regulatorio.

G. El modelo de procesos de Barret y Gross

Estos autores, en 2001, completan el modelo anterior incorporando los procesos que aparecen a continuación:

- Selección de la situación.
- Modificación de la situación.
- Despliegue atencional.
- Cambio cognitivo.
- Modulación de la respuesta.

5.1.3. Competencias emocionales

Siguiendo a Ribes, R. et al. (2005), resulta preciso destacar el significado de las competencias emocionales. Estas son un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales (Bisquerra, 2003). Las mismas se clasifican, atendiendo a las aportaciones de Graczyk et al. (2000), Payton et al. (2000), Saarni (1997, 2000) y Bisquerra, (2000, 2003), en cinco bloques de contenidos, que son los siguientes:

conciencia emocional, autoestima, regulación emocional, habilidades sociales y habilidades de vida. A continuación, se puede observar cada uno de ellos detenidamente:

- Conciencia emocional: este concepto se traduce en saber identificar las emociones de uno mismo y también las de otras personas. Esto posibilita al individuo conocer cómo se siente y contribuye al deleite de emociones positivas y a regular aquellas que producen malestar.

Entre los 3 y los 6 años tiene lugar un progreso en el tema afectivo debido a la ayuda que proporcionan los avances que se producen como la mejora de la habilidad para soportar la excitación y la reducción del egocentrismo. Esto supondrá para el infante distinguir, transformar y aumentar las emociones experimentadas.

- Autoestima: el autoconcepto contribuye al desarrollo de la autoestima y es la definición que una persona tiene sobre sí misma. La autoestima determina si el individuo se respeta, se valora y se siente feliz consigo mismo. Para alcanzar un autoconcepto y autoestima equilibrados, los infantes deberán ser conscientes tanto de sus capacidades y preferencias como de sus limitaciones, admitiendo y apreciando estas últimas. Resulta de suma relevancia que los adultos guíen al niño en este proceso y le aporten seguridad, le valoren, le quieran y confíen en sus habilidades.

- Regulación emocional: la capacidad de controlar las emociones y de conocer estrategias para dirigir la conducta, saber relajarse o pedir ayuda para lidiar con las emociones desagradables. El infante que siente que puede gestionar las emociones, siente mayor bienestar con su persona. Agregado a lo anterior, es crucial aprender estrategias de control de emociones negativas para saber responder mejor ante situaciones desfavorables. También resulta fundamental que el docente enseñe a los educandos a ser conscientes de lo esencial que es intentar dominar sus acciones para lograr una buena convivencia.

En este sentido, según Alcoser-Grijalva et al., (2019), la educación emocional desarrollada de forma sistemática en los centros educativos fomenta la construcción de un buen ambiente para una convivencia saludable en el aula, siendo relevante la utilización de una metodología en consonancia con esta educación y contemplando además la participación de familias y docentes. Por lo cual, resulta tan importante la formación del maestro en cuanto a la educación emocional.

- Habilidades sociales: posibilita al ser humano desenvolverse con éxito en el ámbito social. En este sentido, muchas investigaciones expresan que, la empatía juega un papel fundamental y es que esta permite al individuo preocuparse por los demás emocionalmente.

- Habilidades de vida: destrezas que ayudan a la persona a tener una visión positiva de la vida, sintiéndose bien realizando actividades con individuos distintos. En la etapa de Educación Infantil, el niño comienza a desenvolverse con mayor autonomía y establece rutinas que contribuyen a su bienestar futuro. Esto implica el controlar del esfuerzo por parte del infante para avanzar hacia la autonomía y se traducirá en la obtención de una respuesta positiva del esfuerzo, siendo alentador para el niño.

Como se puede observar, Cruz et al., (2020) apunta que, un asunto esencial a tener en cuenta en la introducción de la educación emocional en los centros educativos es la intervención de los docentes puesto que mediante las experiencias planificadas fomentan aprendizajes significativos respecto a cuestiones emocionales de los educandos, favoreciendo el desarrollo de su mundo emocional.

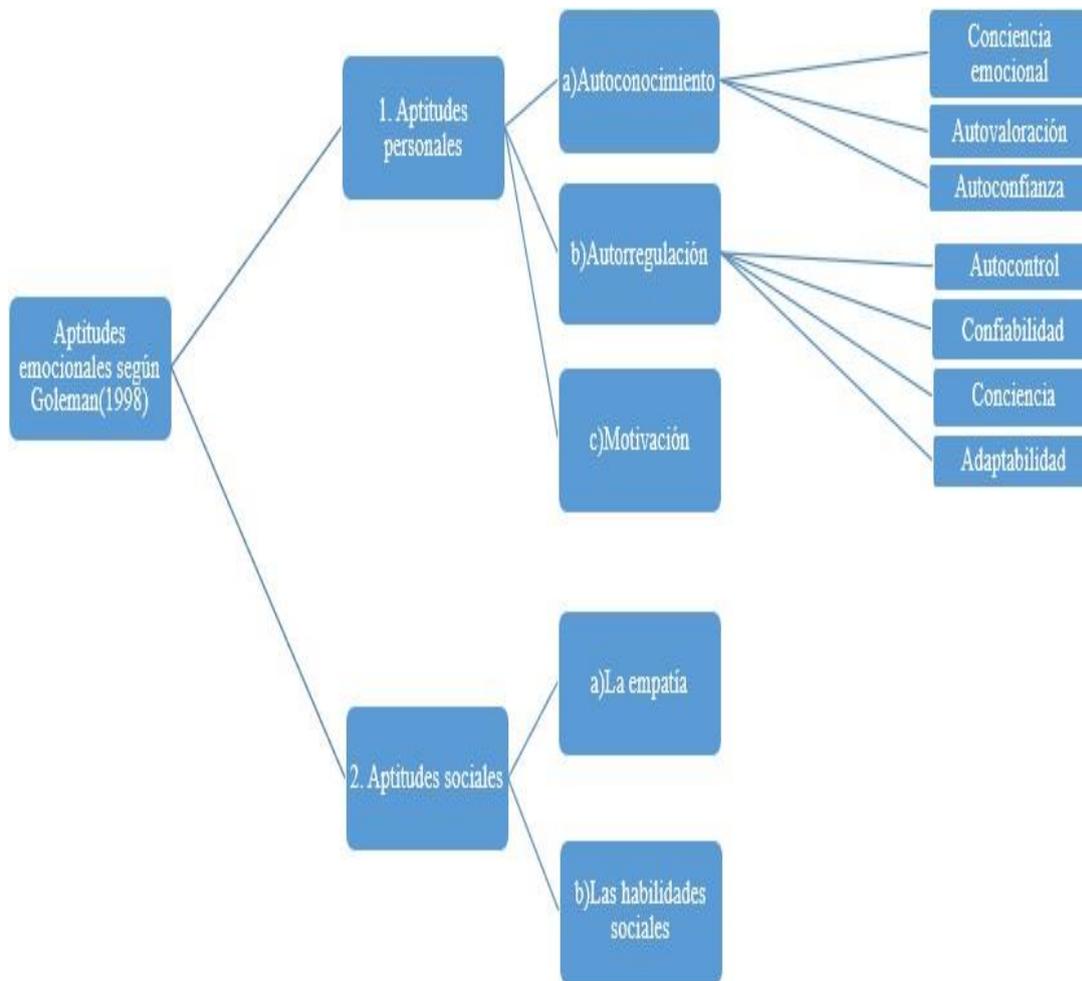
Cabe destacar la siguiente información, recogida por Goleman (1995), de Antoine de Saint-Exupéry, *El principito*: “Sólo se puede ver correctamente con el corazón; lo esencial permanece invisible para el ojo” (pág. 35). Además, los sociobiólogos señalan

que el corazón predomina sobre los pensamientos en las situaciones verdaderamente críticas. Las emociones contribuyen en mayor medida que el raciocinio a encarar los momentos más complejos, tales como: la pérdida de un ser querido, la constancia para alcanzar una meta aun cuando el desaliento está presente, etcétera.

Siguiendo a Goleman (1995), la destreza psicológica más relevante es la de contener el deseo de llevar a cabo una determinada acción. Esta es la base sobre la que se sustenta el autocontrol emocional, dado que las emociones suponen un impulso para realizar una o varias acciones. Algunos métodos para lograr el autocontrol son: conversar con uno mismo, cantar y mover las extremidades. En este sentido, Goleman (1995) expone que, según una investigación realizada por Walter Mischel, los infantes que son capaces de controlar sus propios impulsos, en un futuro se puede observar que son individuos competentes, que persiguen sus metas, tolerantes a la frustración, que no se desalientan fácilmente, etcétera. Por el contrario, aquellos que no tienen autocontrol de sus impulsos, se puede ver a lo largo de su vida que, tienden a dudar, a entrometerse en cualquier discusión, a no saber reaccionar ante situaciones que les producen tensión, etcétera.

5.1.4. Aptitudes emocionales

García Lago (2008) señala que Goleman (1998) contempla cinco aptitudes emocionales, las cuales se clasifican en dos grupos:



Fuente: elaboración propia a partir de cinco aptitudes emocionales clasificadas en dos grupos según Goleman (1998).

A continuación, se puede observar la información del esquema anterior de forma detallada:

1. Aptitudes personales

Son aquellas que estipulan el manejo de la persona y abarcan las aptitudes que se muestran a continuación:

a. Autoconocimiento: el individuo sabe cuáles son sus estados internos, aspiraciones, presentimientos, intereses, medios, impulsos, etcétera.

A continuación, se muestran las sub-competencias del autoconocimiento:

- Conciencia emocional: saber las propias emociones, así como los efectos que de ellas pueden derivar. Por ejemplo, si los infantes conocen qué significa sentirse enfadado, qué nota y por qué se siente de ese modo, es probable que reconozcan esa sensación e intenten comunicarla de forma verbal y quizá manejarla.
- Autovaloración, conocido asimismo con el nombre de autoestima: saber cuáles son las propias capacidades y valorarlas de forma positiva.
- Autoconfianza: si el infante conoce cómo se siente, así como sus puntos fuertes y débiles, el siguiente paso es creer en sus capacidades con el fin de alcanzar éxitos y vencer las barreras. Esto aporta seguridad al niño y le alienta a progresar adecuadamente en todos los ámbitos de su vida.

b. Autorregulación: saber ejercer un control sobre los estados de ánimo de uno mismo, los impulsos y los medios. En el momento en el que aprendemos a reconocer los propios sentimientos resulta crucial aprender a gestionarlos. De lo contrario, será el sentimiento el que maneje al educando, aun sabiendo identificar este de qué sentimiento se trata.

Para ser capaces de gestionar los propios sentimientos resulta necesario, en primer lugar, descubrirlos y reconocerlos y, en segundo lugar, razonar sobre los mismos. La realización de este razonamiento en Educación Infantil es lo que hace a este proceso sumamente complejo, ya que son edades muy tempranas para ello. Por eso, cabe mencionar la importancia de dedicar tiempo en el aula, para que el alumnado pueda familiarizarse con lo que siente, progrese en lo que respecta a la educación emocional y desarrolle el hábito de preocuparse por su salud emocional y la de los demás. En esta línea, cabe señalar que, para comprender las emociones, el infante ha de comenzar por atender a las propias, puesto que al vivirlo en primera persona puede experimentar la sensación y dicha comprensión resulta más sencilla.

Reflexionar acerca de las propias emociones requiere los pasos que aparecen a continuación:

Primeramente, pensar el porqué de sentirse de determinada manera, por ejemplo: ¿me siento triste porque he peleado con mi compañero o porque echo de menos a mi abuelo?

Más tarde, reflexionar acerca de posibles soluciones en función de la causa. Pensar en la raíz de la reacción favorece el control de esta. Cabe señalar que, con frecuencia, los infantes emiten respuestas iguales, aunque las causas sean diferentes. Por ejemplo: el niño reacciona con ira cuando discute con un compañero, no sabe hacer la tarea o quiere que le compren un juguete y no lo hacen.

Finalmente, escoger la forma de actuar. Para ello, hay que considerar las respuestas y detenerse a valorar cuál será más útil. A veces, es necesario recordarles si desean reaccionar llorando o prefieren aprender a solucionarlo hablándolo. Es vital incidir en ello para que tomen conciencia y sepan aplicarlo en un futuro en otros contextos.

La autorregulación está formada por las sub-competencias que aparecen seguidamente:

- Autocontrol: ser capaz la persona de dominar cómo se siente emocionalmente. A veces, algunas emociones tienen un impacto negativo en el individuo, por lo que resulta fundamental saber llevar a cabo dicho dominio. En algunos casos, la autorregulación es una tarea sumamente compleja para personas de edad avanzada, por lo que para un infante lo es más aún.

- Confiabilidad: el docente debe enseñar a sus pupilos determinados valores. Algunos de ellos son: la importancia de decir siempre la verdad, reconocer los errores, ser consecuente respecto a sus actos, cuidar y respetar a los demás, etcétera.

- Conciencia: desde pequeños se les debe enseñar a conocer su obligación de acudir al colegio y esforzarse todo lo que puedan en las diferentes actividades, en el cuidado del material y en las tareas que contribuyen al funcionamiento del aula.

- Adaptabilidad: las rutinas presentan gran relevancia en la vida del niño, puesto que estas le ayudan a situarse en el tiempo, pero a veces resulta conveniente dejarlas a un lado para que aprendan de forma progresiva a ser flexibles. Algunos ejemplos para introducirles en ello son: formar grupos con distintos integrantes cada vez e incorporar un rincón nuevo en el aula.

c. La motivación: alude a las inclinaciones emocionales que conducen o contribuyen a la consecución de los objetivos fijados previamente. Goleman (1998) la concibe como la aptitud primordial y para el mismo parte de “la capacidad de motivarse uno mismo”, si bien se suma y repercute “la motivación de los demás”.

2. Aptitudes sociales

Como se puede intuir dado lo desarrollado en párrafos anteriores, se definen como las habilidades que favorecen las relaciones.

a. La empatía: total de destrezas que conceden a la persona la posibilidad de ponerse en lugar de otra, es decir, de identificar y comprender cómo se siente. El desarrollo de esta capacidad en la infancia previene numerosos problemas de suma gravedad como el acoso escolar. Esto se debe a que el niño puede reflexionar detenidamente cómo se sentiría si se lo hiciesen a él.

Los infantes podrán desarrollar la empatía si la observan en el docente. La escucha y el lenguaje no verbal son aspectos fundamentales para que se dé la misma y que se deben atender en el aula.

b. Las habilidades sociales: aquellas destrezas por las que podemos obtener ciertas respuestas de otras personas. Resultan de suma relevancia para alcanzar metas, pero, pese a esto, en los centros educativos no suelen tener en cuenta promoverlas, sino que las apartan al currículum oculto del docente.

5.1.5. Tipos de emociones

Muchas personas sufren debido a que sienten emociones como ansiedad y tristeza. Dichas emociones no solo las experimentan los adultos, sino también los infantes. Además, afectan al individuo que las padece y a su entorno, lo cual genera un malestar general. Por este motivo, resulta fundamental impulsar que los individuos adquieran conciencia de las emociones a través de un aprendizaje que favorezca la regulación de estas. De esta manera se evita el desorden emocional y se busca bienestar. Cabe mencionar que, según García-Marín et al., (2020), los especialistas afirman que la educación emocional es sumamente relevante para el desarrollo de los infantes y debe proporcionarse en los centros educativos desde edades tempranas de forma sistemática.

En relación con lo anterior, Bisquerra (2016: 11) expresa lo necesario que resulta educar en emociones con el fin de satisfacer determinadas necesidades sociales, tales como la depresión y la violencia. En esta línea, es fundamental tratar tanto las emociones negativas como las positivas. Las primeras para regularlas y las segundas para impulsarlas.

Bisquerra (2009: 76) denomina *familias de emociones* a las diferentes agrupaciones que puede haber de las mismas en grupos de igual especificidad, pero se distinguen en la intensidad o en pequeños matices. Por ejemplo, una emoción puede tener una intensidad diferente y así se pueden distinguir, en la familia del miedo, los siguientes términos: preocupación, ansiedad, angustia, miedo, temor, pánico, etcétera.

Además, Bisquerra (2009: 92-94) muestra una clasificación psicopedagógica de las emociones que aparecen a continuación:

– Emociones negativas:

a) primarias: miedo, ira, tristeza, asco, ansiedad.

b) sociales: vergüenza.

– Emociones positivas: alegría, amor, felicidad.

– Emociones ambiguas: sorpresa.

– Emociones estéticas.

5.1.6. Factores que influyen en el desarrollo emocional-afectivo

A continuación, se van a tratar una serie de aspectos que desde el apoyo de la literatura infantil condicionan a un buen proceso del aprendizaje social, afectivo y moral en el alumnado, es decir, favorecen a su desarrollo emocional.

Muchiut (2018) apunta que el niño desarrolla las competencias sociales y emocionales en el centro educativo, lugar en el que se generan diferentes interacciones de los educandos. En esta línea, los pupilos aprenden a desenvolverse socialmente mediante distintas experiencias de aprendizaje que contribuyen a que tomen conciencia de ellos mismos y a que reflexionen sobre la forma más adecuada de resolver problemas, de manera socialmente inteligente.

Sánchez (2019) expone que la infancia influye notablemente en el desarrollo de las habilidades que comprenden la conciencia emocional incluyéndola en el desarrollo integral dispuesto en cierta cultura y contexto. En este sentido, cabe mencionar que, según Vilca et al., (2019), la función del centro educativo es esencial en el desarrollo de las

competencias emocionales atendiendo al entorno sociocultural de los infantes, influyendo así en la calidad de las interrelaciones que van construyendo en el medio social. En esta línea, Calhoun et al., (2020) señala que, los Programas de educación emocional afectan al desarrollo personal y social del infante de forma beneficiosa, fomentando interacciones satisfactorias entre el alumnado y los maestros, lo cual supone el desarrollo de sus habilidades sociales, emocionales y cognitivas.

Tamayo (2020) apunta que los infantes desde la etapa de Educación Infantil deben aprender a gestionar las emociones con arreglo al contexto en el que se desarrollen; los mecanismos de las emociones arrojan claridad acerca de su relevancia en la adaptación de las personas ante las circunstancias que se plantean en el día a día. Por lo tanto, siguiendo a Aguaded (2017), la educación emocional debe impartirse de forma estructurada en los centros educativos y existir en el currículo y los docentes han de vincular las experiencias de aprendizaje en función del contexto de los discentes. Cabe añadir que es esencial que haya un clima adecuado en el aula, es decir, que las relaciones entre el maestro y los pupilos y también entre estos últimos sean buenas. De esta forma pueden aprender en armonía. La convivencia que tiene lugar en el aula influye en la gestión de las emociones; ello se debe a que es ahí donde debe fomentarse la paz y el diálogo teniendo como base el respeto. Así, el alumnado se sentirá valorado y en calma para adquirir conocimientos.

Además, Grimaldo et al., (2020) señala que proporcionar al alumnado espacios que le permitan realizarse desde la infancia y también posteriormente ayuda al aprendizaje de la gestión de emociones.

5.2. Literatura infantil y su utilización para el desarrollo de la inteligencia emocional

5.2.1. ¿Qué es la literatura infantil?

Un recurso que puede aportar al educando un aprendizaje significativo acerca de las emociones es la literatura infantil. La misma permite al niño adentrarse fomentando la imaginación y de la empatía, ya que la conexión que establece con la historia invita al infante a reflexionar sobre cómo se sienten los personajes que la integran. En este sentido, les permite conocer las distintas emociones que existen, así como buscar sus causas, analizar la situación e indagar posibles soluciones si se necesitan.

La literatura infantil, como su propio nombre indica, va dirigida a un público de temprana edad y, atendiendo a Collections Policy Statement: Children's literature. Biblioteca del Congreso de los Estados Unidos, podemos definirla como el material escrito y producido para la información o entretenimiento de niños y jóvenes. Esto incluye cualquier tipo de material catalogado como literatura de no ficción artística o literaria y que podemos encontrar tanto en formato físico como digital.

Otras definiciones de literatura infantil, que son las de Teresa Colomer y Remedios Molina Prieto. En esta línea, para Colomer (2010) el término de literatura infantil es posible que coincida con el arranque de las recientes generaciones ante el diálogo cultural decidido en cualquier sociedad mediante la comunidad literaria. Según Molina Prieto (2008) la literatura infantil equivale a las letras que despiertan un peculiar interés al público de temprana edad. La misma está formada por un lenguaje que con la ayuda de él evoca belleza, posee un carácter recreativo cuyo objetivo es impulsar la creatividad del destinatario.

5.2.2. Las fábulas

La literatura infantil comprende las fábulas y en este Trabajo de Fin de Grado se va a abordar la inteligencia emocional a través de estas. En este sentido, la RAE define la fábula de la siguiente forma: "Breve relato ficticio, en prosa o verso, con intención

didáctica o crítica frecuentemente manifestada en una moraleja final, y en el que pueden intervenir personas, animales y otros seres animados o inanimados”.

Dido (2009) expresa información variada acerca de las fábulas que se puede observar a lo largo de este punto. En esta línea, Aristóteles denominó fábula o mitos al modo específico de colocar los actos en un texto literario. Al respecto, la palabra se refiere a la trama o argumentos de una obra. Etimológicamente hablando presenta un significado más extenso. Emana de fari, el idioma en sentido genérico. Cabe mencionar que de fabulare procede el término hablar.

La dualidad en lo que respecta al desarrollo de la fábula es la siguiente:

- Fábula popular: producción creada y establecida de manera definitiva en los grupos sociales. Se caracteriza por su anonimato y por ser preservada, modificada y aumentada por la tradición oral.
- Fábula literaria: creación redactada por un autor. Este posee una intención artística estrechamente vinculada a otra de carácter filosófico, ético, etcétera. Esto, en gran medida, determina el género.

Los tipos de fábula se desvincularon y después, cada uno halló una manera de producción distinta. El equivalente a la tradición oral apareció en forma de una cuantiosa producción de cuentos populares. Respecto al literario, este halló, en diferentes momentos y lugares, personas que remodelaban las creaciones literarias de autores pasados e incorporaban sus contribuciones. Cabe señalar que la fábula fue fortaleciendo su propia estructura, intensificando su identidad ante otras producciones con las que tenía algún aspecto en común.

La fábula se vincula habitualmente con la moral. En este sentido, cabe mencionar a fabulistas relevantes como: Samaniego, La Fontaine e Iriarte. Dicha mención se debe a que la finalidad de sus producciones es moralizar.

La intención ética de algunas fábulas fue la base que contribuyó a alcanzar la creencia de que la fábula es una creación literaria y pedagógica apropiada para que los infantes aprendan el tema moral. En cambio, la existencia de la fábula no significa que la ética esté presente, así como el término moraleja no quiere decir moral.

La moraleja forma parte de la fábula. Cabe mencionar que no es preciso que aparezca expresamente. Términos como principio y conclusión resultan más adecuados que el de moraleja, ya que expresan mejor el motor que impulsa en la fábula.

La labor de los creadores de fábulas consiste en exponer lo que ocurre entre los humanos para que estos, tras su lectura, reflexionen.

La fábula se incluye dentro de la literatura infantil. En esta línea existen numerosas ediciones dirigidas a los infantes. Se adecúa el vocabulario a los pequeños y se añaden diversas y coloridas ilustraciones.

En la actualidad, la literatura infantil ha experimentado una importante evolución. Brinda al niño la posibilidad de dar rienda suelta a la fantasía y se ocupa de sus expectativas y demandas utilizando la psicología infantil. En este sentido, se procede a mostrar los elementos que integran la fábula:

- Personajes: predominan los animales, dado que es posible asignarles cierto carácter. También pueden intervenir personas, plantas, etcétera. Todos tienen la misma función, que consiste en realizar las diferentes acciones. Habitualmente en la fábula aparece la confrontación de dos personajes principales. Uno de los dos expone una situación y el otro muestra oposición ante la misma. A partir de ese desacuerdo se produce el desenlace.

Uno es protagonista, quien efectúa una acción, y otro antagonista, quien muestra resistencia ante esa acción. Los personajes poseen valor individual, pero pueden llegar a responder a un arquetipo. Por ejemplo: al león siempre se le atribuye la fuerza.

- Acciones: la fábula se caracteriza por su reducido número de acciones. A esto se debe su brevedad. Dichas acciones pueden ser llevadas a cabo por un único personaje o más. Cuando las realizan varios, suele darse un enfrentamiento entre sí. Cabe señalar que los actos del protagonista reciben el nombre de acciones y los del antagonista se denominan reacciones. Además, cabe mencionar que, tanto el protagonista como el antagonista son personajes principales. Aquellas fábulas en las que el protagonista realiza solo acciones, este es el encargado de realizar la acción y la reacción, por lo que es protagonista y antagonista.

- Objetos demostrativos: las fábulas contienen algún elemento, el cual ayuda a transmitir la enseñanza que se pretende. Estos elementos reciben el nombre de demostrativos. En la fábula de la zorra y las uvas, la zorra intenta alcanzar estas últimas y no puede. Las uvas son el objeto demostrativo.

- Moraleja: esta se define como la conclusión de la fábula. La evolución de la fábula es la exposición de la conclusión. La moraleja puede aparecer de forma expresa o no. La segunda deja al lector elegir cómo interpretarlo, dado que puede comprenderse de diversas formas. La moraleja expresa puede mostrarse al principio o al final de la fábula. Es posible que aparezca como un análisis realizado por el autor o que la muestre a través de un personaje. Por último, hay que añadir que, la moraleja permite conocer qué pretende el autor, además de guiar en la comprensión de la fábula.

Cabe mencionar que existen abundantes ejemplos que no se ajustan a la estructura anterior, pero la configuración es aceptable e integra los principios técnico-literarios del género.

5.2.3. La utilización de la literatura infantil para el desarrollo de la inteligencia emocional

Las emociones se deben trabajar en el ámbito escolar y en el familiar. En este sentido, la literatura infantil juega un papel fundamental, dado que permite abordar el desarrollo emocional del niño y, además, es un recurso al que se puede acceder fácilmente.

Resulta conveniente señalar la teoría del aprendizaje social de Bandura (1977), que destaca para qué sirven los modelos en el aprendizaje. En este sentido, los pequeños establecen a ciertas personas como sus modelos de referencia. Se fijan en la forma en que se comportan y terminan por imitarla. Dichos modelos pueden ser los progenitores, los docentes o los amigos, ya que se encuentran en su entorno más próximo. Sin embargo, interesa tener en cuenta que entre esos modelos se encuentra el protagonista de sus dibujos animados preferidos y el del cuento que le leen antes de acostarse. Por ello, es preciso resaltar la función que la literatura infantil y juvenil (LIJ), destinada concretamente a los infantes y a la juventud, puede tener en lo que respecta al conocimiento y la gestión de las emociones. La literatura posibilita al infante identificarse con los personajes y los sentimientos de estos y esto hace que establezca vínculos emocionales.

Vicente-Yagüe Jara (2018) apunta que otros autores como Mayer y Salovey (1997) también realizaron aportes fundamentales sobre la inteligencia emocional. Los mismos afirman que: “Literature is probably the first home of the emotional intelligences” (pág. 20).

Además, Pérez Núñez (2022) muestra que, García y Benitez (2014) señalaron lo siguiente: la literatura infantil contribuye a impulsar la capacidad lingüística y la capacidad socioafectiva y social. Así, el niño siente que puede expresar sus emociones y exponer sus experiencias de vida. De esta forma, los individuos de su entorno pueden ofrecerle ayuda.

Méndez et al., (2017) expresa que, gracias a la literatura, la persona puede vivenciar grandiosos momentos que la posibilitan reconocer y trabajar de manera representativa los problemas, favoreciendo la comprensión, la construcción y el asentimiento de estos.

Según Bisquerra (2011), las emociones negativas son de carácter ineludible, por ello resulta relevante conocer cómo controlarlas de manera adecuada. Por el contrario, las emociones positivas es necesario rastrearlas y, pese a todo, no siempre se hallan. Por este motivo, quizás, sea preferible aprender a formarlas. En este momento es en el que interviene el docente, tratando de ayudar al alumnado en el proceso y utilizando la literatura infantil como recurso.

Ibarrola (2016) afirma que, abordar las emociones en el aula a través de la literatura infantil, permite al niño adquirir una guía para canalizar sus emociones y experiencias, identificarse con los hechos de la historia y averiguar cómo lo que transmite esa historia equivale a lo que el infante está viviendo.

Borja Orozco et al., (2011) pone de manifiesto que, la literatura infantil combina la realidad con la ficción, dado que a través de historias irreales da a conocer lo que sucede en la vida. En este sentido, al infante le puede resultar fácil abordar las situaciones complejas presentes en su vida. Esto se debe a que puede observar que aquello que le ocurre a él, también les sucede a ciertos personajes, lo que le puede guiar en la búsqueda de la solución a su problema. En esta línea, la literatura infantil puede ser la herramienta

idónea que le permita al niño hacerlo de forma dinámica y significativa. Cabe mencionar que, para que esto ocurra, el maestro debe fomentar en el aula el gusto por la literatura, para que así el alumnado lo conciba como un recurso de su interés.

Dicho de otro modo, la literatura posee un componente emocional, educativo y lúdico simultáneamente. En este sentido, se señala que, la herramienta mencionada brinda la oportunidad de aprender opciones para tratar los problemas y se vincula con posibles maneras de solucionarlos. A través de la literatura se puede desarrollar la inteligencia emocional, ya que sitúa al infante en un marco en el que se le exponen instrumentos que le hacen sencillamente emitir diferentes respuestas. Además, aporta seguridad al niño porque sabe que solo es un espectador o, en otras palabras, sabe que las dificultades son ficticias. Gracias a esto se prepara paulatinamente para saber reaccionar adecuadamente, obtiene conocimientos sobre las emociones que, tal vez, no contaría con ellos sin dicho estímulo y, por ende, no sabría cómo reaccionar ni obrar ante numerosas situaciones. No se trata de que el infante, tras escuchar el texto, reaccione como indica, sino de que aprenda formas de enfrentarse a las situaciones que le permitan tomar conciencia de sus sentimientos y de las alternativas que puede elegir, impulsando y desarrollando así su inteligencia emocional. Por último, cabe añadir que, en dicho desarrollo resulta conveniente centrar la atención en aquello que se pretende conseguir, es decir, mostrar una actitud positiva en lugar de enfocarse en las barreras y la literatura infantil puede ser la guía para conseguirlo.

Se afirma que las emociones se encuentran condicionadas por aquellas que se sintieron en el pasado y que llegan a la memoria. Esta conexión entre la literatura y la vida diaria del receptor se denomina “intertexto vital” (Sanjuán, 2016), que se demuestra mediante la construcción de nexos entre la información que se lee y los valores éticos del infante, las situaciones experimentadas por el niño que se encuentra en proceso de formar

su personalidad y su perspectiva de lo que ocurre. A través de la literatura, los pupilos pueden desarrollar la empatía, pues pueden recordar que ellos también sintieron una emoción parecida a la del personaje del texto.

Agregado a lo anterior, Álvarez (2014) señala que, la literatura brinda al receptor la posibilidad de reflexionar profundamente al sentirse identificado con personajes que atraviesan vivencias complejas que guardan similitud con las suyas. En definitiva, la literatura infantil enseña a los niños a lidiar con diferentes situaciones, posibilitando el desarrollo y la aplicación a lo largo de la lectura de soluciones, instrumentos y tácticas que posteriormente les resultarán útiles en su vida real para encarar verdaderos riesgos.

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

La propuesta de intervención que se expone se articula sobre el bienestar emocional de los infantes. Para ello es preciso un proceso de enseñanza-aprendizaje sobre la inteligencia emocional. Dicha propuesta de intervención se rige por 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. A continuación, se pueden observar ciertos aspectos que resulta preciso tener en cuenta para comprender la propuesta de intervención:

6.1. Contexto

La propuesta de intervención está pensada para que sea llevada a cabo en un aula de segundo de Educación Infantil. La forman 24 infantes de entre cuatro y cinco años. 12 niños y 12 niñas.

Un rasgo característico es que se muestran muy motivados a la hora de trabajar en grupo y les gusta la música. En este sentido, la propuesta de intervención contiene actividades que parten de esos intereses del alumnado. En consonancia con la propuesta de intervención, el grupo-aula aprende a transmitir a sus iguales lo que les hace sentir incómodos y lo que les proporciona bienestar.

Resulta conveniente mencionar que cada infante tiene un nivel diferente de autonomía y un ritmo de aprendizaje distinto. En esta línea, la propuesta de intervención está diseñada para respetarlos todos. Se tienen en cuenta las dificultades de carácter evolutivo que presenta el alumnado. Son las siguientes: falta de atención, dislalias, retraso en el lenguaje y cuestiones de motricidad fina.

6.2. Actividades

- Actividad 1: La caja de las emociones.

Tras la lectura de la fábula, el docente procederá a repartir al alumnado medio folio. En dicho papel, los infantes han de dibujar cómo se sienten según el personaje que les indique el maestro. A continuación, cada pupilo doblará el papel y lo introducirá en el interior de una caja decorada con imágenes relacionadas con las emociones. Más tarde, el educador sacará los papeles de uno en uno y llamará al niño que corresponda. El infante explicará a través del dibujo cómo se siente poniéndose en el lugar del personaje indicado por el docente. Además, si la emoción es negativa tendrá que pensar qué hacer para transformarla en una positiva con ayuda de sus compañeros.

- Actividad 2: Transformando emociones.

El docente leerá una fábula en voz alta a los educandos. Estos estarán sentados en su silla correspondiente, frente a la mesa, con la cabeza apoyada en esta última y los ojos cerrados. Mientras, a la voz del maestro la acompaña una melodía de un instrumento

musical que favorece la concentración. Al finalizar dicha lectura, los infantes tendrán a su disposición varios emoticonos que representan las diferentes emociones. Por grupos de cuatro o cinco educandos, deberán escoger uno que muestre cómo se siente el personaje indicado por la maestra y otro que represente una emoción que le haga sentir mejor a ese personaje. El alumnado deberá pegar ambos emoticonos en un papel continuo de manera que se pueda observar en primer lugar, la emoción inicial y, en segundo lugar, aquella que han pensado para lograr el bienestar del personaje. Además, cada grupo deberá plasmar entre ambos emoticonos qué se puede hacer para transformar la primera en la segunda. Esto lo pueden expresar a través de un dibujo o de palabras escritas con ayuda de la maestra. Finalmente, expondrán a sus iguales su reflexión y la solución que han escogido y el docente lo colocará en una pared del aula para que cuando algún infante tenga una emoción negativa pueda consultar cómo transformarla en una positiva.

- Actividad 3: La rayuela de las emociones.

El maestro colocará en el suelo una rayuela de emociones. Todos los pupilos tirarán la piedra y el docente apuntará en la pizarra la emoción que contiene la casilla en la que han caído. Cuando tenga anotadas todas las casillas que les ha tocado a cada niño, procederá a contar cuál es la emoción que más se repite y el maestro leerá una fábula que verse sobre esa emoción. Al terminar la lectura, cada niño contará un momento que recuerde haber vivido en el que haya estado presente esa emoción.

- Actividad 4: Ronda de emociones.

Los infantes estarán sentados en la asamblea y la maestra preguntará a cada uno cómo se siente y qué es lo que le hace sentirse de ese modo. Si la respuesta es que no desean compartirlo con los demás, será válida también. Cabe destacar que a aquellos pupilos que expresen una emoción negativa se les ofrecerá ayuda para que se sientan

mejor. Dicha ayuda consistirá en permitirles que se expresen con todo detalle y en guiarles mediante varias preguntas que contribuyan al desarrollo de la inteligencia emocional, para que así aprendan a gestionar aquellas emociones que les producen malestar y puedan encontrar soluciones efectivas al problema. A los infantes que compartan una emoción positiva también se les pedirá que la expliquen detalladamente. De esta forma, los demás pupilos aprenderán nuevas acciones y situaciones que les pueden producir una emoción positiva y, sobre todo, que les pueden ayudar cuando no se encuentren bien emocionalmente. Por último, se le entregará a cada educando una pegatina que represente la emoción que siente al finalizar la actividad.

- Actividad 5: El teatro de las emociones.

Cada día tendrá lugar la lectura de una fábula y al finalizar la misma, algunos infantes representarán las emociones que trata la fábula y también cómo actuarían ellos ante esas emociones. Cabe mencionar que podrán utilizar disfraces de emociones para adentrarse más en el papel. Cuando terminen la representación, el grupo-aula realizará una reflexión sobre la actuación de sus iguales con ayuda de la maestra. De esta manera, aprenderán estrategias para gestionar sus emociones en situaciones complejas. Cabe añadir que todos los pupilos realizarán una representación, dado que cada día la maestra seleccionará a unos educandos diferentes.

6.3. Temporalización

En la tabla siguiente se puede observar la temporalización de cada una de las actividades:

Actividades	La caja de las emociones	Transformando emociones	La rayuela de las emociones	Ronda de emociones	El teatro de las emociones
-------------	--------------------------	-------------------------	-----------------------------	--------------------	----------------------------

Tiempo	1 hora.	Una sesión de 1 hora y otra sesión de 45 minutos.	1 hora.	45 minutos.	Cinco sesiones de 20 minutos cada una.
--------	---------	---	---------	-------------	--

Fuente: elaboración propia.

6.4. Metodologías

Las actividades de la propuesta de intervención se realizarán con diferentes metodologías activas. Entre ellas destaca el trabajo cooperativo, dado que, en algunas actividades, los infantes tendrán que trabajar por grupos, ayudándose unos a otros para conseguir desempeñar la actividad con éxito. Otra metodología activa que utilizar es la del ABJ (Aprendizaje Basado en Juegos), que consiste en usar el juego tal y como es. Un ejemplo de esta última es el juego de la rayuela.

6.5. Competencias específicas

Atendiendo a lo establecido en el artículo 8 del 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, he seleccionado las competencias específicas que aparecen a continuación de acuerdo con la propuesta de intervención planteada:

1. Progresar en el conocimiento y control de su cuerpo y en la adquisición de distintas estrategias, adecuando sus acciones a la realidad del entorno de una manera segura, para construir una autoimagen ajustada y positiva.
2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones, expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.

4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos.

6.6. Criterios de evaluación de las competencias específicas

Atendiendo a lo establecido en el artículo 8 del 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, he seleccionado los criterios de evaluación de las competencias específicas que aparecen seguidamente de acuerdo con la propuesta de intervención planteada:

Competencia específica 1.

1.3 Manifestar sentimientos de seguridad personal en la participación semidirigida en juegos y en las diversas situaciones de la vida cotidiana, utilizando las propias posibilidades y demostrando poco a poco iniciativa.

Competencia específica 2.

2.1 Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos mejorando progresivamente el control de sus emociones.

Competencia específica 4.

4.2 Construir normas, sentimientos y roles interaccionando en los grupos sociales de pertenencia más cercanos para construir su identidad individual y social.

4.6 Construir destrezas y habilidades para la gestión de conflictos de forma positiva, proponiendo alternativas con ayuda del adulto.

4.7 Adoptar responsabilidades individuales y destrezas cooperativas trabajando en equipo

6.7. Contenidos

Atendiendo a lo establecido en el artículo 8 del 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, he seleccionado los contenidos a trabajar con el alumnado, los cuales pertenecen a dos de los bloques del área de la educación infantil denominada Crecimiento en Armonía. A continuación, se pueden observar:

BLOQUE B. Desarrollo y equilibrio afectivos. Se incluirán en este bloque, contenidos relacionados con la regulación de las emociones y necesidades personales, respetando la diversidad, valorando el trabajo bien hecho, aprendiendo de los errores de forma constructiva y favoreciendo la relación con las personas y el entorno.

BLOQUE D. La interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás. Se iniciará en este bloque el sentido de pertenencia a un grupo y la adquisición de normas de interacción social, que contribuirán a aprender a vivir en armonía y favorecer el desarrollo del trabajo en equipo.

6.8. Criterios de evaluación de los contenidos

Atendiendo a lo establecido en el artículo 8 del 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, para la evaluación del estudiantado he seleccionado aquellos criterios de evaluación que permitirán establecer si los contenidos de aprendizaje han sido adquiridos o no por el alumnado. Son los siguientes:

B. Desarrollo y equilibrio afectivos.

- Herramientas para la identificación, aceptación de necesidades, emociones, sentimientos, vivencias e intereses en sí mismo y en los demás.

- Habilidades para desarrollar actitudes de escucha y respeto hacia los demás.

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.

- Estrategias de autorregulación de la propia conducta e inicio en el respeto hacia los demás.

- Aplicación de estrategias para la resolución de conflictos surgidos en interacciones con los otros.

- Iniciación en el trabajo en equipo: responsabilidades individuales y destrezas cooperativas.

6.9. Tipos de evaluación e instrumentos pedagógicos

La evaluación es esencial para asegurar el aprendizaje, ya que permite al docente observar la evolución de los infantes y detectar errores para analizarlos y ayudar al educando a corregirlos. Por ello, la maestra la llevará a cabo durante las sesiones y al finalizar las mismas. La realizará a través de la observación directa y utilizará como instrumentos pedagógicos una rúbrica y una guía de observación. Dichos instrumentos estarán formados por ítems, como: reconoce las distintas emociones y resuelve determinadas situaciones usando la inteligencia emocional. En la rúbrica, la puntuación podrá situarse entre 0 y 3, significando el 0 deficiente, el 1 regular, el 2 bien y el 3 muy bien. Por último, se sumarán todas las puntuaciones para obtener la final.

Cabe mencionar que la evaluación será continua o formativa, ya que los infantes se evaluarán constantemente para seguir su proceso de aprendizaje. Si existen dificultades o errores, el docente podrá buscar la forma de subsanarlos. En este sentido, el fin de la

evaluación es que el pupilo mejore. Se hará una evaluación sumativa o final, o sea, una evaluación global del proceso de aprendizaje del educando.

6.10. Resultados esperados

Tras la realización de las actividades concretadas en la propuesta de intervención, se espera que el alumnado alcance las competencias específicas establecidas 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 pretende que los infantes logren seguridad en sí mismos, que aprendan a expresar y controlar sus sentimientos para que estén emocionalmente sanos, que construyan su identidad positiva y que interactúen adecuadamente con los demás individuos. En definitiva, se espera que esas actividades ayuden a los educandos a desarrollar su inteligencia emocional.

6.11. Instrumentos para la evaluación de las propuestas didácticas

Para averiguar si la propuesta de intervención resulta útil o no. 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, concretamente en el Capítulo IV, «Evaluación y promoción», se expone la necesidad de evaluar la práctica docente con el fin de progresar en la misma. En este sentido, se muestra en el ANEXO 2, una tabla para evaluar la propuesta de intervención que contiene este Trabajo de Fin de Grado y otra para que el maestro realice una autoevaluación de su práctica docente sobre esa misma propuesta. Cabe mencionar que ambas atienden a indicadores a través de los que se valorará si la propuesta de intervención está organizada y tiene coherencia y si fomenta el desarrollo de la inteligencia emocional, entre otros.

7. CONCLUSIONES

Los conocimientos aprendidos a lo largo del Grado y la investigación realizada en este trabajo me han ayudado a comprender mejor el término *inteligencia emocional*. Ello requiere una exhaustiva búsqueda de información y su correspondiente análisis y comparación. Además, el hecho de relacionar la inteligencia emocional con la literatura infantil me ha permitido elaborar una propuesta de intervención en la que se puede observar cómo desarrollar la inteligencia emocional del alumnado de forma cercana.

El bienestar emocional de los infantes es la base sobre la que se construyen los saberes, ya que sin él no puede existir aprendizaje. En este sentido, el maestro debe prestar mucha atención para detectar el malestar emocional de los educandos. Una vez detectado, ha de tratarlo enseñando al niño a analizar lo que siente, a buscar cuál es el origen de ello y a plantear posibles soluciones. Si el alumno percibe atención en el centro educativo y siente que es un lugar en el que le pueden ayudar a sentirse mejor, le resultará más sencillo abordar su estado emocional.

Considero que para lograr un aprendizaje significativo conviene partir de los intereses del alumnado. Por ello, en la propuesta de intervención que he elaborado, trato de acercar al alumnado el tema emocional a través de las fábulas. Así, el niño conoce diferentes estados emocionales de forma dinámica y mediante actividades puede aprender a gestionar las emociones para poder aplicarlo cuando esté en una situación similar.

Se menciona la importancia de que el docente se encuentre en constante formación para ser competente y brindar a los pupilos una educación emocional de la mayor calidad posible. Esto se logra cuando el maestro puede ayudar al infante en las dificultades emocionales que le surjan, ofreciéndole las herramientas que precise para ello en vez de resolviéndoselo. También conviene que el docente se detenga a reflexionar sobre si la formación que continúa adquiriendo es la adecuada y a evaluar su puesta en práctica en el aula de Educación Infantil. El maestro debe actualizarse en lo que se utiliza recursos

para el proceso de enseñanza-aprendizaje, para avanzar a la par de la sociedad, pero realizando un uso correcto de ellos. Las fábulas de la propuesta de intervención de este Trabajo de Fin de Grado se elaboraron utilizando inteligencia artificial para obtener fábulas en las que se pueda trabajar lo que he planificado, aunque realizando modificaciones.

Como futura maestra deseo que los educandos logren un desarrollo integral y para ello es crucial abordar el tema de las emociones y la gestión de estas desde edades tempranas. Los infantes también viven situaciones desagradables en las que afloran emociones que les causan estrés, ansiedad, furia, etcétera. Este Trabajo de Fin de Grado me ha permitido tomar conciencia de que la importancia de que el niño controle sus emociones es establecer relaciones emocionalmente sanas consigo mismo y con los demás para conseguir una buena convivencia, en su bienestar.

Mi intención con la realización de este Trabajo de Fin de Grado es transmitir la importancia de la educación emocional. Considero crucial que los infantes crezcan felices, que no se sientan atrapados en una emoción que les genere malestar y de la que no sepan cómo salir.

8. BIBLIOGRAFÍA

Aguaded, M. (2017). Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil: aplicación del modelo de Mayer y Salovey / Strategies to enhance emotional intelligence in early childhood education: application of Mayer and Salovey. *Tendencias Pedagógicas*, 30, 175–190.
<https://doi.org/10.15366/tp2017.30.010>

- Alcoser-Grijalva, R., Moreno-Ronquillo, B., & León-García, M. (2019). La educación emocional y su incidencia en el aprendizaje de la convivencia en inicial 2. *CIENCIA UNEMI*, 12(31), 102-115. <https://doi.org/10.29076/issn.2528-7737vol12iss31.2019pp102-115p>
- Álvarez, M. S. (2014). Leer para sentir. La dimensión emocional de la educación literaria. *Impossibilia*, (8), 155-178. DOI: <https://doi.org/10.32112/2174.2464.2014.105>
- Arciniegas, D. F., Meneses, B. S., Ribero, L. S., & Rojas, L. C. (2019). *Educación emocional para dar respuesta a los comportamientos de niños entre tres a siete años de una institución privada*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12749/7153>
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, Nueva Jersey: Prentice-Hall.
- Bar-On, R. (1988). *The development of a concept of psychological well-being*, Unpublished doctoral dissertation, Rhodes University, South Africa. <http://hdl.handle.net/10962/d1002437>
- Bar-On, R. (1997a). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): a test of emotional intelligence*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc.
- Bar-On, R. (1997b). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc.
- Barrett, L. F., & Gross, J. J. (2001). Emotional intelligence: A process model of emotion representation and regulation. In T. J. Mayne & G. A. Bonanno (Eds.), *Emotions: Current issues and future directions* (pp. 286–310). The Guilford Press.

- Belmonte, M. L. (2022). La inteligencia emocional en el aula de Educación infantil. *Aula De Encuentro*, 24(1), 148-168. <https://doi.org/10.17561/ae.v24n1.5860>
- Belmonte, M. L., & Bernárdez, A. (2021). Evaluation of Self-Concept in the Project for People with Intellectual Disabilities: “We Are All Campus”. *Journal of Intelligence*, 9(50), 1-12. <https://doi.org/10.3390/jintelligence9040050>
- Biblioteca del Congreso de los Estados Unidos. "Children's Literature"(PDF). Library of Congress Collections Policy Statement. Library of Congress. Archivado del original (PDF) el 17 de febrero 2017. Recuperado de <https://www.loc.gov/acq/devpol/chi.pdf>
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7–43. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (coord.) (2016). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Bonano, G.A. (2001). Emotion self-regulation. En T.J. Mayne y G.A. Bonano (Eds.), *Emotions, Current sigues and future directions*. New Cork: The Guildford Press. <https://doi.org/10.25115/ecp.v3i6.909>
- Borja Orozco, M., Galeano, A. A., & Ferrer Franco, Y. (2011). Los conceptos de literatura infantil y juvenil, su periodización y canon como problemas de la literatura colombiana. *Estudios de Literatura Colombiana*, 27, 157-177. <https://doi.org/10.17533/udea.elc.9702>

- Calhoun B, Williams J, Greenberg M, Domitrovich C, Russell MA and Fishbein DH (2020) Social Emotional Learning Program Boosts Early Social and Behavioral Skills in Low-Income Urban Children. *Front. Psychol.* 11:561196. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.561196>
- Cepa, A., Heras, D., Lara, F. (2016). Desarrollo Emocional: Evaluación De Las Competencias Emocionales En La Infancia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 75. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v1.212>
- Colomer, T. (2010). *Introducción a la literatura infantil y juvenil actual*. Síntesis, D.L.
- Cruz, P., D., & Borjas, M., López-Calvo, M. (2020). Ludoevaluación de la emoción del miedo en educación infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 19(1), 1–21. DOI: <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.19.1.4184>
- 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. Recuperado de <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-1.pdf>
- Dido, J. C. (2009). Teoría de la Fábula. *Espéculo: Revista de Estudios Literarios*, 41, 1-10. <https://webs.ucm.es/info/especulo/numero41/fabula.html#:~:text=Arist%C3%B3teles%20llam%C3%B3%20f%C3%A1bula%20o%20mitos,el%20idioma%20en%20sentido%20gen%C3%A9rico.>
- Elias, M., Tobias, S. & Friedlander, B. (1999). *Educación con inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza y Janés.

- Extremera, N. (2020). Coping with the stress caused by the COVID-19 pandemic: future research agenda based on emotional intelligence. *International Journal of Social Psychology*, 35(3), 631-638. <https://doi.org/10.1080/02134748.2020.1783857>
- Garaigordobil, M. (2018). *Educación emocional en la infancia y la adolescencia. Participación Educativa.*, 5(8), 107–127.
- García Lago, V. (2008). La inteligencia emocional en la Educación Infantil. *Educación y futuro*, 19, 129-149. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3233946>
- García, M. y Benítez, R. (2014). Comprometiéndonos con “nuestra escuela”: Un proyecto de Aprendizaje Servicio para una formación del profesorado inclusiva. *Revista nacional e internacional de educación inclusiva*, 7(2), 69-83. Recuperado de: <https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/147/141>
- García-Fernández, M., & Giménez-Mas, S. I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: Propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 3(6), 43-52. <https://doi.org/10.25115/ecp.v3i6.909>
- García-Marín, P., Casabella, M. (2020). Motriemoción: reconocimiento de emociones en preescolares a través de la motricidad. Motriemotion : emotion recognition through motor. Trances: *Revista de Transmisión Del Conocimiento Educativo y de La Salud.*, 12(4), 433–461.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona, España: Kairós.
- Goleman, D. (1995a). *Emotional intelligence*. New York: Bantam.
- Goleman, D. (1995b). What’s your emotional intelligence quotient? You’ll soon find out. Utne Reader, November/December.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.

- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantman.
- Goleman, D. (2015). *The brain and emotional intelligence: new insights*. B de Books.
- Graczyk, P. A., Weissberg, R. P., Payton, J. W., Elias, M. J., Greenberg, M. T., & Zins, J. E. (2000). Criteria for evaluating the quality of school-based social and emotional learning programs. In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (pp. 391–410). Jossey-Bass/Wiley.
- Grimaldo, M., y Merino-Soto, C. (2020). Efectos de un Programa de Intervención sobre las habilidades emocionales en niños preescolares. *REOP - Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 31(1), 62.
<https://doi.org/10.5944/reop.vol.31.num.1.2020.27290>
- Higgins, E.T., Grant, H. & Shah, J. (1999). Self Regulation and quality of life: Emotional and non emotional life experiences. En Kahneman, Diener y Schwarz (Eds.), *Well-being: the foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2020-17264>
- Martineaud, S. & Engelhart, D. (1996). *El Test de inteligencia emocional*. Barcelona: Martínez Roca.

- Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mayer, J.D. y Cobb, C.D. (2000). Educational policy on emotional intelligence: Does it make sense? *Educational Psychology Review*, 12, 163-183. <https://doi.org/10.1023/A:1009093231445>
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence* (pp. 396–420). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511807947.019>
- Méndez, J.L., Pastor V.C. y Molina, M.C. (2017). Vulnerabilidad, riesgo social y resiliencia en la infancia: el cuento como recurso didáctico. *UTE. Revista de Ciències de l'Educació*. 2, 18-28. <https://doi.org/10.17345/ute.2017.2.1811>.
- Molina Prieto, R. (2008). Los cuentos ayudan a crecer. *Innovación y experiencias educativas*: https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_13/REMEDIOS_MOLINA_2.pdf
- Muchiut, Á. (2018). Educación emocional, una deuda pendiente en nuestros salones de preescolar. *Revista de Educación*, 1, 137–152.
- Peña, M.L. (2021). La educación emocional en niños del nivel preescolar: una revisión sistemática. *Tecnohumanismo*, 1(2), 1–21. <https://doi.org/10.53673/th.v1i11.78>
- Pérez Núñez, M.R. (2021). Literatura infantil e Inteligencia Emocional. La palabra como herramienta terapéutica. *Campus Educación Revista Digital Docente*, 24, p. 17-

21. Disponible en: <https://www.campuseducacion.com/revista-digital-docente/numeros/24/>

Quesada, S., Otiniano, J., Poma, M. (2019). Influencia de la educación emocional en el desarrollo integral de los niños. *Helios*, 38 (1), 10. <https://doi.org/10.53673/th.v1i8.44>

Real Academia Española (2023). Breve relato ficticio, en prosa o verso, con intención didáctica o crítica frecuentemente manifestada en una moraleja final, y en el que pueden intervenir personas, animales y otros seres animados o inanimados. Recuperado de <https://dle.rae.es/f%C3%A1bula>

Real Academia Española (2023). Capacidad de percibir y controlar los propios sentimientos y saber interpretar los de los demás. Recuperado de <https://dle.rae.es/inteligencia#FOtNCN5>

Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales. Recuperado de https://www.uva.es/export/sites/uva/2.docencia/2.01.grados/2.01.02.ofertaformativagrados/documentos/edinfpa_competencias.pdf

Ribes, R. et al. (2005). Una propuesta de currículum emocional en educación infantil (3-6 años). *Cultura y Educación*, 17 (1), 5-17. <https://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Una-propuesta-de-curr%C3%ADculum-emocional-en-educaci%C3%B3n-infantil-3-6-a%C3%B1os.pdf>

Rovira (1998). Como saber si un es emocionalment intelligent. *Aloma*, 2, 57-68. <https://doi.org/10.25115/ecp.v3i6.909>

- Saarni, C. (1997). Emotional competence and self regulation in childhood. En Salovey, P. y Sluyter, D. J. (1997). *Emotional development and emotional intelligence* Nueva York: Basic Books, 35-66.
- Saarni, C. (2000). Emotional Competence. A Developmental Perspective. En BarOn, R. y J. D. A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplac.* San Francisco, Ca: JosseyBass, 68-91.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1989-1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>.
- Sánchez, A., Fragoso, R. (2019). Evaluación de competencias emocionales en preescolar. *Revista RELEP*, 1, 29–36.
- Tamayo,D., Tabares, L., Muñoz, M., Segura, S., Atehortúa, Y., & Ocampo, E. (2020). Emociones constructoras de paz desde los niños y las niñas del grado transición: representaciones desde su experiencia. *Zona Próxima*, 32, 105-125. <https://doi.org/10.14482/zp.32.306.43>
- Vallés, A. & Vallés, C. (1999). *Desarrollando la inteligencia emocional*. Madrid: EOS.
- Vallés, A. (2005). *El desarrollo de la inteligencia emocional*. Benacantil.
- Vicente-Yagüe Jara, M. I. (2018). Función de la literatura infantil y juvenil para la regulación de las emociones. *Investigación e innovación en educación literaria*. (15-29). España: Síntesis.

Vilca, D., y Farkas, C. (2019). Language and use of emotional labels: Their relationship with socioemotional development in 30-month-old children attending daycare.

Psyche, 28(2), 1–14. <https://doi.org/10.7764/psykhe.28.2.1114>

9. ANEXOS

ANEXO 1

- Fábula relacionada con la tristeza: La tristeza de la ardilla Lila.

En un bosque encantado vivía una ardilla llamada Lila que estaba muy triste. Lila se sentía sola y no tenía ganas de jugar con los demás animales del bosque. Un buen día, el sabio búho del bosque, llamado Tino, se encontró con Lila y le preguntó por qué se sentía así de triste.

Lila le dijo a Tino que se sentía sola y que no había nada que la hiciese sentir alegre. Tino le explicó que es normal sentirse triste a veces porque la tristeza es una emoción que forma parte de la vida, pero que no debía permitir que la dominase. Le explicó a Lila que todos los habitantes del bosque se sentían tristes en algunas ocasiones, pero que lo fundamental era aprender a superar esos momentos de tristeza y sentirse alegres disfrutando de las cosas más valiosas de la vida.

Lila se dispuso inmediatamente a hacer caso a Tino y comenzó a buscar la alegría en las pequeñas cosas: la sonrisa de su familia, los colores de la naturaleza y el tiempo que pasaba con sus amigos. Poco a poco, Lila se fue sintiendo más y más alegre y la tristeza desapareció.

De esta manera, Lila aprendió que los momentos de tristeza terminan y que siempre hay motivos para sentirse alegre. Desde ese instante, la ardilla Lila aprendió a disfrutar de la vida con una sonrisa en la cara.

Fuente: Elaboración mediante el uso de inteligencia artificial.

- Fábula relacionada con el miedo: Juntos vencemos al miedo.

En un bosque mágico vivían el conejo Mimo y el tucán Pipo. Los dos eran muy buenos amigos. Una mañana que estaban jugando al pillapilla, escucharon un ruido extraño que venía de lo más profundo del bosque. Mimo se asustó mucho, tanto, que comenzó a temblar de miedo y se escondió detrás de un arbusto. En cambio, Pipo estaba tranquilo y sentía curiosidad.

“¿Qué ocurre, Mimo? ¿Por qué tienes miedo?” preguntó Pipo cariñosamente.

“Escuché un ruido muy potente y me da miedo lo que pueda pasar”, respondió Mimo con voz temblorosa.

Pipo agarró de las patitas a Mimo y le explicó: “No debes tener miedo, a veces las cosas que nos asustan son imaginaciones extrañas. Vamos juntos a averiguar de qué ruido se trata”.

Con valentía, Mimo y Pipo comenzaron a investigar en las profundidades del bosque. Localizaron de dónde procedía el ruido y es que en un árbol vivía un búho que estaba cantando a la luna. El búho les dijo que estuviesen tranquilos, que no pasaba nada y que el bosque era un lugar seguro y repleto de amigos.

Desde entonces, Mimo aprendió que el miedo es una emoción normal y que lo que tiene que hacer cuando la sienta es pedir ayuda a los amigos y superarla con valentía. Y Pipo le enseñó que la curiosidad y la calma son muy útiles para combatir el miedo.

De esta manera, el conejo Mimo y el tucán Pipo continuaron siendo muy buenos amigos, ayudándose a enfrentar cualquier miedo que sintieran en el bosque mágico.

Fuente: Elaboración mediante el uso de inteligencia artificial.

- Fábula relacionada con la alegría: Juntos y alegres.

En un pequeño, alegre y colorido pueblo vivía una familia de pajaritos. Eran mamá Pía, papá Pío y bebé Pipi. En un árbol habían construido su hogar, un gran nido. Todos eran conocidos por ser alegres.

Una tarde, mientras volaban por el pueblo, se encontraron a un conejo que estaba solo y muy triste. El conejito les explicó que se sentía así porque había perdido a su familia. Los pajaritos, con gran entusiasmo, se pusieron rápidamente a ayudar al conejo a encontrar a su familia.

Los días siguientes, los pajaritos y el conejito dieron vueltas juntos por el pueblo, cantando y riendo. Poco a poco, el conejo se fue sintiendo alegre gracias a la compañía y ayuda de la familia de pajaritos.

Un buen día, escucharon una voz lejana. ¡Era la familia del conejito buscándole! Llorando de alegría, el conejo dio las gracias a sus nuevos amigos por haberle contagiado su alegría, se despidió de ellos y regresó con su familia.

Los pajaritos volvieron a su nido, muy felices por haber ofrecido su alegría y su amor al conejito y por haberle ayudado. De esta forma, en aquel pueblo alegre y colorido, la alegría y la amistad reinaban entre sus habitantes.

Fuente: Elaboración mediante el uso de inteligencia artificial.

- Fábula relacionada con la ansiedad: Las preocupaciones de Milo.

Érase una vez un conejito llamado Milo que vivía en el bosque y siempre estaba muy ansioso y preocupado por todo. En su madriguera quizá no se sentiría seguro o que el resto de los animales del bosque no le tratarían bien.

Un buen día, Milo decidió recurrir a la sabia tortuga del bosque, quien le dijo: “Milo, la ansiedad es como cargar una piedra en el corazón. No te permite disfrutar del presente y hace que te preocupes por lo que todavía no ha ocurrido”.

Milo pensó detenidamente lo que le había dicho la tortuga y decidió seguir su consejo. Comenzó a meditar y a disfrutar del presente, sin preocuparse por lo que aún no ha sucedido. Poco a poco, fue eliminando su ansiedad y sintiéndose más calmado y contento.

Así, Milo demostró que con paciencia y esfuerzo es posible vencer todas las preocupaciones, por complicado que parezca.

Desde ese momento, Milo aprendió a hacer frente a su ansiedad y a disfrutar de la compañía de los demás animales del bosque sin preocupaciones. Se dio cuenta de que no debía preocuparse por cosas que escapaban su control y que lo más importante era vivir en paz con la naturaleza y con los animales del bosque.

Fuente: Elaboración mediante el uso de inteligencia artificial.

- Fábula relacionada con la ira: El enfado de Gus.

En un bosque vivía una ardilla llamada Pancha, que era muy tranquila, amable y simpática con todos los animales. Una mañana, mientras Pancha estaba buscando nueces para alimentarse, apareció un zorro que estaba muy enfadado y se las quería quitar.

El zorro, que se llamaba Gus, le explicó a Pancha que no encontraba su comida, que tenía mucha hambre y que estaba muy enfadado. Pancha vio que Gus se enfadaba cada vez más y decidió ayudarlo a buscar comida. Tras un tiempo caminando por el bosque, encontraron frutas y nueces para que el zorro pudiese comer.

Se sentaron juntos a comer y compartieron los alimentos. Gus se sintió mucho mejor y dio las gracias a Pancha por su ayuda. La ardilla le explicó al zorro que la ira no es una buena forma de resolver los problemas. También le dijo que es mucho mejor mantener la calma y buscar ayuda en otros animales del bosque.

Desde entonces, el zorro aprendió a controlar su ira y a pedir ayuda a los demás cuando la necesitaba. Todos los demás animales del bosque también aprendieron que la amabilidad y la calma de Pancha son necesarias para resolver situaciones difíciles.

Además, Pancha y Gus les explicaron que trabajar juntos y controlar las emociones aporta fortaleza y felicidad.

Fuente: Elaboración mediante el uso de inteligencia artificial.

ANEXO 2

Tabla 1: Evaluación de las propuestas de intervención

INDICADORES PARA EVALUAR	SÍ	NO	OBSERVACIONES
La propuesta de intervención está organizada y tiene coherencia.			
Los elementos constitutivos los he seleccionado atendiendo a las características e intereses del grupo-aula.			
Las propuestas de intervención cuentan con competencias específicas, criterios de evaluación de las competencias específicas,			

contenidos y criterios de evaluación de los contenidos a trabajar.			
He detallado las actividades de enseñanza-aprendizaje, su temporalización y las metodologías, los tipos de evaluación y los instrumentos pedagógicos a utilizar.			

Fuente: elaboración propia.

Tabla 2: Autoevaluación de la práctica docente

INDICADORES PARA EVALUAR	SÍ	NO	OBSERVACIONES
El alumnado se ha mostrado motivado, feliz y			

participativo durante las sesiones planificadas.			
La guía y comunicación de la propuesta ha sido efectiva en el desarrollo de las mismas.			
La propuesta ha sido creada atendiendo a la etapa educativa del grupo-aula.			
La propuesta fomenta el desarrollo de la inteligencia emocional.			
He logrado un ambiente enriquecedor y significativo para los infantes.			

Fuente: elaboración propia.