



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

CURSO 2023/2024

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA
ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL**

PRESENTADO POR: FARHANA NAZRUL BEGUM.

TUTELADO POR: MARINA MUÑOZ ARRANZ.

RESUMEN:

La inteligencia emocional se encuentra presente en nuestra vida desde que nacemos, y sobre todo, en la etapa de Educación infantil siendo beneficioso tanto para el crecimiento físico, personal y psicológico de los infantes. Son varios los agentes que contribuyen en su desarrollo integral de estos y de su inteligencia emocional, como son los padres y los maestros entre otros. Diversos autores han aportado ideas y enfoques sobre lo que constituye la inteligencia emocional, y se han propuesto diferentes modelos teóricos para estudiar este concepto con mayor detalle, como el modelo mixto de Goleman y Bar-on, el modelo de habilidades de Salovey y Mayer y otros diferentes modelos como: modelo de procesos de Barret y Gross; modelo de Elías, Tobías y Friedoander; modelo de Cooper y Sawaf; modelo Autorregulatorio de las experiencias emocionales; modelo de Rovira; modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla; modelo Secuencial de Autorregulación Emocional y modelo de Vallés y Vallés. En este contexto, se ha planteado una propuesta de intervención específica para la tercera etapa de Educación Infantil. Que contempla actividades relacionadas con la edad, así como con los objetivos y contenidos planteados en el currículum. Estas actividades están diseñadas para enseñar a los niños a identificar y regular sus propias emociones, así como a comprender las emociones de los demás. El propósito principal es proporcionar a los niños las habilidades necesarias para comprender, expresar y gestionar sus emociones desde una edad temprana, sentando así las bases para un desarrollo emocional y social saludable a lo largo de su vida. Al brindar a los niños estas habilidades desde una etapa temprana, se busca fomentar la construcción de relaciones interpersonales positivas, la resolución pacífica de conflictos y el bienestar emocional a lo largo de su desarrollo.

PALABRAS CLAVE:

Inteligencia emocional, Aprendizaje significativo, Estilos educativos familiares, Educación Infantil.

ABSTRACT:

Emotional intelligence is present in our lives from the moment we are born, and above all, in the early childhood education stage, being beneficial for the physical, personal and psychological growth of infants. There are several agents that contribute to their comprehensive development and their emotional intelligence, such as parents and teachers, among others. Various authors have contributed ideas and approaches about what constitutes emotional intelligence, and different theoretical models have been proposed to study this concept in greater detail, such as the mixed model of Goleman and Bar-on, the skills model of Saovey and Mayer and other different models such as: Barret and Gross process model; model of Elijah, Tobias and Friedoander; Cooper and Sawaf model; Self-regulatory model of emotional experiences; Rovira model; model of Boccardo, Sasia and Fontenla; Sequential model of Emotional Self-regulation and Vallés and Vallés model. In this context, a specific intervention proposal has been proposed for the third stage of Early Childhood Education. Which includes activities related to age, as well as the objectives and contents set out in the curriculum. These activities are designed to teach children to identify and regulate their own emotions, as well as understand the emotions of others. The main purpose is to provide children with the skills necessary to understand, express and manage their emotions from an early age, thus laying the foundation for healthy emotional and social development throughout their lives. By providing children with these skills from an early stage, we seek to encourage the construction of positive interpersonal relationships, the peaceful resolution of conflicts, and emotional well-being throughout their development.

KEY WORDS:

Emotional intelligence, Meaningful learning, Family educational styles, Early Childhood Education.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	6
2. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO.....	9
3. OBJETIVOS.....	11
3.1. OBJETIVOS GENERALES.....	11
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
4. MARCO TEÓRICO.....	13
4.1. SURGIMIENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	13
4.2. CONCEPTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	17
4.3. MODELOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	25
4.3.1. MODELOS MIXTOS.....	26
4.3.1.1. Modelo de Goleman.....	26
4.3.1.2. Modelo de Bar-On.....	27
4.3.2. MODELOS DE HABILIDADES.....	30
4.3.2.1. Modelo de Salovey y Mayer.....	30
4.3.3. OTROS MODELOS.....	32
4.3.3.1. El modelo de Cooper y Sawaf.....	32
4.3.3.1. Modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla.....	34
4.3.3.2. Modelo de Elías, Tobías y Friedoander.....	35
4.3.3.3. Modelo de Rovira.....	36
4.3.3.4. Modelo de Vallés y Vallés.....	38
4.3.3.5. El modelo Secuencial de Autorregulación Emocional.....	39
4.3.3.6. El modelo Autorregulatorio de las experiencias emocionales.....	40
4.3.3.7. El modelo de procesos de Barret y Gross.....	41
5. IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA DE EDUCACIÓN INFANTIL.....	42
6. INFLUENCIA DE LOS ESTILOS EDUCATIVOS FAMILIARES EN EL ÁMBITO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS.....	44

7. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	49
7.1. INTRODUCCIÓN DE LA PROPUESTA.....	49
7.2. CONTEXTUALIZACIÓN.....	49
7.3. TEMPORALIZACIÓN.....	50
7.4. FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR DE LA PROPUESTA.....	51
7.4.1. OBJETIVOS.....	51
7.4.2. CONTENIDOS.....	51
7.4.3. COMPETENCIAS CLAVE.....	52
7.5. METODOLOGÍA.....	53
7.6. EVALUACIÓN.....	54
8. CONCLUSIÓN.....	56
9. BIBLIOGRAFÍA.....	58
10. ANEXO.....	70
ANEXO I: DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE LA PROPUESTA.....	70
ANEXO II: TABLA DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO.....	80
ANEXO III: TABLA DE EVALUACIÓN DEL MAESTRO.....	81
ANEXO IV: IMÁGENES DEL DESARROLLO DE LA PROPUESTA.....	82

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Los ocho tipos de inteligencias múltiples de Gardner</i>	15-16
Tabla 2. <i>Definición de la inteligencia emocional según otros autores</i>	23-25
Tabla 3. <i>Tabla de las sesiones efectuadas</i>	54

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. <i>Los ocho tipos de inteligencias múltiples de Gardner</i>	15
Figura 2. <i>Componentes de la inteligencia emocional según Goleman</i>	21
Figura 3. <i>Modelo mixto de Daniel Goleman</i>	27
Figura 4. <i>Modelo mixto de Bar-on</i>	30
Figura 5. <i>Modelo de habilidades de Salovey y Mayer</i>	32
Figura 6. <i>Modelo de Cooper y Sawaf</i>	34
Figura 7. <i>Modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla</i>	35
Figura 8. <i>Modelo de Elías, Tobías y Friedoander</i>	36
Figura 9. <i>Modelo de Rovira</i>	38
Figura 10. <i>Modelo Secuencial de Autorregulación Emocional</i>	39
Figura 11. <i>Modelo Autorregulatorio de las experiencias emocionales</i>	40
Figura 12. <i>Modelo de procesos de Barret y Gross</i>	41
Figura 13. <i>SESIÓN 1: CUÉNTAME UN CUENTO</i>	82
Figura 14. <i>SESIÓN 4: ME CALMO</i>	82
Figura 15. <i>SESIÓN 5: ROSCÓN DE PASAPALABRA</i>	83
Figura 16. <i>SESIÓN 8: MEMORY EMOCIONES</i>	83
Figura 17. <i>SESIÓN 9: LAS POSTURAS COPIONES</i>	84
Figura 18. <i>SESIÓN 10: DOMINO DE LAS EMOCIONES</i>	84

1.INTRODUCCIÓN.

El trabajo que se presenta a continuación está estructurado en tres partes claramente diferenciadas y organizadas, en base a un diseño y aún plan de trabajo previo, donde se plantearon unos objetivos previos del trabajo y una temporalización para lograr los mismos.

En la primera parte del trabajo, se encuentra la fundamentación teórica, donde se explica el surgimiento de la inteligencia emocional, así como los autores más relevantes, y su origen y evolución en el ámbito académico, etc.

Por otro lado, se desarrolla el concepto de inteligencia emocional según diferentes autores reconocidos en el campo, tales como Salovey y Mayer, Bar-On, Goleman, Gardner, etc., quienes han aportado perspectivas valiosas sobre este tema. Cada autor tiene su propia visión y enfoque único sobre la inteligencia emocional, lo cual enriquece nuestra comprensión global del concepto.

Además de las definiciones individuales, también se aborda la clasificación de los modelos de inteligencia emocional. Existen diferentes enfoques para categorizar estos modelos, como los basados en habilidades específicas y los modelos mixtos que combinan habilidades emocionales y cognitivas. Haciendo hincapié en las características principales de cada tipo de modelo y su relevancia en el estudio y aplicación práctica de la inteligencia emocional.

Todo ello relacionado con su importancia en el ámbito de la educación, el aula de educación infantil y la influencia de los estilos educativos familiares en el ámbito emocional de los niños.

La segunda parte del trabajo se centra en una propuesta de intervención, la cuál consta de varios elementos clave que garantizan su efectividad y aplicabilidad en un contexto educativo.

Todo ello relacionado con la inteligencia emocional y en base al currículum de la etapa.

Es decir, se vinculan los estándares del mismo, garantizando que la intervención sea coherente y se alinee con los objetivos educativos generales.

La contextualización es otro aspecto crucial de la propuesta. Donde se tiene en cuenta el entorno y las condiciones específicas en las que se llevará a cabo la intervención. También se aborda la temporalización, es decir, el período de tiempo estimado para implementar las actividades propuestas.

En cuanto a la metodología, se describen detalladamente las estrategias pedagógicas y recursos que se utilizarán para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en los alumnos. Además, se presenta una variedad de actividades prácticas que involucran a los alumnos y les permitirán aplicar y fortalecer sus habilidades emocionales.

La evaluación es un componente esencial de cualquier propuesta educativa, y debe implicar tanto al alumnado como a los docentes . En ella se medirá el progreso y el logro de los objetivos planteados, utilizando diferentes herramientas y técnicas de evaluación adecuadas para evaluar las habilidades emocionales.

El trabajo finaliza con una serie de conclusiones.

En resumen, el presente trabajo sobre la inteligencia emocional consta de una fundamentación teórica, una propuesta de intervención detallada junto a su evaluación y una conclusión final.

El logro del título de maestra en Educación Infantil está sujeto a la consideración de competencias establecidas en la Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la validación de títulos universitarios oficiales que permiten ejercer la profesión de Maestro en Educación Infantil. Entre las competencias necesarias se resaltan aspectos como:

- ❖ Tener la capacidad de realizar búsquedas de información eficaces, tanto en fuentes primarias como secundarias, utilizando herramientas digitales para la búsqueda en línea.
- ❖ Adquirir conocimientos sobre el proceso de aprendizaje de los niños de 0 a 6 años en entornos domésticos, sociales y educativos

- ❖ Estimular el desarrollo de hábitos vinculados a la autonomía, la libertad, la curiosidad, la observación, la experimentación, la imitación, el respeto a reglas y límites, así como el juego simbólico y heurístico
- ❖ Crear y mantener vínculos positivos con las familias con el fin de influir de manera favorable en la formación educativa de los niños.
- ❖ Fomentar un entorno pacífico tanto dentro como fuera del salón de clases, propiciando una convivencia armoniosa y solucionando los conflictos de forma pacífica.
- ❖ Establecer una comunicación efectiva tanto oral como escrita, y dominar estrategias que impulsen el desarrollo a través de la interacción.
- ❖ Tener la capacidad para emplear canciones, materiales y técnicas musicales con el fin de estimular el desarrollo auditivo, rítmico, vocal e instrumental en actividades dirigidas a niños, ya sea en grupo o individualmente.
- ❖ Utilizar el juego como una herramienta pedagógica para diseñar actividades educativas basadas en el entretenimiento y el juego.

2. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO.

La inteligencia emocional desempeña un papel fundamental en la educación infantil, ya que permite a los niños comprender y gestionar sus emociones de manera efectiva (López, 2005).

Trabajar en el desarrollo de la inteligencia emocional en edades tempranas es esencial, ya que brinda a los niños las herramientas necesarias para conocerse a sí mismos, comprender a los demás y establecer relaciones saludables (Benavent, 2021).

Durante mis prácticas de maestra en un centro educativo de la provincia de Valladolid, pude observar directamente las carencias afectivas que presentaban los niños en cuanto a la expresión de emociones y la empatía hacia los demás. En el patio y en el aula, se manifiestan conflictos relacionados con la posesión de objetos, donde los niños tenían dificultades para compartir y resolver estos problemas de manera adecuada.

Es importante destacar que trabajar la inteligencia emocional en edades tempranas no solo contribuye al desarrollo socioemocional de los niños, sino que también puede prevenir situaciones como el acoso escolar (Muñoz -Prieto, 2017).

Al fomentar habilidades como la empatía, la resolución pacífica de conflictos y la comunicación asertiva, se crea un ambiente escolar más inclusivo y respetuoso (Vázquez, 2012).

Por otro lado, la inteligencia emocional es un aspecto fundamental en el desarrollo integral de los niños, ya que no solo se limita a la gestión individual de las emociones, sino que también tiene un impacto significativo en las relaciones interpersonales (Bisquerra, 2016).

El Decreto 122/2007 de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León, reconoce la importancia de la inteligencia emocional y se aborda en diferentes áreas de desarrollo.

Uno de los aspectos clave es el área de Conocimiento de sí mismo y autonomía personal, donde se busca que los niños reconozcan y expresen sus propias emociones, identifiquen las emociones de los demás y adquieran habilidades para regular sus propias emociones.

Esto les permite desarrollar una mayor conciencia emocional y comprender cómo sus emociones pueden influir en su comportamiento y en las relaciones con los demás.

Otra área relevante es la de Conocimiento del entorno, donde se promueve la empatía y el respeto hacia los demás. Los niños aprenden a ponerse en el lugar de los demás, a comprender y respetar las emociones de los demás, fomentando así la convivencia pacífica y el establecimiento de relaciones sanas y positivas. Esta habilidad les permite desarrollar una mayor comprensión de la diversidad emocional y fortalecer sus habilidades sociales.

La inclusión de la inteligencia emocional en el currículo demuestra el reconocimiento por parte del sistema educativo de su importancia en el desarrollo integral de los niños. Sin embargo, para abordar eficazmente esta temática como futuros maestros, es necesario adquirir conocimientos teóricos sobre la inteligencia emocional, pero también desarrollar habilidades prácticas para trabajar con los niños y guiarlos en su proceso de desarrollo emocional (Zuñiga y Luque, 2021).

Para lograr esto, es fundamental implementar estrategias pedagógicas que promuevan la reflexión sobre las emociones, brinden espacios seguros para su expresión y fomenten la adquisición de habilidades emocionales (Villalva y Copo, 2020).

Estas estrategias pueden incluir actividades lúdicas, cuentos, juegos de roles, técnicas de relajación y meditación, entre otras. Es importante adaptar estas estrategias a las necesidades individuales de los niños y crear un ambiente de confianza y respeto donde puedan explorar y expresar sus emociones libremente (Ruiz, 2017).

En resumen, la inteligencia emocional es un proceso fundamental que debe ser cultivado desde edades tempranas y durante toda la etapa de educación infantil. Al trabajar las emociones, estamos formando a personas con una base sólida de valores emocionales que los caracterizarán a nivel personal (Agustín *et al.*, 2011). La inclusión de la inteligencia emocional en el currículo de Castilla y León respalda aún más la importancia de trabajar esta habilidad en el contexto educativo (Dávila, 2019).

Como futuros maestros, tenemos la oportunidad y la responsabilidad de educar a los niños y niñas en el desarrollo de su inteligencia emocional, brindándoles las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos emocionales que puedan surgir a lo largo de sus vidas (Palmera *et al.*, 2008).

3. OBJETIVOS.

A continuación se detallan los objetivos del presente trabajo:

3.1. OBJETIVOS GENERALES.

El objetivo general de la propuesta es:

- Trabajar la inteligencia emocional como recurso para abordar las distintas emociones de los niños y niñas en el aula de educación infantil, a través de una intervención.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

Una vez conocidos el objetivo general, los objetivos específicos son:

- Entender el concepto de inteligencia emocional y su importancia a través del análisis de las teorías de diversos autores sobre el tema.
- Promover la enseñanza de las emociones en la etapa de educación infantil.
- Enseñar a los estudiantes.
- Elaborar una intervención donde se trabaje la inteligencia emocional.

Esto se ve reflejado en el propio currículum del Decreto 122/2007 de 27 de diciembre, por el que se establece el currículum del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León, establece como objetivos:

En el área de **CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL:**

- Es importante reconocer y expresar nuestros propios sentimientos, emociones, necesidades, preferencias e intereses, al tiempo que respetamos los de los demás. También es fundamental tener una imagen positiva de uno mismo, comprendiendo

nuestras fortalezas y limitaciones para desarrollar una autoestima saludable. Además, debemos adaptar nuestro comportamiento a las necesidades de los demás, actuando con confianza, seguridad y fomentando actitudes de respeto, ayuda y colaboración.

En el área de **CONOCIMIENTO DEL ENTORNO:**

- El decreto establece que es importante relacionarse de manera equilibrada y satisfactoria con los demás, ajustando nuestra conducta según las situaciones y resolviendo los conflictos de manera pacífica. También se nos insta a actuar con tolerancia y respeto hacia las diferencias personales, sociales y culturales, valorándolas de manera positiva.

En el área de **LENGUAJES: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN:**

- El decreto establece que debemos expresar nuestras ideas, sentimientos, emociones y deseos utilizando diferentes formas de comunicación según la intención y situación. Se nos anima a utilizar el lenguaje como una herramienta para comunicarnos, aprender, disfrutar y relacionarnos socialmente. También se destaca la importancia de comprender los mensajes que recibimos de los demás y participar activamente en las interacciones sociales con interés y respeto. Debemos tener una actitud positiva hacia tanto nuestra lengua materna como los idiomas extranjeros.

Dichos objetivos de estas tres áreas mantienen una estrecha relación con el presente trabajo de fin de grado, por lo que se considera fundamental la presencia y existencia de este tipo de programa en la etapa de Educación Infantil.

4. MARCO TEÓRICO.

4.1. SURGIMIENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

En 1920, Edward Thorndike propuso la idea de inteligencia social, la cual más tarde sentó las bases para el desarrollo del concepto de inteligencia emocional (Díaz *et al.*, 2012).

De acuerdo con Thorndike, la inteligencia social implica la capacidad de comprender y guiar a las personas, así como actuar de manera sabia en las relaciones humanas. Además de esto, Thorndike (1920; citado en Reina, 2009, p.2) identificó otros dos tipos de inteligencia: **la abstracta**, relacionada con la habilidad para manejar ideas, y **la mecánica**, relacionada con la habilidad para entender y manejar objetos.

En este último año, Edward Thorndike (1920), define la inteligencia emocional (IE) como a la capacidad de comprender, guiar y actuar de manera sabia en las interacciones humanas, independientemente de la edad o el género de las personas involucradas (Vásquez, 2007). Esta habilidad implica un entendimiento profundo y una gestión efectiva de las emociones en contextos sociales (Garcés *et al.*, 2023)

Pero el que se acercó más a este concepto fue Howard Gardner a través de su libro *Frames of Mind: la teoría de las inteligencias múltiples* publicado en 1983, fue quien mejor exploró este concepto (Emst-Slavit, 2001).

Gardner identifica diferentes formas de inteligencia que trabajan juntas de manera flexible y se adaptan a las necesidades individuales y culturales (García, 2012).

La figura 1, recoge la clasificación de los tipos de inteligencia múltiples de Gardner, y se desarrollan en la tabla 1 (Gaxiola, 2015; García y López, 2014 y Armstrong *et al.*, 1999).

Figura 1.

Los ocho tipos de inteligencias múltiples de Gardner.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de Gaxiola (2015); García y López (2014) y Armstrong *et al.* (1999).

Tabla 1.

Los ocho tipos de inteligencias múltiples de Gardner.

INTELIGENCIA	DESCRIPCIÓN
Inteligencia lingüística	La inteligencia lingüística se manifiesta de manera destacada en profesiones como abogados, escritores, editores e intérpretes, donde la habilidad para utilizar el lenguaje de forma especial y creativa es fundamental.
Inteligencia lógica y	La inteligencia lógica y matemática se caracteriza por la

matemáticas	habilidad para pensar de forma racional, y es comúnmente observada en profesionales de la medicina, ingeniería, programación, ciencia y campos afines.
Inteligencia espacial	La inteligencia espacial se manifiesta en profesiones como arquitectura, decoración, escultura y pintura, donde se requiere la capacidad de formar imágenes y modelos mentales de realidades especiales y del mundo.
Inteligencia musical	La inteligencia musical es la capacidad de percibir, expresar, apreciar y transformar formas musicales, así como la facilidad para aprender canciones y ritmos.
Inteligencia corporal y kinestésica	La inteligencia corporal y kinestésica implica la capacidad de unir el cuerpo y la mente para lograr un desempeño físico óptimo, como se observa en deportistas, bailarines y actores.
Inteligencia interpersonal	La inteligencia interpersonal se refiere a la capacidad de comprender y relacionarse con otras personas, especialmente en entornos laborales como ventas, política y educación.
Inteligencia intrapersonal	La inteligencia intrapersonal se refiere a la capacidad de conocerse a uno mismo y aplicar con éxito los talentos, siendo equilibrado y efectivo en diversos aspectos de la vida.
Inteligencia ecológica	La inteligencia ecológica se refiere a la capacidad de entender y organizar las pautas de la naturaleza, manifestando interés en comprender cómo funciona el entorno natural y preocupación por el medio ambiente.

Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de Gaxiola (2015); García y López (2014) y Armstrong *et al.* (1999).

Según Gardner (1995) estos ocho tipos de habilidades tienen el potencial de resolver desafíos, fomentar la innovación y mejorar el proceso de adquirir conocimiento (Gaxiola, 2015; García y López, 2014 y Armstrong *et al.*, 1999).

Según Vázquez (2007) son dos las inteligencias las que se vinculan más con la inteligencia emocional, ya que está, se refiere a nuestra capacidad para comprender, manejar y utilizar las emociones de manera efectiva en diferentes aspectos de la vida, así como en el ámbito social:

La **inteligencia interpersonal** implica la capacidad de relacionarse con los demás. Significa ser capaces de entender las emociones y sentimientos de las personas que nos rodean, así como establecer conexiones significativas y empáticas con ellos. También implica saber influir positivamente en los demás y resolver conflictos de manera constructiva (Paniagua y Vega, 2008).

Por otro lado, la **inteligencia intrapersonal** se enfoca en el conocimiento y comprensión de nosotros mismos. Implica ser conscientes de nuestras propias emociones, motivaciones, fortalezas y debilidades. Además, incluye la habilidad de manejar nuestras emociones de forma saludable, regular nuestro estado de ánimo y tener una buena autoestima (Quiceno, 2022)

No fue hasta 1990, cuando se obtuvo el primer término de la inteligencia emocional por Salovey y Mayer (Salas *et al.*, 2018).

Pero no llegó a conocerse hasta 5 años después gracias a Goleman, que popularizó el concepto de inteligencia emocional a través de su primer libro, *Emotional Intelligence: Why It can Matter more than IQ*.

Daniel Goleman, fue periodista del *New York Times* e investigador (Rodríguez, 2004).

En este libro, Goleman resalta la importancia de desarrollar estas habilidades emocionales para tener éxito en diferentes áreas de nuestra vida, como las relaciones personales, el trabajo y nuestro bienestar general (Berrocal y Pacheco, 2009).

En resumen, la inteligencia emocional nos ayuda a comprendernos a nosotros mismos y a los demás, establecer relaciones saludables y manejar nuestras emociones de manera efectiva (Molero *et al.*, 1998). Es una habilidad que podemos cultivar a lo largo de nuestra vida y que tiene un impacto significativo en nuestro bienestar y éxito personal (Bello-Dávila *et al.*, 2010).

4.2. CONCEPTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

La inteligencia emocional es un concepto que ha sido objeto de estudio y definición por diferentes autores a lo largo del tiempo (Gracia-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

En el año 1990, los autores que utilizaron por primera vez el término de la inteligencia emocional fueron Peter Salovey (de la Universidad de Yale) y John Mayer (de la Universidad de New Hampshire) introdujeron el término inteligencia emocional, al publicar un artículo titulado "Emotional Intelligence".

Este término se basó en las teorías de las Inteligencias Múltiples propuestas por Gardner en 1983 (Mérida y Jorge, 2007).

La contribución de Salovey y Mayer marcó un hito significativo en el estudio de la inteligencia emocional y su impacto en el campo de la psicología (Pérez y Castejón, 2006)

Según Salovey y Mayer (1990), la inteligencia emocional se define como la habilidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones y las emociones de los demás, utilizando esta comprensión para influir de manera positiva en nuestras acciones y pensamientos (Hernández-Vargas y Dickinson-Bannack, 2014).

Según la revisión posterior de Salovey y Mayer (1997), la definición inicial de inteligencia emocional fue reformulada debido a sus limitaciones en la regulación de las emociones (Mayet, 2008). La nueva definición propuesta incluye la capacidad de percibir, evaluar y expresar emociones con precisión, así como la conexión entre los sentimientos y el pensamiento.

Además, abarca la comprensión de las emociones, el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones con el fin de promover el crecimiento tanto a nivel emocional como intelectual (Lugo, 2019; Dueñas, 2002).

Estos dos autores también diseñaron un modelo de la inteligencia emocional; en el que decía que las personas pueden adaptarse al entorno y solucionar los problemas que surgieran.

A través de cuatro habilidades básicas como:

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Extremera y Fernández-Berrocal. 2005, p 68).

Según Daniel Goleman, definió la inteligencia emocional (IE, en adelante) como:

La capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y, por último, la capacidad de empatizar y confiar en los demás.(Goleman, 1995, p 36).

Y según Goleman (1995), la inteligencia emocional también se puede describir como un conjunto de habilidades, actitudes y competencias que influyen en cómo nos comportamos, reaccionamos y nos sentimos en diferentes situaciones (Mora, 2022; Garcia-Fernandez y Giménez-Mas, 2010).

Posteriormente, reformula esta definición de la siguiente manera, citado por Garcia-Fernandez y Giménez-Mas (2010): es la habilidad de entender y manejar nuestras emociones y las de los demás en nuestras relaciones personales.

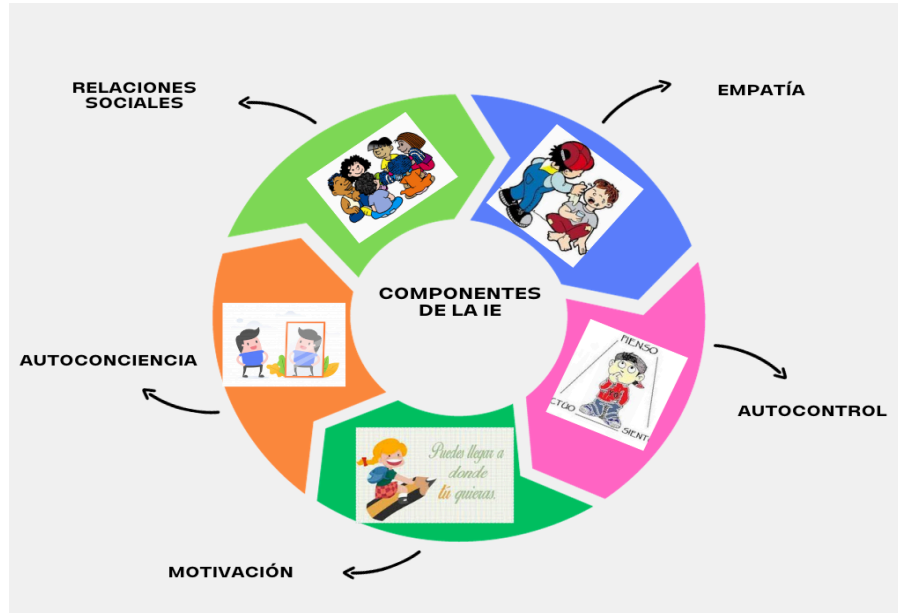
Según Goleman, la naturaleza de la inteligencia emocional se estructura en cinco competencias principales, que son las siguientes (Bernal y Gil, 2019; Barraza, 2017; Bisquerra y Pérez , 2007):

- **Conciencia emocional:** implica la capacidad de identificar y comprender nuestras propias emociones, así como las emociones de los demás.
Esto incluye la habilidad de percibir el ambiente emocional en un contexto particular.

- **Regulación emocional:** abarca la destreza para gestionar nuestras emociones de forma apropiada. Esto implica tener conciencia de cómo las emociones influyen en nuestro pensamiento y conducta, así como poseer estrategias efectivas para afrontarlas.
Además, incluye la capacidad de cultivar emociones positivas de manera autónoma.
- **Autonomía emocional:** engloba varias características relacionadas con el autogobierno, como la confianza en uno mismo, una mentalidad positiva, asumir responsabilidades, cuestionar las normas sociales, buscar apoyo y recursos, así como la habilidad para manejar las emociones de manera efectiva.
- **Competencia social:** implica la capacidad de cultivar relaciones positivas con los demás, lo cual abarca tener habilidades sociales fuertes, comunicarse de manera efectiva, demostrar respeto, adoptar actitudes pro-sociales y ser asertivo en las interacciones con los demás.
- **Competencias para la vida y el bienestar:** abarcan la habilidad de adoptar conductas adecuadas y responsables para afrontar con éxito los retos diarios en diferentes ámbitos de la vida. Estas competencias nos permiten organizar nuestra vida de forma saludable y equilibrada, lo que nos proporciona experiencias gratificantes y bienestar.

Figura 2.

Componentes de la inteligencia emocional según Goleman.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de Bernal Gómez y Gil Noguera (2019); Barraza (2017); Bisquerra y Pérez (2007).

Según la definición propuesta por Gardner (1993) de la inteligencia emocional, se refiere a nuestra capacidad innata de procesar información en base a nuestra biología y psicología, dentro de un entorno cultural específico, con el objetivo de solucionar problemas (Ferrando *et al.*, 2005; García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

Otra definición de la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de comprender, manejar y regular las emociones, lo que implica la percepción y comprensión de las mismas. (García-Fernandez y Giménez-Mas, 2010).

Según Mayer *et al.*, (2000; citado en Garcia-Fernandez y Giménez-Mas, 2010, p.45) la inteligencia emocional implica la capacidad de procesar y regular las emociones de forma precisa y eficiente.

Mehrabian (1996) dice que la inteligencia emocional incluye las siguientes habilidades de (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010):

- Una de las habilidades de la inteligencia emocional es la capacidad de identificar las emociones propias y de las personas que nos rodean
- Además, implica tener control sobre nuestras emociones y responder de manera apropiada a diferentes situaciones.
- Es importante establecer relaciones basadas en el respeto y consideración hacia las emociones de los demás.
- Buscar un trabajo que nos brinde satisfacción emocional y lograr un equilibrio entre el trabajo y el tiempo libre también son aspectos importantes a considerar.

Según Bar-On (1997; citado por García-Fernández y Giménez-Mas, 2010, p.45) la inteligencia emocional abarca un conjunto de habilidades no cognitivas que influyen en nuestra capacidad para superar con éxito los desafíos del entorno. Esta capacidad nos permite afrontar situaciones difíciles de manera efectiva y adaptativa.

Otros autores como Martineaud y Elgehart (1996), se refieren a la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer y controlar nuestras emociones, razonar de manera tranquila y optimista frente a desafíos, y mostrar empatía hacia los demás (Mora, 2022; García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

Además, Vallés (2005) añade que la inteligencia emocional es como una destreza intelectual que emplea las emociones para abordar y resolver desafíos. Esta capacidad implica el uso consciente de las emociones para encontrar soluciones efectivas a problemas complejos (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

En este apartado encontramos las siguientes definiciones de la inteligencia emocional, según la perspectiva teórica de otros autores:

Tabla 2.

Definición de la inteligencia emocional según otros autores.

AUTOR	DEFINICIÓN
Cooper y Sawaf (1997).	<p>Para Cooper y Sawaf (1997) implica la percepción, comprensión y empatía de las emociones como potencia humana y conocimiento de las relaciones sociales (Dueñas, 2002).</p> <p>La inteligencia emocional, según la explicación de Cooper y Sawaf (1997), consta de cuatro elementos esenciales:</p> <ul style="list-style-type: none">• El primer componente es la alfabetización emocional, que implica ser consciente de nuestras propias emociones y utilizar esa conciencia para manejar de forma creativa los desafíos que se nos presentan. Esta fase nos permite canalizar la energía emocional de manera positiva para resolver problemas.• El segundo componente es la agilidad emocional, que abarca la generación de confianza en las relaciones interpersonales, la comunicación empática y la flexibilidad para resolver desafíos de manera efectiva.• La profundidad emocional es otro componente clave, relacionado con la ética, la moral y la reflexión sobre las aspiraciones personales y el potencial individual.

	<ul style="list-style-type: none"> • Por último, la alquimia emocional representa la capacidad de aceptar desafíos, actuar con claridad e intuición en situaciones creativas e imaginativas, conectando plenamente con los sentimientos e instintos.
<p>Shapiro (1997).</p>	<p>La inteligencia emocional, tal como lo define Shapiro (1997), engloba las destrezas emocionales esenciales para alcanzar el éxito, incluyendo la empatía, la identificación y la expresión de las emociones, el ser independiente, la resiliencia y valores como el respeto y resolución de conflictos (Shapiro y Tiscornia, 1997).</p>
<p>Simmons y Simmons (1997).</p>	<p>Según Simmons y Simmons (1997), la inteligencia emocional incluye la necesidad emocional, impulsividad y los valores propios (Isaza-Zapata, 2016; Carmona-Fuentes, 2015).</p>
<p>Weisinger (1998).</p>	<p>La inteligencia emocional implica la utilización estratégica de nuestras emociones para guiar nuestras acciones y tomar decisiones que mejoren nuestros resultados y comportamientos. Al ser conscientes de nuestras emociones, las utilizamos de manera intencional para influir en nuestro comportamiento y mejorar nuestra forma de pensar, contribuyendo así a resultados más positivos (Carmona-Fuentes y Rosas-Reyes, 2017; Ceballos, 2012).</p>
<p>Puertas Molero etc al. (2019).</p>	<p>Según la investigación de Puertas Molero <i>et al.</i>,(2019), la inteligencia emocional se presenta como un elemento fundamental que impacta de manera positiva en el bienestar social y mental de los discentes, permitiendo entender su contexto y la correcta toma de decisiones y resolución de conflictos (Vásquez <i>et al.</i>, 2022).</p>

<p>Pérez y Filella (2019).</p>	<p>La inteligencia emocional desempeña un papel esencial en el crecimiento personal en diversas áreas de la vida. De acuerdo con Pérez y Filella (2019), el desarrollo de habilidades para mantener la motivación, afrontar la frustración, manejar la ira, fomentar el sentido del humor y cultivar la empatía nos permite estar mejor preparados para enfrentar los desafíos cotidianos (Gajardo y Tilleria, 2019).</p>
<p>De la Cruz & Cruzata (2017).</p>	<p>Según De la Cruz & Cruzata (2017) la inteligencia emocional es la capacidad de identificar, comprender y enfrentar las emociones propias y de quienes nos rodean (Del Valle y Castillo, 2010; Rodríguez, 2004).</p>
<p>Gallardo & Saiz (2016).</p>	<p>Según Gallardo & Saiz (2016), a lo largo de la historia, las emociones han sido fundamentales para la supervivencia humana, permitiendo tomar decisiones cruciales para preservar la continuidad de nuestra especie (Cruz, 2020; López <i>et al.</i>, 2016).</p>
<p>Valenzuela y Portillo (2018).</p>	<p>Según Valenzuela y Portillo (2018), la inteligencia emocional implica la comprensión tanto de nuestras propias emociones como de las de los demás, incluyendo cómo enfrentan sus sentimientos y las acciones que guían sus pensamientos (Lugo, 2019; Valenzuela-Santoyo y Portillo-Peñuelas, 2018).</p>

Nota: Elaboración propia a partir de la teoría de Vásquez *et al.* (2022); Cruz Portilla (2020); Fajardo y Tilleria (2019); Lugo (2019); Valenzuela-Santoyo y Portillo-Peñuelas (2018); Carmona-Fuentes y Rosas-Reyes (2017); Isaza-Zapata (2016); López *et al.* (2016); Carmona-Fuentes (2015); Ceballos (2012); Del Valle y Castillo (2010); Rodríguez (2004); Dueñas (2002) y Shapiro y Tiscornia (1997).

4.3. MODELOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Tras revisar la literatura, se han reconocido diversos enfoques de inteligencia emocional, que abarcan modelos mixtos, modelos centrados en habilidades, y otros que combinan elementos de ambos, tal como señalan (García- Fernández y Giménez-Mas, 2010).

Como podemos ver a continuación, los modelos se han clasificado de la siguiente manera:

4.3.1. MODELOS MIXTOS.

Estos modelos de inteligencia emocional incorporan aspectos de la personalidad como la capacidad para controlar los impulsos, la motivación, la habilidad para tolerar la frustración, la gestión del estrés, la ansiedad, la asertividad, la confianza y la persistencia. (citado en García Fernández y Giménez - Más,2010). Dos autores destacados en este enfoque son **Goleman** (1995) y **Bar-On** (1997).

4.3.1.1. Modelo de Goleman.

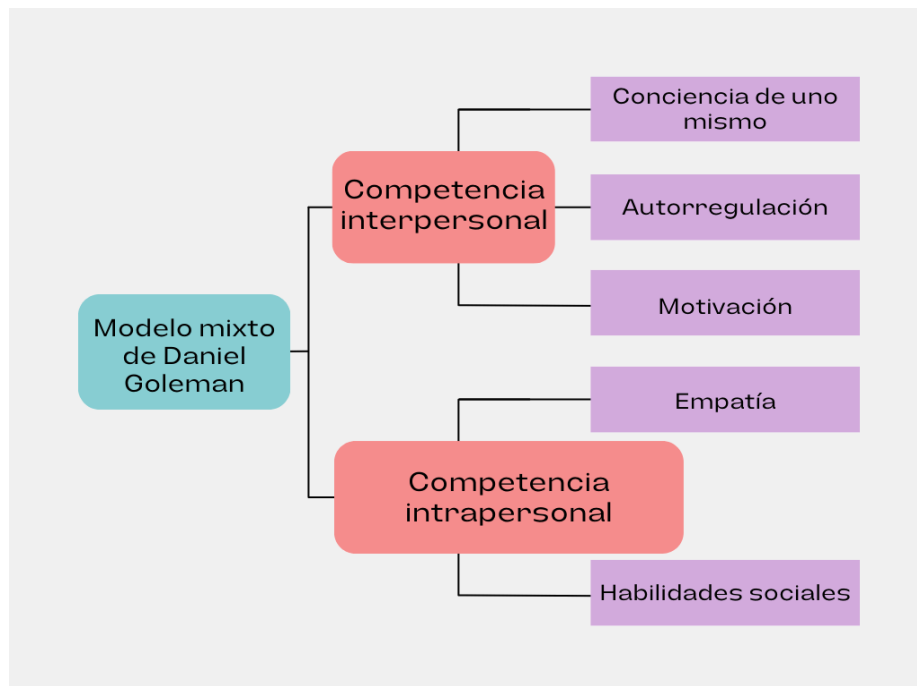
Se redefine en cinco competencias (Goleman, 1998):

- Competencia interpersonal:** se centra en la relación con uno mismo:
 - La conciencia de uno mismo:** capacidad de identificar y comprender nuestros propios estados internos, así como nuestros recursos e intuiciones.
 - La autorregulación:** implica el control consciente de los estados emocionales ya sean impulsos internos o recursos internos.
 - La motivación:** se describe cómo las emociones que nos guían y facilitan el logro de objetivos.
- Competencia intrapersonal:** define la manera que tenemos de relacionarnos con los demás:
 - La empatía:** es ser consciente de los sentimientos, problemas y necesidades del resto de personas (Fernández y Giménez-Mas, 2010).

- **Las habilidades sociales:** son la capacidad para influir en las respuestas de los demás de manera positiva, sin ejercer control sobre ellos.

Figura 3.

Modelo mixto de Daniel Goleman.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

4.3.1.2. Modelo de Bar-On.

Este autor estructura de la siguiente manera su modelo (García- Fernández y Giménez-Mas, 2010):

- **Componente intrapersonal:**
 - **Comprensión de las emociones propias:** la habilidad de comprender e identificar

- Asertividad:** expresar nuestros sentimientos y creencias de manera respetuosa, sin hacer daño a los demás de manera constructiva.
- Autoconcepto:** conocimiento y aceptación de uno mismo.
- Autorrealización:** lograr aquello que realmente deseamos, disfrutando del proceso.
- Independencia:** capacidad de dirigirse a uno mismo y ser capaz de tomar sus propias decisiones.
- Componente interpersonal:**
 - Empatía:** se refiere a la capacidad de ponernos en el lugar de los demás, comprender sus sentimientos y valorar su experiencia emocional.
 - Relaciones interpersonales:** implican la habilidad de formar y mantener conexiones significativas con otros, centrándose en la cercanía emocional y la satisfacción mutua.
 - Responsabilidad social:** se refiere a la capacidad de trabajar de manera cooperativa, contribuir positivamente y desempeñar un papel constructivo en el contexto de un grupo social.
- Componentes de adaptabilidad:**
 - Solución de problemas:** implica la habilidad de reconocer, definir y aplicar soluciones efectivas a situaciones difíciles o conflictivas. Esta capacidad incluye el proceso de identificar claramente el problema, definirlo con precisión y luego encontrar y aplicar soluciones efectivas para resolverlo.
 - Prueba de la realidad:** implica la habilidad de evaluar si nuestras experiencias y percepciones se alinean con la realidad objetiva que nos rodea. Esta capacidad nos permite discernir entre lo que percibimos y lo que es verdaderamente real, ayudándonos a mantener una comprensión precisa del mundo que nos rodea.
 - Flexibilidad:** se refiere a la capacidad de ajustar nuestras emociones, pensamientos y comportamientos en respuesta a situaciones que cambian. Esta habilidad nos permite adaptarnos de manera efectiva a las circunstancias cambiantes, manteniendo la capacidad de responder de manera adecuada a los desafíos y cambios inesperados.

Componentes del manejo del estrés:

Tolerancia al estrés: se refiere a nuestra capacidad para manejar de manera efectiva eventos adversos, situaciones estresantes y emociones intensas.

Control de los impulsos: se refiere a la habilidad para resistir y regular nuestras emociones y reacciones impulsivas.

Componente del estado de ánimo en general:

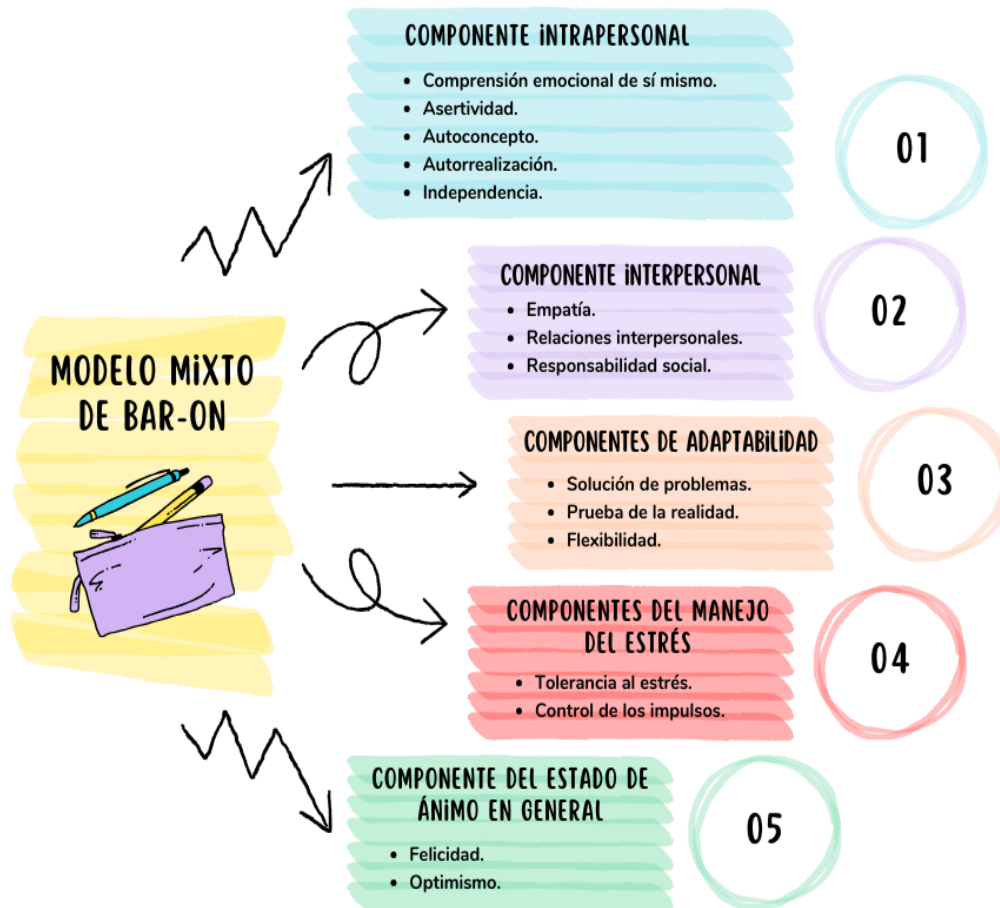
Felicidad: es la capacidad de experimentar satisfacción y plenitud en nuestra vida. Esta emoción nos permite sentir alegría, contento y bienestar, contribuyendo a una sensación general de positividad y gratitud hacia nuestras experiencias y relaciones.

Optimismo: es la capacidad de ver lo positivo en la vida, lo cual nos ayuda a mantener una actitud positiva y tener esperanza, incluso en momentos difíciles. Este enfoque nos permite mantener una perspectiva constructiva.

La expresión inteligencia emocional y social se refiere a las habilidades sociales necesarias para desenvolverse en la vida. Según Bar-On (1997), la inteligencia emocional y social es más adaptable que la inteligencia cognitiva, lo que significa que tiene un mayor potencial de cambio y desarrollo a lo largo del tiempo (García- Fernández y Giménez-Mas, 2010).

Figura 4.

Modelo mixto de Bar-on.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

4.3.2. MODELOS DE HABILIDADES.

Los modelos de inteligencia emocional se centran en habilidades relacionadas con el manejo de las emociones, sin considerar aspectos de la personalidad.

4.3.2.1. Modelo de Salovey y Mayer.

El modelo más influyente es el de Salovey y Mayer (1990), el cual ha sido revisado y actualizado en varias ocasiones. Las contribuciones realizadas por los autores en 1997 y 2000 han mejorado significativamente este modelo, consolidándolo como uno de los más utilizados y reconocidos en el campo de la inteligencia emocional (García- Fernández y Giménez-Mas, 2010).

Según Fernández-Berrocal y Extremera (2005), estas habilidades se dividen en cuatro categorías principales:

- **La percepción emocional:** La percepción emocional abarca la destreza para identificar y comprender tanto nuestras propias emociones como las de los demás, utilizando señales como expresiones faciales, gestos corporales y tono de voz. Esta habilidad no solo implica estar consciente de nuestras emociones internas, sino también de las sensaciones físicas y mentales que las acompañan. Además, requiere la capacidad de discernir con precisión la autenticidad y sinceridad de las emociones que otros expresan (Lugo, 2019; Fernández -Berrocal y Extremera, 2005).
- **La facilitación o asimilación emocional:** La facilitación emocional implica tener en cuenta los sentimientos al enfrentar situaciones que requieren razonamiento o resolución de problemas, reconociendo el impacto de las emociones en nuestro pensamiento y toma de decisiones. Además, nuestras emociones nos ayudan a priorizar nuestra atención y tienen el potencial de mejorar nuestra capacidad para pensar de manera creativa al cambiar nuestra perspectiva sobre los desafíos que enfrentamos (Fernández-Berrocal y Cabello, 2021; Fernández -Berrocal y Extremera, 2005).
- **La comprensión emocional:** La comprensión emocional abarca la capacidad de desglosar y dar sentido a las señales que expresan nuestras emociones, así como entender las causas y consecuencias de nuestros estados emocionales. Además, implica interpretar emociones complejas, reconocer transiciones entre diferentes estados emocionales y experimentar sentimientos simultáneos y contradictorios. Esta habilidad nos permite profundizar en la complejidad de nuestras emociones y comprender mejor su influencia en nuestras vidas (Mejía, 2013; Fernández -Berrocal y Extremera, 2005).

→ **La regulación emocional:** La regulación emocional implica estar receptivo a nuestras emociones y reflexionar sobre ellas para aprovechar la información valiosa que nos brindan. Esto implica regular tanto nuestras propias emociones como las de los demás, ya sea para atenuar las emociones negativas o para potenciar las positivas. Esta habilidad abarca el manejo de las emociones a nivel personal e interpersonal, lo que nos permite modificar tanto nuestros propios sentimientos como los de los demás a través de estrategias de regulación emocional. Es un proceso complejo que busca el crecimiento tanto emocional como intelectual (Gómez y Valencia, 2017; Fernández-Berrocal y Extremera, 2005).

Figura 5.

Modelo de habilidades de Salovey y Mayer.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández -Berrocal y Extremera (2005).

4.3.3. OTROS MODELOS.

Estos modelos se diferencian de los de habilidades y de los mixtos, ya que como podemos ver incluyen aspectos como las habilidades cognitivas, la personalidad y otros factores personales (García- Fernández y Giménez-Mas, 2010):

4.3.3.1. El modelo de Cooper y Sawaf.

El modelo de los "Cuatro Pilares" se ha convertido en una referencia importante en el ámbito empresarial debido a su enfoque en la inteligencia emocional (García- Fernández y Giménez-Más,2010).

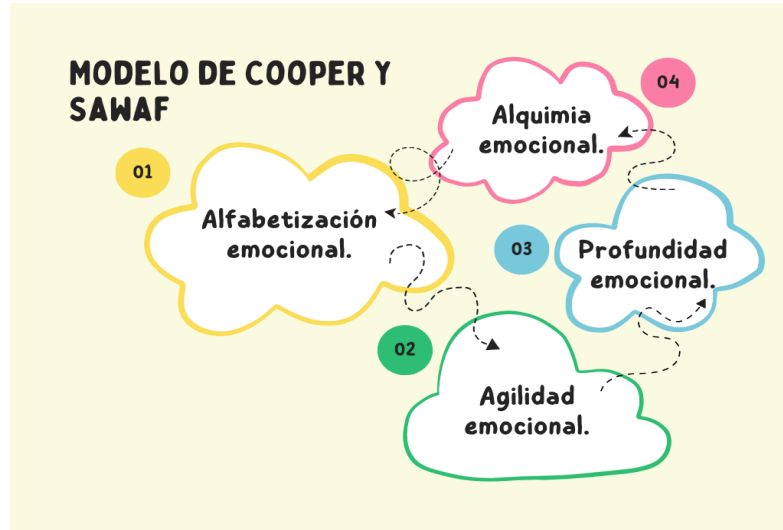
Estos pilares incluyen:

- Alfabetización emocional:** Este pilar se centra en el desarrollo de habilidades esenciales relacionadas con las emociones, como la capacidad de ser honesto con los propios sentimientos, la energía emocional, la comprensión emocional, la retroalimentación emocional, la intuición, la responsabilidad emocional y la conexión emocional. Estos componentes permiten a las personas ser eficaces y confiar en sí mismas al manejar sus emociones de manera positiva y auténtica (García- Fernández y Giménez - Más,2010).
- Agilidad emocional:** La agilidad emocional consiste en la capacidad de adaptarse y responder de manera efectiva a diferentes situaciones emocionales, lo que incluye habilidades como la autenticidad, la flexibilidad y la capacidad de escuchar activamente, resolver conflictos y obtener resultados positivos en momentos difíciles. Esto implica ajustarse con credibilidad a las circunstancias emocionales, manteniendo una actitud flexible y genuina (García- Fernández y Giménez - Más,2010).
- Profundidad emocional:** Este principio trata de encontrar un equilibrio entre la vida personal y profesional, lo que implica conciliar las emociones y las demandas diarias con las responsabilidades laborales. Al desarrollar una mayor profundidad emocional, es posible experimentar una mayor satisfacción y bienestar tanto en el ámbito personal como en el ámbito laboral (García-Fernández y Giménez - Más,2010).
- Alquimia emocional:** La alquimia emocional se refiere a la capacidad de innovar y adaptarse a los problemas y presiones. Implica transformar los desafíos en oportunidades y utilizar la inteligencia emocional para encontrar soluciones creativas (García- Fernández y Giménez - Más,2010).

Estos pilares fueron desarrollados por Cooper y Sawaf (1997) como una adaptación de la inteligencia emocional al contexto empresarial.

Figura 6.

Modelo de Cooper y Sawaf.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

4.3.3.1. Modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla.

Según el modelo de estos autores, la inteligencia emocional se divide en dos áreas principales: la inteligencia emocional y la inteligencia interpersonal. Y en 1999 se establecen las siguientes áreas de la manera siguiente (García- Fernández y Giménez - Más,2010):

- Las siguientes habilidades pertenecen a **la inteligencia emocional** (García-Fernández y Giménez - Más,2010).
 - Autoconocimiento emocional:** se refiere a la capacidad de identificar y comprender nuestros propios sentimientos, lo que implica estar conscientes de nuestras emociones y comprender su origen y manifestación.
 - Control emocional:** es la habilidad de manejar nuestras emociones de manera efectiva, permitiéndonos adaptarlas a diferentes situaciones y mantener la calma en momentos de tensión.

- **Automotivación:** esta implica dirigir nuestras emociones hacia metas específicas, manteniendo una actitud positiva y creativa para encontrar soluciones incluso en situaciones desafiantes.

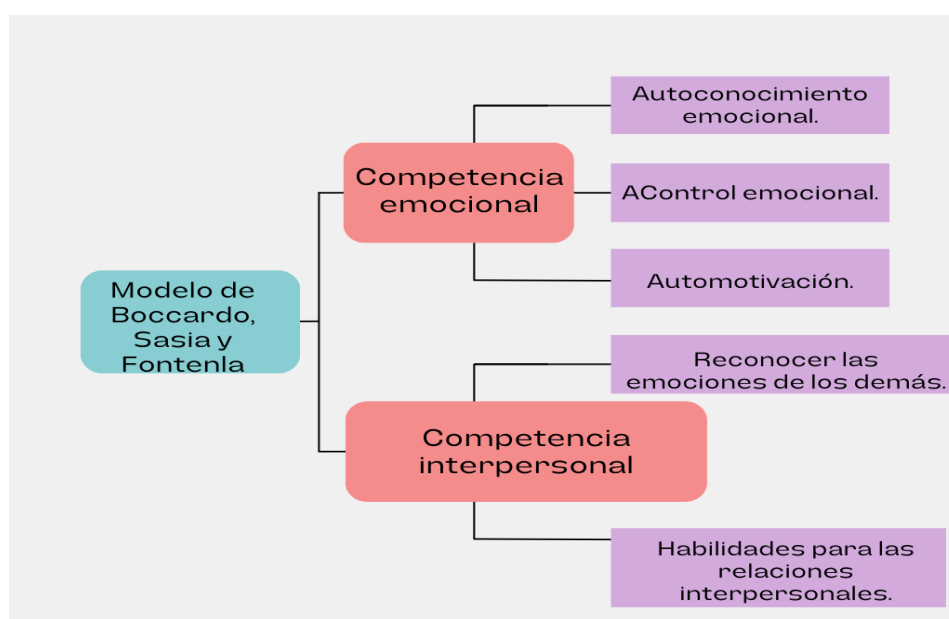
- Y por último, las siguientes habilidades pertenecen a **la inteligencia interpersonal** (García- Fernández y Giménez - Más,2010).

- **Reconocer las emociones de los demás:** es una destreza que aporta al entendimiento y la conciencia de nuestras propias emociones. Al comprender y conectar con los sentimientos de quienes nos rodean, fortalecemos nuestra capacidad de autoconocimiento emocional, lo que nos permite desarrollar relaciones interpersonales más profundas y significativas.

- **Habilidades para las relaciones interpersonales:** ya que nos permite comprender y generar sentimientos en los demás.

Figura 7.

Modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

4.3.3.2. Modelo de Elías, Tobías y Friedoander.

En 1999 estos tres autores destacan los siguientes componentes (García- Fernández y Giménez - Más,2010).

- Ser consciente de nuestros propios sentimientos y de los demás implica mostrar empatía y comprender sus perspectivas. También implica controlar nuestros impulsos emocionales, establecer metas positivas y planes para alcanzarlas, y utilizar habilidades sociales.

Figura 8.

Modelo de Elías, Tobías y Friedoander.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

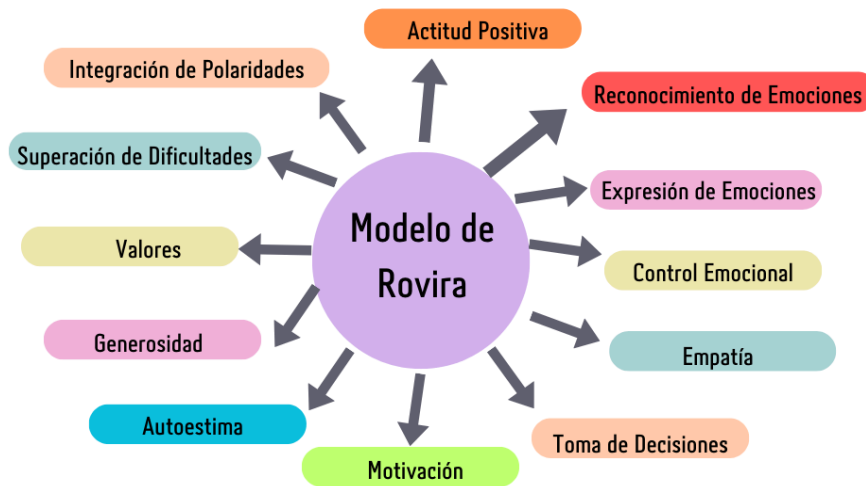
4.3.3.3. Modelo de Rovira.

En 1998, realizó un aporte significativo sobre las habilidades que componen la inteligencia emocional, estructurando su modelo en 12 dimensiones (García- Fernández y Giménez - Más,2010):

- Actitud Positiva:** Implica enfocarse en lo positivo, valorar los aciertos y el esfuerzo, y ser consciente de nuestras limitaciones.
- Reconocimiento de Emociones:** Se refiere a la habilidad de identificar nuestros propios sentimientos.
- Expresión de Emociones:** Trata de la capacidad para comunicar nuestros sentimientos de manera apropiada.
- Control Emocional:** Implica manejar nuestras emociones y tolerar frustraciones.
- Empatía:** Consiste en comprender las emociones de los demás a través de su lenguaje corporal.
- Toma de Decisiones:** Se refiere a equilibrar lo racional y lo emocional al decidir.
- Motivación:** Implica generar interés y pasión por algo o alguien.
- Autoestima:** Trata sobre tener una percepción positiva de uno mismo y confianza en nuestras habilidades para enfrentar desafíos.
- Generosidad:** Se refiere a dar y recibir valores personales como la escucha y la atención.
- Valores Significativos:** Implica tener un propósito o sentido en la vida.
- Superación de Dificultades:** Consiste en la capacidad para superarse en situaciones difíciles.
- Integración de Polaridades:** Se refiere a la habilidad para combinar aspectos cognitivos y emocionales.

Figura 9.

Modelo de Rovira.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

4.3.3.4. Modelo de Vallés y Vallés.

Vallés y Vallés (1999) proponen un modelo de inteligencia emocional que incluye habilidades como la:

Desarrollar el autoconocimiento emocional implica practicar la introspección y la identificación de los propios sentimientos, así como aprender a manejarlos de manera efectiva. Algunas estrategias para lograrlo incluyen llevar un diario de emociones, establecer recordatorios para estar consciente de los estados emocionales, practicar la empatía, observar las reacciones emocionales en distintas situaciones y evitar juzgar los propios sentimientos. También es importante salir de la zona de confort, identificar los desencadenantes emocionales, y practicar la aceptación y el manejo adecuado de las emociones (García- Fernández y Giménez - Más, 2010, p. 49).

4.3.3.5. El modelo Secuencial de Autorregulación Emocional.

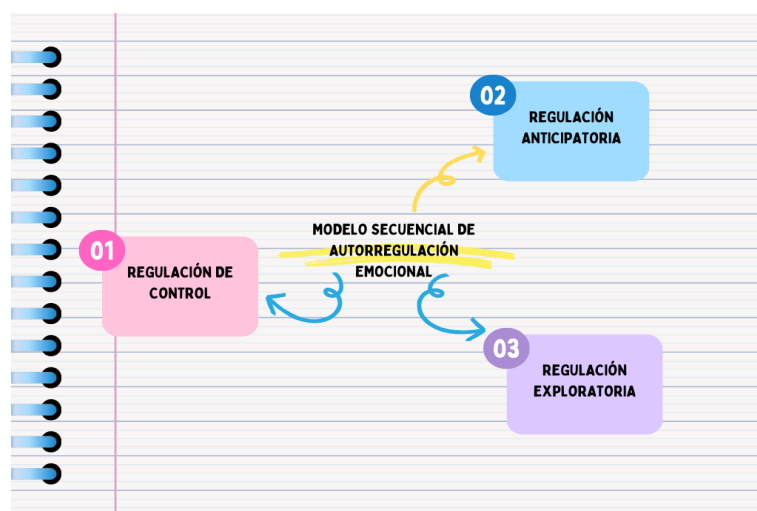
Bonano (2001) propone un modelo basado en la autorregulación emocional individual para abordar las emociones de manera efectiva. El autor distingue tres tipos principales de actividades autorregulatorias (García- Fernández y Giménez - Más, 2010):

- **Regulación de Control:** se trata de los comportamientos que usamos para regular nuestras emociones de inmediato, ya sea de forma automática o intencionada. Estos comportamientos nos ayudan a manejar nuestras emociones en el momento, como por ejemplo, la respiración profunda o contar hasta diez. Es esencial para gestionar nuestras emociones en situaciones desafiantes.
- **Regulación Anticipatoria:** que implica prever los retos futuros que podrían surgir.
- **Regulación Exploratoria:** que es el proceso de adquirir nuevas habilidades o recursos para mantener nuestra estabilidad emocional.

Bonano (2001) sostiene que todos los individuos poseen cierto nivel de inteligencia emocional, la cual requiere autorregulación para su óptimo funcionamiento (García-Fernández y Giménez - Más, 2010).

Figura 10.

Modelo Secuencial de Autorregulación Emocional.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

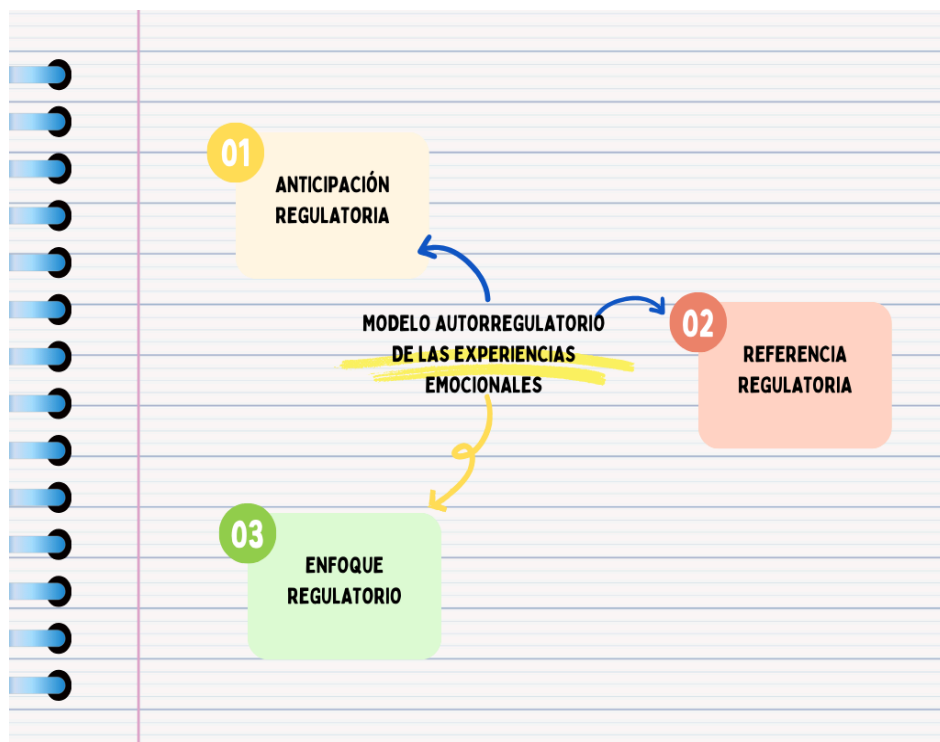
4.3.3.6. El modelo Autorregulatorio de las experiencias emocionales.

Higgins et al. (1999) también se enfocan en la autorregulación emocional, similar a Bonano, pero identifican distintos procesos (García- Fernández y Giménez - Más,2010):

- Anticipación regulatoria:** que implica prever placer o dolor futuro.
- Referencia regulatoria:** que significa adoptar una perspectiva positiva o negativa en una situación específica.
- Enfoque regulatorio:** que se refiere a los estados finales deseados, ya sean aspiraciones y autorrealizaciones (promoción) o responsabilidades y seguridades (prevención).

Figura 11.

Modelo Autorregulatorio de las experiencias emocionales.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

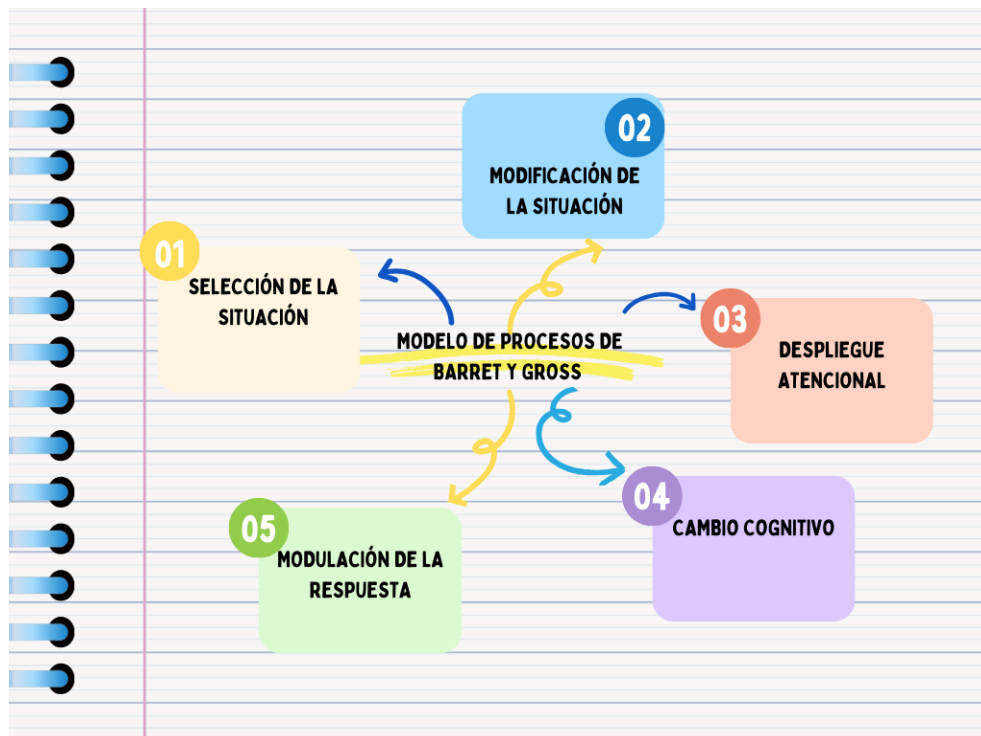
4.3.3.7. El modelo de procesos de Barret y Gross.

Barret y Gross (2001) expanden los modelos previos incluyendo procesos adicionales (García- Fernández y Giménez - Más,2010):

- Selección de la situación:** que es la elección de acercarse o evitar ciertas personas, lugares u objetos para influir en las emociones propias.
- Modificación de la situación:** que implica adaptarse para alterar el impacto emocional de una situación.
- Despliegue atencional:** es decidir en qué parte de la situación enfocarse.
- Cambio cognitivo:** que son los significados alternativos que se pueden elegir en una situación.
- Modulación de la respuesta:** que es influir en las tendencias de acción.

Figura 12.

Modelo de procesos de Barret y Gross.



Nota. Elaboración propia a partir de la teoría de García- Fernández y Giménez-Mas (2010).

5. IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA DE EDUCACIÓN INFANTIL.

La educación emocional en la escuela es un aspecto fundamental para el crecimiento y desarrollo integral de los niños, sin importar su raza (Andrés, 2005).

Los profesores desempeñan un papel crucial en este proceso, ya que son responsables de brindar a sus alumnos las herramientas necesarias para adquirir habilidades emocionales básicas y esenciales que les permitan desenvolverse de manera saludable en la vida (Salguero, 2011).

En el pasado, los maestros solían enfocarse únicamente en las calificaciones académicas y en el desarrollo intelectual de los estudiantes, dejando de lado el aspecto emocional (Cohen, 2003). Sin embargo, en la actualidad, se ha tomado conciencia de que existe un **analfabetismo emocional** que puede tener graves consecuencias en el desarrollo de los niños (García, 2012; Salguero, 2011).

Es por esto que los profesores están dedicando cada vez más esfuerzos a proporcionar una educación emocional adecuada (Ramírez-Lucas *et al*, 2015).

Según Goleman (1995), es necesario que los docentes se preocupen no solo por las calificaciones, sino también por el desarrollo intelectual y emocional de los estudiantes.

Esto implica adaptar las enseñanzas a su nivel de madurez y ayudarles a reconocer, comprender y gestionar sus emociones de manera saludable (Pulido-Acosta y Herrera-Clavero, 2019; Goleman, 1995).

Fernández-Berrocal y Extremera (2002) señalan que todos los alumnos hacen uso de las habilidades emocionales a diario, ya que se enfrentan a diferentes situaciones en el entorno escolar. Es importante que aprendan a adaptarse adecuadamente a estas situaciones y desarrollen habilidades emocionales para lidiar con ellas (Torres, 2017; Fernández-Berrocal y Extremera, 2002).

Los maestros tienen la responsabilidad de ser modelos de conducta emocional para sus estudiantes (Fernández, 2009). Esto implica utilizar sus propias habilidades emocionales para establecer una conexión con los alumnos, logrando que les escuchen, confíen en ellos, les observen y les aprecien.

Además, los docentes deben crear un ambiente seguro y enriquecedor donde los niños puedan desarrollarse emocionalmente (Salguero, 2011).

La educación emocional busca fortalecer el bienestar emocional y social de los estudiantes (Delgado, 2018),

Al adquirir habilidades emocionales básicas, los niños aprenden a manejar sus emociones de manera saludable y a establecer relaciones positivas con los demás (Pacheco *etc al.*, 2019). Esto no solo impacta en su desarrollo personal, sino también en su éxito futuro en la vida.

Trabajar el concepto de inteligencia emocional en la escuela es de gran importancia, ya que esto ayuda a formar personas más humanas y empáticas (Dueñas, 2002).

Al poner énfasis en el desarrollo emocional de los niños, se fomenta la empatía, la comprensión y la capacidad de relacionarse de manera saludable con los demás (Fernández-Berrocal y Extremera, 2002).

En conclusión, la educación emocional en la escuela es esencial para el crecimiento y desarrollo integral de los niños (Cassà, 2005). Los profesores desempeñan un rol fundamental en este proceso, enseñando habilidades emocionales, siendo modelos de conducta y creando un ambiente seguro y enriquecedor (Escobar, 2023).

Es importante que se reconozca el valor de la educación emocional y se le dé la importancia que merece en el ámbito académico.

6. INFLUENCIA DE LOS ESTILOS EDUCATIVOS FAMILIARES EN EL ÁMBITO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS.

La familia desempeña un papel esencial en el proceso de socialización y desarrollo de la personalidad y emociones de los niños, especialmente durante los primeros años de vida (Martín y Megret, 2013). Los padres, como figuras primarias de cuidado y crianza, ejercen una influencia significativa en la formación de la identidad, el autoconcepto y la autoestima de sus hijos (Mir *et al.*, 2009).

Investigaciones llevadas a cabo por López-Soler, Puerto, López-Pina y Prieto (2009) destacan que el contexto familiar proporciona un entorno propicio para fomentar el desarrollo saludable de los niños (Carrillo *et al.*, 2018). Durante esta etapa crucial de la infancia, los padres desempeñan un papel activo en la transmisión de valores, normas y creencias, así como en la enseñanza de habilidades sociales y emocionales.

El afecto y el cuidado parental son elementos fundamentales para un desarrollo psicosocial óptimo (Jiménez, 2010; García y Sánchez, 2005). Estudios realizados por Oliva, Parra, Sánchez y López (2007) revelan que los niños que perciben altos niveles de afecto por parte de sus padres presentan una mejor comunicación con ellos (Ramírez-Lucas *et al.*, 2015). Además, muestran un mayor desarrollo psicosocial, bienestar emocional y adaptación en comparación con aquellos que experimentan niveles más bajos de afecto y cuidado (Carrillo *et al.*, 2018).

Por otro lado, la falta de atención y cuidado parental se ha asociado con la aparición de trastornos emocionales en los hijos (Jiménez, 2010).

Heider, Matschinger, Bernet, Alonso y Angermeyer (2006) encontraron una relación significativa entre un bajo nivel de cuidado paternal y maternal y la presencia de trastornos emocionales en los niños (Carrillo *et al.*, 2018).

Además, investigaciones llevadas a cabo por Gracia, Lila y Musitu (2005) revelan que el rechazo parental percibido por parte de los hijos se relaciona con la presencia de síntomas de

ansiedad, depresión, aislamiento social, baja autoestima, problemas somáticos, agresividad y conducta disocial (Carrillo *et al.*, 2018; Pardo *et al.*, 2004).

En resumen, la familia desempeña un papel crucial en la socialización y desarrollo de los niños (Pérez, 2007). Los padres ejercen una influencia significativa en la formación de la personalidad y emociones de sus hijos a través del afecto, el cuidado y la transmisión de valores, pero todo ello depende también de los estilos educativos familiares; para ello vamos a hacer una definición de eso y los principales tipos que existen.

Los **Estilos Educativos Familiares** son esquemas prácticos de conducta reducidos a unas pocas dimensiones, la combinación de las mismas es lo que marca la diferencia entre un estilo y otro (Quintana, 1993, como se cita en Ruiz, 1999). El grado de control ejercido por los padres, la comunicación en el núcleo familiar, el nivel de madurez o responsabilidad filial (o el que se espere de ellos), también el afecto que se hace presente entre padres e hijos, etc darán lugar a diversos tipos de educación familiar, que son el eje fundamental de la interacción paterno-filial. Dichas formas de educar repercuten sobre todo en el desarrollo social, emocional, personal y afectivo, que los niños y niñas tendrán en el futuro.

Gracias a las investigaciones de Diana Baumrind, en la década de los sesenta, podemos diferenciar principalmente, 3 tipos de estilos educativos familiares: autoritario/ autocrático, democrático/autoritativo/equilibrado y permisivo/indulgente/sobreprotector, más un cuarto estilo, descubierto propuesto por Maccoby y Martin en 1983, el estilo negligente/indiferente/no comprometido. Por otra parte, también puede aparecer el comprensivo, que estaría entre el democrático y el permisivo (Aroca y Cánovas, 2012; García *et al.*, 2013).

- **El estilo autoritario o autocrático** se da cuando hay un alto control y exigencia, normalmente inadecuados y una baja capacidad de respuesta, debido a que los padres son estrictos y poco participativos, estableciendo unas normas minuciosas y rígidas en la que los hijos también tienen poca participación. Se usa una disciplina basada en la afirmación del poder como forzar, intimidar o usar la autoridad y un control para alterar la conducta, basado en la imposición para inhibir, contrarrestar o anular las conductas no deseadas. Se espera que las normas y órdenes impuestas sean obedecidas como si fuera una virtud, de no ser así, traerá consecuencias como

castigos graves y poco razonables, incluso muchas veces físicos. Por tanto, la comunicación es pobre, cerrada y/o unidireccional; las reglas inflexibles y la independencia escasa. Esto hace que haya una limitada sensibilidad, expresión de afecto y empatía, es decir, frialdad afectiva. Hay baja autonomía y autoconfianza y baja autonomía personal y creatividad. Los niños tienden a tener poca interacción social ya que suelen ser tímidos, poco comunicativos, temerosos e irritables, careciendo de espontaneidad y de locus de control interno. En la adolescencia se suelen volver rebeldes y agresivos. Las niñas tienden a ser pasivas y dependientes en la adolescencia. Ambos con baja competencia social, deficiencias en la internalización de las normas, baja autoestima y sin capacidad para tomar decisiones. (Craig *et al.*, 1996).

- **El estilo autoritativo, democrático o equilibrado** se da cuando los padres son firmes, pero a su vez, brindan apoyo y son participativos, intentando dirigir la actividad del niño de manera racional. Se caracteriza por altos niveles de intercambio y comunicación abierta y bidireccional, buen cuidado y expresión de afecto, sensibilidad e interés por los asuntos del niño, es decir, responsabilidad; se establecen unas normas y reglas que hay que tener en cuenta, pero flexibles, adaptadas a sus posibilidades; hay firmeza, pero no con rigidez. Es decir, se presenta una alta sensibilidad por las necesidades de los hijos, hay flexibilidad, control, autoridad, exigencia y calidez a la vez. El padre con autoridad, democrático o autoritativo, acepta y anima a la progresiva autonomía de sus hijos. Cuando impone sanciones por el incumplimiento de normas o reglas, lo hace de manera justa y ejerce un control firme. Utiliza un enfoque disciplinario inductivo al explicar a sus hijos el propósito de las reglas y la conducta deseada, y está dispuesto a escuchar sus opiniones al respecto. Como resultado, sus hijos muestran un excelente comportamiento y adaptación. Este estilo produce, normalmente, muchos efectos positivos como: más confianza personal, autocontrol, motivación, iniciativa, autonomía, responsabilidad, solidaridad y, además, hace que sean socialmente competentes. Tienen un mejor rendimiento escolar, elevada autoestima y son alegres y espontáneos, también hace que disminuya la frecuencia e intensidad de conflictos entre padres e hijos. (Torío *et al.*, 2008).
- **El estilo comprensivo** se caracteriza por la disposición y razón de los padres ante las normas que transmiten a sus hijos. En estas ocasiones, los padres son muy afectivos,

tienen mucha comunicación y confianza con los hijos. Por lo que a la hora de resolver conflictos, emplean el diálogo. Este estilo exige a los hijos una madurez y responsabilidad, pero también se les da independencia y logra un aumento de la autoestima (García *et al.*, 2013).

- **El estilo permisivo/indulgente/sobreprotector:** Se da cuando los padres son excesivamente sobreprotectores, no se le reclama al hijo ningún tipo de responsabilidad; por consiguiente, se evitan la imposición de normas y límites. El control parental es casi nulo, consintiendo al niño cualquier tipo de comportamiento por erróneo o problemático que sea, priman los deseos del niño ante la disciplina (Coll *et al.*, 1998, como se citó en Henao, 2007). Se pretende eludir el empleo del castigo como medio correctivo. El ideal de este estilo es “dejar hacer” al niño, pretendiendo que él mismo autorregule su comportamiento, esto provoca relaciones de dependencia tanto de los hijos hacia los padres como de estos hacia los hijos. Los progenitores son condescendientes e indulgentes frente a sus hijos, evitándoles cualquier esfuerzo o malestar. La comunicación es continuada aunque poco efectiva, acompañada de una alta manifestación de afecto.

Este estilo tiene efectos nocivos en el desarrollo de la personalidad del niño, observándose dificultades en las habilidades sociales, retraso escolar, problemas para enfrentarse a nuevas situaciones, inmadurez afectiva y personal, bajo autocontrol, escasa motivación... (Torío *et al.*, 2008).

- **El estilo negligente:** se da cuando los padres no ponen ningún límite a las conductas de sus propios hijos, la permisividad por tanto es total. Se presentan unas dinámicas familiares indeterminadas y deficitarias, en las que no se ofrece a los niños ninguna vinculación afectiva o ayuda emocional. Los padres se preocupan de sus propios problemas, desentendiéndose de los asuntos de sus hijos, y por tanto de su responsabilidad como padres (Aroca y Cánovas, 2013). La carencia de comunicación, la indiferencia y la falta de interés de los padres ante sus hijos, da paso a que se les permita todo tipo de conductas, siendo límites, normas y castigos inexistentes. A pesar de la apatía con respecto a los propios hijos se pueden dar expresiones de rabia contra estos. A partir de las revisiones realizadas por David y Ramón Llopis (2003), sobre MacCoby y Martin; Dornbusch, Lamborn, Mounts y Steinberg y también Ceballos y Rodrigo, “se puede establecer una síntesis de los principales efectos de los

EEP en el desarrollo de los adolescentes” (p. 4). Este método educativo, crea niños, adolescentes y futuros adultos, con nula estimulación y motivación ante las situaciones de la vida cotidiana, bajo control emocional, impulsividad, agresividad, escasa madurez y deficitario desarrollo de las habilidades sociales.

Según la investigación realizada por Maccoby y Martin (1983), se ha identificado que el estilo educativo democrático es el que parece tener el mayor impacto positivo en el desarrollo socioemocional de los niños (Torío *et al.*, 2008).

Este enfoque se caracteriza por crear un ambiente familiar que promueve la participación activa, la toma de decisiones conjunta y el respeto mutuo entre padres e hijos (Carrillo *et al.*, 2018).

Los estudios han demostrado que los niños criados bajo un estilo educativo democrático tienden a mostrar estabilidad emocional y una autoestima elevada durante la infancia (Jabeen *et al.*, 2013; Alonso y Román, 2005; Furnham y Cheng, 2004, citado en Carrillo *et al.*, 2018). Asimismo, suelen desarrollar un buen control emocional, adaptarse bien a diversas situaciones y presentar un comportamiento de género menos convencional. Además, se ha observado que estos niños tienden a ser más empáticos y a relacionarse mejor con sus compañeros (Bornstein y Bornstein, 2007, citado en Carrillo *et al.*, 2018).

De acuerdo con la investigación de Ramírez-Lucas, Ferrando y Sainz (2015), el estilo democrático de crianza por parte de los padres está relacionado con el nivel de inteligencia emocional de los niños durante los primeros años de vida (Zárate y Alberca, 2022). No obstante, también se encontró que el estilo parental predominante puede influir en el desarrollo de habilidades emocionales específicas en los niños (Carrillo *et al.*, 2018).

Por ejemplo, se observó que los niños con madres autoritarias mostraban un mayor desarrollo de habilidades interpersonales (Alegre, 2012).

En resumen, la investigación respalda la idea de que el estilo educativo democrático es beneficioso para el ajuste socioemocional de los niños, promoviendo estabilidad emocional, autoestima, autocontrol y habilidades sociales. Sin embargo, es importante tener en cuenta que el desarrollo emocional de los niños también puede estar influenciado por otros factores y que cada niño es único en su desarrollo (Shaffer, 2002).

7. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

7.1. INTRODUCCIÓN DE LA PROPUESTA.

La propuesta tiene como objetivo primordial fomentar la inteligencia emocional en los niños, brindándoles las herramientas necesarias para comprender y relacionarse de manera constructiva con el mundo que les rodea. Se busca promover un aprendizaje activo que permita a los niños explorar y aprender a través de la participación activa en diversas actividades. En este proceso, el rol de la maestra como guía es fundamental, ya que su labor consistirá en propiciar ambientes propicios para que los niños exploren y comprendan sus propias emociones.

La finalidad es que los niños se conozcan internamente y desarrollen gradualmente el concepto de sí mismos. Esta propuesta se alinea con la importancia de desarrollar la inteligencia emocional en la infancia, ya que esta habilidad puede impactar positivamente en la gestión de emociones y el desarrollo personal de los niños. Además, la comprensión y manejo de las emociones desde temprana edad puede influir en aspectos como el desempeño académico, la creatividad y la capacidad de regular las propias emociones.

En resumen, esta intervención busca potenciar habilidades emocionales clave en los niños a través de un enfoque participativo y guiado, contribuyendo a su desarrollo integral y su capacidad para enfrentar los desafíos de manera constructiva.

7.2. CONTEXTUALIZACIÓN.

Esta propuesta de intervención que se plantea a continuación en el siguiente trabajo; no se ha diseñado específicamente para algún tipo de centro en concreto.

Pero, podemos verlo que se corresponde al segundo ciclo de educación infantil, concretamente iría dirigido a alumnos y alumnas con edades comprendidas entre los 5 y 6 años; por una parte, ya que a estas edades tienen más consciencia de las emociones, del pensamiento y de los sentimientos tanto de ellos mismos como de sus compañeros.

Y esta propuesta es válida para cualquier titularidad de centro que sea, puesto que no tiene ninguna restricción.

7.3. TEMPORALIZACIÓN.

Como la propuesta de intervención no va dirigido a ningún tipo de centro en concreto; no va a haber un calendario de temporalización como tal. La maestra será la encargada de realizar esta temporalización en su aula.

Pero convendría bien, que esta propuesta de intervención se alargará a lo largo del año escolar; puesto que el programa se centra en el reconocimiento y gestión de las emociones en el aula, entendiendo que este proceso es fundamental para el desarrollo integral de los niños.

Dentro de la propuesta, las actividades iniciales se enfocan en el reconocimiento y expresión de emociones, pero se adaptan a medida que los niños progresan. Esto permite abordar de manera efectiva posibles problemas y conflictos que puedan surgir tanto en la vida escolar como en la social de los alumnos.

La adquisición constante de estas habilidades emocionales es esencial para mantener un clima escolar positivo y fomentar el bienestar general de los alumnos. Por lo tanto, la flexibilidad de la intervención a lo largo del curso permite atender las necesidades individuales y los cambios que puedan surgir en los alumnos, garantizando así un impacto positivo continuo en su desarrollo emocional y social.

7.4. FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR DE LA PROPUESTA.

7.4.1. OBJETIVOS.

Se va a intentar conseguir una serie de objetivos como:

- Saber reconocer las emociones básicas.
- Ser capaz de reconocer estrategias de regulación de las emociones.
- Desarrollar el lenguaje verbal.
- Fomentar la escucha.
- Ser capaz de expresar la emoción a través de la música.
- Favorecer a los niños en los procesos cognitivos que pueden tener como: la atención, el interés y la memoria.

7.4.2. CONTENIDOS.

Los contenidos que vamos a trabajar son:

- Juegos y actividades.
- Lenguaje verbal y corporal.
- Pensamientos, emociones y sentimientos.
- Motricidad fina.

7.4.3. COMPETENCIAS CLAVE.

Según el Decreto 37/2022, de 29 de septiembre por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la educación infantil, podemos ver que en él se nos dice que dentro de cada tipo de competencia existen tres tipos de dimensiones como:

- **La dimensión cognitiva de la competencia** se refiere a la adquisición y asimilación de conocimientos establecidos, como hechos, datos, teorías y conceptos, lo cual se relaciona con el "saber".
- **La dimensión instrumental de la competencia** implica la capacidad de utilizar los conocimientos adquiridos en situaciones concretas a través de operaciones que requieren práctica y entrenamiento, lo cual se relaciona con el "hacer".
- **La dimensión actitudinal de la competencia** abarca valores, emociones, hábitos y principios, que incluyen una mentalidad positiva y disposición para actuar en diversas situaciones, relacionándose con el "querer".

Las competencias clave relacionadas con la propuesta presentada incluyen:

- **La competencia en comunicación lingüística (CCL):** se refiere a la habilidad de comprender, expresar y crear ideas y emociones de manera oral, escrita o signada, utilizando recursos visuales, auditivos y digitales en diversos contextos y disciplinas.
- **La competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA):** implica la capacidad de reflexión de uno mismo, gestión temporal.
- **La competencia ciudadana (CC):** implica actuar de manera responsable y participativa en la vida social y cívica, comprendiendo conceptos fundamentales sobre la sociedad, economía, cultura, leyes y política, así como comprometerse con la sostenibilidad y el cambio climático a nivel global.

7.5. METODOLOGÍA.

Para desarrollar las actividades se utilizará una metodología activa, de manera que los propios alumnos observen, experimenten, y manipulen los distintos materiales propuestos en las actividades; y el docente será orientador en el proceso enseñanza-aprendizaje; además de una metodología flexible, en la que se dejará que el alumno sea el protagonista, para que participe en la actividad y adquiera por sí solo el aprendizaje en la medida de lo posible.

Las actividades propuestas engloban un tema en común que son “**LAS EMOCIONES**”, partiendo del entorno de los alumnos, pasando esta a ser una metodología vivencial y así sean capaces de relacionar los conceptos matemáticos con su vida diaria. De esta forma será más interesante para ellos, les motivará más, vivirán directamente las tareas de aprendizaje, y les será más fácil relacionar conceptos.

Se llevará a cabo un aprendizaje significativo, para que los alumnos relacionen la información nueva propuesta en las actividades con la que ya poseen, para reconstruir ambas informaciones y adquirir los conocimientos propuestos.

Las actividades se trabajarán con el grupo-clase, pero sí que hay actividades planteadas para realizar en pequeños grupos, por parejas o incluso hay actividades individuales, pero según el ritmo personal de cada uno de ellos.

La esencia de todas las sesiones es el juego que es una parte fundamental en esta etapa.

Las sesiones se encuentran compuestas por diferentes actividades (**ANEXO I**), tal y como aparece reflejada en la siguiente tabla:

Tabla 3.

Tabla de las sesiones efectuadas.

SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3	SESIÓN 4	SESIÓN 5
CUENTAME UN CUENTO	LA EMOCIÓN DE MI COLOR ES	LUCES, CÁMARA Y ¡ACCIÓN!	ME CALMO	ROSCÓN DE PASAPALABRA
SESIÓN 6	SESIÓN 7	SESIÓN 8	SESIÓN 9	SESIÓN 10
ESTATUAS	EMOCIONES A TRAVÉS DE LA MÚSICA	MEMORY EMOCIONE S	LAS POSTURAS COPIONES	DOMINÓ DE LAS EMOCIONES

Nota. Elaboración propia.

7.6. EVALUACIÓN.

Después de presentar las actividades, es crucial definir el método de evaluación. La evaluación desempeña un papel regulador en el proceso de enseñanza-aprendizaje al proporcionar información relevante para que los maestros tomen decisiones acertadas en su práctica docente. Además, permite que los niños comiencen a autoevaluarse y a desarrollar habilidades de aprendizaje.

Para evaluar el progreso de los alumnos y determinar si han alcanzado los objetivos, llevaré a cabo una evaluación global, continua y formativa, basada en la observación sistemática y directa. Esto permitirá un seguimiento detallado del proceso de aprendizaje de los niños y proporcionará información valiosa para adaptar la enseñanza de manera efectiva.

Para ello, se realizará una observación sistemática y directa, es decir, se observará individualmente a cada alumno conociendo así en qué nivel se encuentra y si muestran interés y motivación en las actividades.

También les observaré grupalmente, ya que además nos interesa cómo interactúan y se relacionan con sus compañeros, y si comprenden el mecanismo del trabajo en equipo.

La evaluación de esta intervención tendrá tres fases:

- **Evaluación inicial:** se realizará al comienzo del curso para conocer a los niños, la situación en la que se encuentran. También se les va a evaluar los conocimientos previos que tienen en relación con el tema propuesto.
- **Evaluación continua:** esta fase tendrá lugar a lo largo del curso, es decir de manera paralela a la realización de las actividades propuestas.
- **Evaluación final:** se realizará al final del curso escolar con el objetivo de conocer si las actividades propuestas han sido innovadoras.

También se considera que es imprescindible que todos los maestros de Educación Infantil realicen tutorías e informen periódicamente a las familias sobre la evolución educativa de sus hijos para que entre todos puedan ayudar a su desarrollo y aprendizaje colaborando de manera coordinada, para que los profesores obtengan la máxima información del alumno y que las familias tengan las estrategias y herramientas necesarias para llevar a cabo con su hijo/a.

Por otra parte, se ha planteado una herramienta de evaluación en forma de rúbrica con el propósito de plasmar los resultados de la observación detallada y para identificar los logros de aprendizaje, el ritmo y las características del desarrollo individual de cada niño. Además, esta rúbrica busca representar el nivel de desarrollo alcanzado por los niños en relación con los contenidos y objetivos específicos de las actividades (**VER ANEXO II**).

Asimismo, es fundamental que los maestros realicen una evaluación reflexiva de su propia práctica educativa, ya que la consecución de aprendizajes depende en gran medida de cómo los maestros llevan a cabo su labor. Por lo tanto, se ha elaborado una rúbrica para la autoevaluación docente, que abarca los aspectos clave a considerar al reflexionar sobre la labor educativa (**VER ANEXO III**).

8. CONCLUSIÓN.

La comprensión y el abordaje de las emociones desde la infancia temprana son fundamentales, ya que en esta etapa los niños comienzan a formar su identidad y a comprender el mundo que les rodea. Es crucial educar sobre la diversidad de emociones y cómo manejarlas adecuadamente para promover un desarrollo emocional saludable en los niños.

La inteligencia emocional desempeña un papel clave en la prevención de riesgos futuros al brindar a los niños las herramientas necesarias para afrontar desafíos, regular sus emociones y establecer relaciones positivas con los demás (Shapiro y Tiscornia, 1997).

Al fortalecer la inteligencia emocional desde edades tempranas, se sienta una base sólida para que los niños puedan enfrentar con mayor resiliencia las situaciones adversas que puedan surgir en su vida. Además, les permite comprender y expresar sus emociones de manera saludable, promoviendo un bienestar emocional duradero.

El trabajo aborda la inteligencia emocional desde diferentes perspectivas, incluyendo la definición propuesta por distintos autores, la variedad de modelos existentes y la importancia fundamental de esta habilidad en el contexto educativo de la primera infancia.

Uno de los innumerables beneficios de la inteligencia emocional es su aplicación desde la etapa infantil, donde contribuye significativamente a preparar a los niños para enfrentar situaciones difíciles y complejas. Se destaca en el trabajo aspectos clave de la inteligencia emocional, como el reconocimiento y comprensión de las emociones, tanto en uno mismo como en los demás, así como el impulso interno que motiva a los niños a alcanzar sus metas.

La realización del trabajo de fin de grado ha sido una experiencia muy enriquecedora, ya que me permitió investigar a fondo sobre la inteligencia emocional. Además, me brindó la oportunidad de profundizar en el tema y elaborar diversas actividades para futuros alumnos en la etapa de educación infantil. Considero que el desarrollo y fomento de la inteligencia emocional es fundamental en este contexto.

Al inicio, no tenía un entendimiento claro del concepto de inteligencia emocional, pero me resultó fascinante descubrir cómo varios autores definen este concepto y los diferentes modelos que existen. Sin embargo, al concluir el trabajo, reconocí que no logré cumplir completamente el objetivo de implementar actividades para trabajar la inteligencia emocional en el aula de educación infantil. Lamentablemente, esta propuesta de intervención no se llevó a cabo en un entorno real de educación infantil.

La inteligencia emocional es una habilidad esencial que influye significativamente en el bienestar socioemocional de los niños desde una edad temprana (Murillo *et al.*, 2020).

El desarrollo temprano de esta habilidad les permite comprender sus propias emociones, así como las emociones de los demás, lo que facilita una interacción positiva con su entorno (Olhaberry y Sieverson, 2022; Villalobos y Riquelme, 2022). Además, fortalece su capacidad para regular sus reacciones emocionales ante situaciones desafiantes, fomentando así su resiliencia.

Asimismo, la implementación de actividades específicas para trabajar la inteligencia emocional en el aula de educación infantil representa una oportunidad valiosa para promover el desarrollo integral de los niños (Rodríguez, 2004). Estas actividades pueden incluir dinámicas grupales que fomenten la empatía, ejercicios prácticos para identificar y expresar emociones, así como estrategias para resolver conflictos mediante el diálogo constructivo (Binaburo y Muñoz, 2007).

A pesar de no haber podido llevar a cabo esta propuesta en un entorno real durante el período del trabajo académico, reconozco la importancia y relevancia de continuar explorando estrategias efectivas para promover la inteligencia emocional en contextos educativos.

9. BIBLIOGRAFÍA.

- Alegre, A. (2012). ¿ Hay relación entre los estilos educativos de las madres y la inteligencia emocional de los hijos?. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(1), 5-33. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551002.pdf>
- Andrés, C. D. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela: programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias pedagógicas*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/121465>
- Aroca, C., y Cánovas, P. (2012). Los estilos educativos parentales desde los modelos interactivo y de construcción conjunta: revisión de las investigaciones. *Teoría de la educación*, 24(2), 149-176. <http://dx.doi.org/10.14201/10359>
- Ato, E., Galián, M. D., & Huéscar, E. (2007). Relaciones entre estilos educativos, temperamento y ajuste social en la infancia: una revisión. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 23(1), 33–40. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/23231>
- Barraza, V. H. (2017). Las competencias emocionales del docente y su desempeño profesional. *Revista Alternativas en Psicología*, 37, 79-92. <https://huelladigital.cbachilleres.edu.mx/secciones/docs/foro/lect-previas-foro/5-competencias-emocionales-docente-desp-prof.pdf>
- Bello-Dávila, Z., Rionda-Sánchez, H. D., & Rodríguez-Pérez, M. E. (2010). La inteligencia emocional y su educación. *VARONA*, (51), 36-43. <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360635569006.pdf>
- Benavent, Z. (2021). *La importancia de las emociones en educación infantil: una propuesta de intervención*. [Trabajo fin de grado, Universidad Católica de Valencia] <https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/2047/Benavent%20Mahiques%2C%20Zaira.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Bernal, A., & Gil, J. A. (2019). La inteligencia emocional a través de la música. <https://www.eumed.net/actas/19/educacion/16-la-inteligencia-emocional-a-traves-de-l-a-musica.pdf>
- Berrocal, P. F., & Pacheco, N. E. (2009). La inteligencia emocional y el estudio de la felicidad. *RIFOP: Revista interuniversitaria de formación del profesorado: continuación de la antigua Revista de Escuelas Normales*, (66), 85-108. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3098211>
- Binaburo, J. A., & Muñoz, B. (2007). Educar desde el conflicto: guía para la mediación escolar. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/3135>
- Bisquerra, R. (2016). *10 ideas clave. Educación emocional*. Graó.
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>
- Carmona-Fuentes, P., & Rosas-Reyes, R. (2017). Influencia de la inteligencia emocional en el desempeño laboral. *Revista LIDER*, 19(30), 107-118. Recuperado a partir de <https://revistaliderchile.ulagos.cl/index.php/liderchile/article/view/2425>
- Carmona-Fuentes, P., Vargas-Hernandez, J. G., y Rosas-Reyes, R. E. (2015). Influencia de la inteligencia emocional en el desempeño laboral. *Sapienza organizacional*, 2(3), 53-68. <https://www.redalyc.org/pdf/5530/553056601004.pdf>
- Carrillo, A., Estévez, C., & Gómez-Medina, M. D. (2018). ¿Influyen las prácticas educativas en el desarrollo de la inteligencia emocional de sus hijos?. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 203–212. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v1.1190>
- Caruana, A., Amat, A. B., Trenchs, C. R., Martín, J. M., Peñataro, K., Algarra, L. D., & Cuenca, P. (2011). Cultivando emociones: educación emocional de 3 a 8 años. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/66463>

- Cassà, È. L. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- Ceballos, J. L. D. (2012). Emociones e inteligencia emocional: Una aproximación a su pertinencia y surgimiento en las organizaciones. *Libre empresa*, 9(2), 147-169. <https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/libreempresa/article/view/2979>
- Cohen, J. (2003). *Inteligencia emocional en el aula, La*. Editorial Pax México.
- Craig, G., y Baucum, D. (2009). *Desarrollo Psicológico*. México, Prentice-Hill Hispanoamericana S. A.
- Cruz, A. C. (2020). Influencia de la inteligencia emocional sobre la satisfacción laboral: Revisión de Estudios. *Revista Unimar*, 38(2), 63-94. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8083728>
- Dávila, Z. B. (2019). La inteligencia emocional en la educación superior. Una experiencia preliminar. *Revista Cubana de Educación Superior*, 38(4 especial). Recuperado a partir de <https://revistas.uh.cu/rces/article/view/2287>
- Decreto 122/2007 de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León. Boletín Oficial de Castilla y León, 2 de enero de 2008. Recuperado de: <https://www.educa.jcyl.es/es/resumenbocyl/decreto-122-2007-27-12-establece-curriculo-segundo-ciclo-ed>
- 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. <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-1.pdf>
- Delgado, L. A., Mendoza, M. E., & Reinoso, B. X. (2018). Incidencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. *Revista Cognosis*, 3(3), 35–54. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v3i3.1362>

- Díaz, N. R., Anchondo, H. E., & Pérez, O. R. (2012). *Inteligencia emocional plena: Mindfulness y la gestión eficaz de las emociones*. Editorial Kairós. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=UPWbDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=SURGIMIENTO+DE+LA+INTELIGENCIA+EMOCIONAL&ots=pnovjfrXnC&sig=h7D7vDz8FbY_n34QKV-GR0IjTjw
- Dueñas, M. L., (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XXI*, (5), 77- 96. Universidad Nacional de Educación a Distancia Madrid, España. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70600505.pdf>
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19(3), 63-94. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2126754>
- Emst-Slavit, G. (2001). Educación para todos: La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner. *Revista De Psicología*, 19(2), 319-332. <https://doi.org/10.18800/psico.200102.006>
- Escobar, V. J. N. (2023). El maestro como mediador en valores para mejorar la convivencia escolar en la básica primaria. *Revista Varela*, 23(66), 184-191. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8253756>
- Fernández Berrocal, P., & Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. <http://ri.iberomx:8080/handle/ibero/6043>
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana De Educación*, 29(1), 1-6. <https://doi.org/10.35362/rie2912869>
- Fernández -Berrocal, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Salovey y Mayer. *Revista Interuniversitaria de*

Formación del Profesorado, 19 (3), 63-93. Recuperado el 8 de diciembre de 2023 de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005>

Fernández, M. R., Palomero, J. E., & Teruel, M. P. (2009). El desarrollo socioafectivo en la formación inicial de los maestros. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/76512>

Ferrando, M., Prieto, M., Ferrándiz, C., & Sánchez, C. (2005). Inteligencia y creatividad. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 3(3), 21-49. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121928003.pdf>

Garces, Y. A., Quintero, I. A., Pulido, A. M., & Catano, D. A. (2023). Capitalismo cognitivo en Colombia: desafíos laborales y la revalorización de la inteligencia emocional en la era del conocimiento. *Documentos De Trabajo ECACEN*, 2, 187-203. <https://doi.org/10.22490/ECACEN.7487>

Gajardo, J., & Tilleria, J. L. (2019). Inteligencia emocional: una clave para el éxito académico. *Revista Reflexión E Investigación Educativa*, 2(1), 93-106. <https://doi.org/10.22320/reined.v2i1.3860>

García, M. y 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://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3736408.pdf>

García, J. A., & Sánchez, J. M. R. (2005). Prácticas educativas familiares y autoestima. *Psicothema*, 17(1), 76-82. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72717112.pdf>

García, J. Á., (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36(1), 1-24. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>

Gaxiola, P. (2015). *La inteligencia emocional en el aula*. Ediciones SM.

- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
- Gómez, M. C. A., & Valencia, J. (2017). Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil: aplicación del modelo de Mayer y Salovey. *Tendencias pedagógicas*, (30), 175-190.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6164814>
- Henao, G. C., Ramírez, C., y Ramírez, L.C. (2007). Las prácticas educativas familiares como facilitadoras del proceso de desarrollo en el niño y niña. *El Ágora USB*, 7(2), 233-240.
- Hernández-Vargas, C. I., y Dickinson-Bannack, M. E. (2014). Importancia de la inteligencia emocional en Medicina. *Investigación en educación médica*, 3(11), 155-160.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572014000300006&script=sci_abstract&tlng=pt
- Isaza-Zapata, Gloria, & Calle-Piedrahíta, J. S. (2016). Un acercamiento a la comprensión del perfil de la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 331-345. <https://doi.org/10.11600/1692715x.14122220814>
- Jiménez, M. J. (2009-2010). *Estilos educativos parentales y su implicación en diferentes trastornos*. México Documents.
- Jiménez, M. (2010). Estilos educativos parentales. Recuperado de <https://www.fapacealmeria.es/wp-content/uploads/2016/12/ESTILOS-EDUCATIVOS.pdf>
- Llopis, D., y Llopis, R. (2003). Estilos educativos parentales y relaciones sociales en adolescentes. *Revista de Ciencias y Orientación Familiar*, (27), 53-70.
- López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19(3), 153-167.
<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>

- López, M. V., Gómez, R. J. F., Guadarrama, R. G., & González, N. E. (2016). Inteligencia emocional: Factor positivo ante la depresión en adolescentes de bachillerato. *Informes Psicológicos*, 16(1), 35-50. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7044248>
- Lugo, A. F. B. (2019). La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes. *Revista seres y saberes*, (6). <https://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/download/1816/1418>
- Martín, M., & Megret, M. T. (2013). Funciones básicas de la familia. Reflexiones para la orientación psicológica educativa. *EduSol*, 13(44), 60-71. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5678471.pdf>
- Mayet, F. (2008). La educación de la inteligencia emocional desde el modelo de Mayer y Salovey. *Educación emocional y convivencia en el aula*, 163.
- Mejía, J. J. (2013). Reseña teórica de la inteligencia emocional: modelos e instrumentos de medición. *Revista Científica*, 17(1), 10–32. <https://doi.org/10.14483/23448350.4505>
- Mérida, J. A. M., & Jorge, M. L. M. (2007). La concepción de la inteligencia en los planteamientos de Gardner (1983) y Sternberg (1985) como desarrollos teóricos precursores de la noción de inteligencia emocional. *Revista de Historia de la Psicología*, 28(4), 67-92. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2514677.pdf>
- Mir, M. L., Batle, M., & Hernández, M. (2009). Contextos de colaboración familia-escuela durante la primera infancia. *IN: revista electrònica d'investigació i innovació educativa i socioeducativa*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/5829>
- Mora, N., Martínez-Otero, V., Santander, S., & Gaeta, M. L. (2022). Inteligencia emocional en la formación del profesorado de educación infantil y primaria. *Perspectiva Educacional*, 61(1), 53-77. <https://dx.doi.org/10.4151/07189729-vol.61-iss.1-art.1234>
- Muñoz-Prieto, M. M. (2017). Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar. *EA, Escuela abierta*, 20, 35-46. [doi: 10.29257/EA20.20171.04](https://doi.org/10.29257/EA20.20171.04)

- Murillo, A. L., Sánchez-Gómez, M., & Bresó, E. (2020). Inteligencia emocional en familia: Un programa formativo para padres e hijos de 3 a 6 años. *Know and share psychology*, 1(4). <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i4.4339>
- Olhaberry, M., & Sieverson, C. (2022). Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 33(4), 358-366. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864022000748>
- Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre por el que se establecen los requisitos para la verificación de títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*, 312, de 29 de diciembre de 2007, pp. 474-482. <https://www.feyts.uva.es/sites/default/files/MemoriaEducacion-Infantil-version-5.pdf>
- Pacheco, N. E., López, S. M., & Gómez, M. S. (2019). La importancia de la inteligencia emocional del profesorado en la misión educativa: impacto en el aula y recomendaciones de buenas prácticas para su entrenamiento. *Voces de la Educación*, 74-97. Recuperado a partir de <https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/article/view/213>
- Palomera, R., Fernández-Berrocal, P., & Brackett, M. A. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(2), 437-454. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121924010.pdf>
- Paniagua, K. L., & Vega, M. U. (2008). La teoría de las inteligencias múltiples en la práctica docente en educación preescolar. *Revista Electrónica Educare*, 12(1), 135-149. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194114582017.pdf>
- Pardo A. G., Sandoval D.A., & Umbarila Z.D. (2004). Adolescencia y depresión. *Revista Colombiana de Psicología*, (13), 17-32. <https://www.redalyc.org/pdf/804/80401303.pdf>
- Pérez, A. R. (2007). Principales modelos de socialización familiar. *Foro de educación*, 5(9), 91-97. <https://www.redalyc.org/pdf/4475/447544584007.pdf>

- Pérez, N., & Castejón, J. L. (2006). Relaciones entre la inteligencia emocional y el cociente intelectual con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista electrónica de motivación y emoción*, 9(22). <http://reme.uji.es/articulos/numero22/article6/numero%2022%20article%206%20RELACIONES.pdf>
- Pulido-Acosta, F., & Herrera-Clavero, F. (2019). Prediciendo el Rendimiento Académico Infantil a través de la Inteligencia Emocional. *Psicología Educativa. Revista de los Psicólogos de la Educación*, 25(1), 23-30. <https://doi.org/10.5093/psed2018a16>
- Quinceno, J.(2022). *Inteligencias múltiples e inteligencia emocional y sus aportes a la gestión del conocimiento en las entidades públicas*. Editorial pública. <https://www.funcionpublica.gov.co/documents/418548/34150781/Inteligencias%20m%C3%BAltiples%20e%20inteligencia%20emocional%20y%20sus%20aportes%20a%20la%20gesti%C3%B3n%20del%20conocimiento%20en%20las%20entidades%20p%C3%ABlicas%20-%20Versi%C3%B3n%201%20-%20Diciembre%202022/32bf4fa3-8891-ad2b-06f7-e8c3045bf50f?download=true>
- Ramírez-Lucas, A., Ferrando, M., & Sainz, A. (2015). ¿ Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo emocional de sus hijos escolarizados en 2º ciclo de educación infantil?. *Acción psicológica*, 12(1), 65-78. <https://dx.doi.org/10.5944/ap.12.1.14314>
- Reina, I. (2009). La inteligencia emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje: concepto y componentes. *Revista Innovación y experiencias educativas*, 14, 1-12. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_14/INMACULADA_RODRIGUEZ_1.pdf
- Ruiz, C. (1999). La familia y su implicación en el desarrollo infantil. *Revista complutense de educación*, 10(1), 289-304.
- Rodríguez, P. D. (2004). Intervención educativa para el desarrollo de la inteligencia emocional. *Faisca: revista de altas capacidades*, (11), 47-66. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2476406.pdf>

- Ruiz, M. (2017). *El juego: una herramienta importante para el desarrollo integral del niño en educación infantil*. [Trabajo fin de grado, Universidad de Cantabria]. <https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/11780>
- Shaffer, D. R. (2002). *Desarrollo social y de la personalidad*. México: Thomson, 2002. <https://repositorioinstitucional.ceu.es/bitstream/10637/2171/2/Cap.%202.%20Teor%C3%ADas%20cl%C3%A1sicas%20del%20desarrollo%20social%20y%20de%20la%20personalidad%20-%20David%20R.%20Shaffer%28P%C3%A1ginas%2039-73%29.pdf>
- Salas, N., Alcaide, M., & Hurtado, A. (2018). Programas de intervención en inteligencia emocional para educación infantil. *Revista De Estilos De Aprendizaje*, 11(22), 137-165. <https://doi.org/10.55777/rea.v11i22.1083>
- Salguero, M. J. C. (2011). Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niños/as de educación infantil. *Pedagogía magna*, (11), 178-188.
- Shapiro, L. E., & Tiscornia, A. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. Madrid: Grupo zeta. https://www.academia.edu/download/52762157/Inteligencia_emocional_de_los_ninos.pdf
- Tilano, L. M., Henao, G. C., y Restrepo, J. A. (2009). Prácticas educativas familiares y desempeño académico en adolescentes escolarizados en el grado noveno de instituciones educativas oficiales del municipio de Envigado. *El Ágora USB*, 9(1), 35-51. <http://dx.doi.org/10.21500/16578031.404>
- Torío, S., Peña, J. V., y Rodríguez M. C. (2008). Estilos educativos parentales: revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Revista interuniversitaria*, 20(16), 151-178. <http://dx.doi.org/10.14201/988>

- Torres, A. (2017). La importancia de la Inteligencia Emocional y la formación docente. *Revista Iberoamericana de Educación*, 33, 1-10. <https://core.ac.uk/download/pdf/235854964.pdf>
- Valenzuela-Santoyo, A. D. C., & Portillo-Peñuelas, S. A. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare*, 22(3), 228-242. <https://dx.doi.org/10.15359/ree.22-3.11>
- Valle, I. D., & Castillo, M. Á. S. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación/Emotional intelligence: a concept review and research lines. *Cuadernos de estudios empresariales*, 20, 107. https://www.researchgate.net/profile/Miguel-Sastre-Castillo/publication/277271061_Inteligencia_Emocional_una_revisión_del_concepto_y_lineas_de_investigación/links/5619422308ae78721f9cff65/Inteligencia-Emocional-una-revisión-del-concepto-y-lineas-de-investigación.pdf
- Vásquez, M. S., Arapa, R. T., Pancca, N. C., Paricahua, N. Y., & Gonzales, M. del Águila. (2022). Inteligencia emocional y sus modelos: su importancia para el proceso enseñanza aprendizaje. *Paidagogo*, 4(1), 116–130. <https://doi.org/10.52936/p.v4i1.107>
- Vasquez, F. J., (2007). Inteligencia emocional en las organizaciones educativas. *Psicogente*, 10(17), 42-59. <https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552351005.pdf>
- Vázquez, R.L. (2012). *La mediación escolar como herramienta de educación para la paz*. [Tesis doctoral, Universidad de Murcia]. <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/85718/TRLVG.pdf>
- Villalobos, M. D., & Riquelme, G. O. L. (2022). Evaluaciones de las competencias socioemocionales en el contexto educativo: una revisión. *ConCiencia EPG*, 7(1), 43-74. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8602580>
- Villalva, M. L y Copo, J. G. (2020). Estrategias lúdicas en el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños de preparatoria de la Unidad Educativa 19 de Septiembre.

Revista científico - educacional de la provincia Granma (Roca).
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7414332.pdf>

Zárate, S., & Alberca, N. A. (2022). Estilos parentales percibidos e Inteligencia Emocional en adolescentes bolivianos. *Perspectivas en Psicología*, 19(1), 103-124.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9088794>

Zuñiga, C., Luque, M. J., (2021). La inteligencia emocional junto a la inclusión para una adecuada convivencia, rendimiento y motivación. *Revista de Educación Inclusiva*, 14(2), 182-195. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8214944>

10. ANEXO.

ANEXO I: DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE LA PROPUESTA.

SESIÓN 1: CUÉNTAME UN CUENTO	
OBJETIVOS	★ Identificar y comunicar las emociones básicas de forma verbal.
RECURSOS	★ Cuento El Monstruo de Colores
TIEMPO	20 minutos.
DESARROLLO	<p>Para crear un clima más cercano, se les pedirá a los alumnos que se sientan en la asamblea para que puedan escuchar mejor la explicación de la actividad. Una vez sentados se les preguntará, si saben lo que son las emociones, cuáles conocen, y si saben expresarlas.</p> <p>Después de hacer las preguntas, se empezará a leer el cuento de El monstruo de colores de la autora Anna L. S. (VER ANEXO II: Figura 13).</p> <p>Este libro trata sobre la importancia de distinguir, reconocer y identificar las propias emociones básicas, pero relacionado cada una de ellas con un color diferente; como por ejemplo la tristeza se relaciona con el azul, la alegría con el amarillo, el miedo con el negro, la ira con el rojo y la calma con el verde...</p>

SESIÓN 2: LA EMOCIÓN DE MI COLOR ES

OBJETIVOS	★ Relacionar cada emoción con su color
RECURSOS	★ Fotografías de personas que sientan la emoción del monstruo (contentos, tristes, enfadados, etc).
TIEMPO	10 minutos.
DESARROLLO	Para esta actividad lo que vamos a hacer es dividir a la clase en 6 grupos, y cada uno de los grupos divididos será de un color diferente. En las mesas de cada grupo habrá fotografías de personas que representan cada una de las 6 emociones que ha sentido el monstruo de colores. Lo que deberán hacer es reagrupar las fotografías del color del grupo al que pertenece.

SESIÓN 3: LUCES, CÁMARA Y ¡ACCIÓN!

OBJETIVOS	★ Identificar emociones y contextualizarlas.
RECURSOS	★ No necesitaremos ningún material para la realización de esta actividad.
TIEMPO	10 minutos.
DESARROLLO	Los niños saldrán de uno en uno y el profesor les dirá al oído una emoción (ira, nervios, tristeza, felicidad...). Sus compañeros tendrán que adivinar cuál es la emoción que está expresando, y uno de ellos tendrá que decir un motivo (imaginario) por el que está sintiendo eso.

SESIÓN 4: ME CALMO	
OBJETIVOS	★ Iniciarse en la regulación emocional en situaciones de ira o nervios.
RECURSOS	★ Puede utilizarse un globo, aunque no es necesario,
TIEMPO	15 minutos.
DESARROLLO	<p>Todos los niños se sentarán en su lugar y tendremos que ir diciéndoles unos pasos que tendrán que seguir. Los pasos son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> → En primer lugar tendremos que cerrar los ojos y realizar una respiración profunda (en caso de utilizar el globo, les mostraremos como este se hincha y se deshincha pausadamente, y les indicaremos que deben de imitar esto pero con su propia respiración). → Cada vez que soltemos aire, imaginamos un globo deshinchándose, poco a poco. → Pensamos en cómo nos sentimos y por qué nos sentimos así. → Cambiamos los pensamientos negativos por otros más agradables. → Cuando acabemos la actividad, explicaremos qué ha cambiado en nuestros sentimientos (VER ANEXO II: Figura 14). <p>La realización de esta actividad cada cierto tiempo les enseñará la conducta que tienen que llevar a cabo en momentos de ira o estrés.</p>

SESIÓN 5: ROSCÓN DE PASAPALABRA

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">★ Ampliar el vocabulario emocional.★ Saber relacionar la letra que toca con el tipo de palabra correcta.
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none">★ Rosco de cartón.★ Folio con las preguntas y respuestas correctas.
TIEMPO	25-30 minutos.
DESARROLLO	<p>La actividad consiste en que se les pedirá primero a los niños que se sienten en círculo en el suelo. Después se les mostrará un rosco de cartón hecho con alguna de las letras del abecedario, y se irá leyendo frases relacionadas con las emociones.</p> <p>Las frases serían del tipo así:</p> <ul style="list-style-type: none">→ A; tipo de emoción que se representa con el color amarillo.... ALEGRÍA→ B; lo contrario de malo es BUENO→ E; contento, triste, miedo son.....EMOCIONES→ F; cuando estoy alegre y contento, estoy.....FELIZ.→ T; emoción que se representa con el color azul..... TRISTE.→ M; cuando tienes temor por algo, sientes..... MIEDO.→ S; cuando alguien te asombra, como cuando te da un regalo, o una fiesta de cumpleaños..... SORPRESA. <p>(VER ANEXO II: Figura 15).</p>

SESIÓN 6: ESTATUAS

OBJETIVOS	★ Ofrecer juegos y experiencias para el reconocimiento de las emociones.
RECURSOS	★ Nada
TIEMPO	15 minutos.
DESARROLLO	<p>La actividad consiste en que los niños tienen que correr libremente por el gimnasio, rápido, despacio, corriendo, de puntillas, de talones, saltando, etc.</p> <p>Podrán saludar con el gesto que quieran al compañero o la compañera con el que se encuentren, pero cuando la maestra haga sonar la campana se tendrán que quedar quietos y tienen que expresar la emoción que diga la profesora.</p>

SESIÓN 7: EMOCIONES A TRAVÉS DE LA MÚSICA

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">★ Utilizar la música y el arte para expresar emociones.★ Desarrollar la capacidad de escucha y empatía a través de la experiencia artística.
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none">★ Papel continuo.★ Lapicero.★ Pintura de colores.★ Ordenador para poner la música.
TIEMPO	10 minutos.
DESARROLLO	<p>Es imprescindible trabajar las emociones a través de la música, ya que van muy ligadas a ellas.</p> <p>Para llevar a cabo la actividad, será necesario contar con papel continuo y una variedad de pinturas de colores. En primer lugar, los niños tendrán la oportunidad de escuchar la canción "Moonlight Sonata" de Beethoven sin interrupción, permitiéndoles sumergirse por completo en la experiencia musical. Posteriormente, se les pedirá que escuchen la misma pieza musical una vez más, esta vez con la instrucción de dejarse llevar por la música y permitir que esta inspire sus emociones y sensaciones. Luego, se les animará a plasmar en el papel continuo, a través del arte visual, las emociones y pensamientos que la música haya despertado en ellos. De esta manera, la actividad busca fomentar la expresión artística como medio para conectar con las emociones y promover la creatividad.</p> <p>https://youtu.be/4Tr0otuiQuU</p>

SESIÓN 8: MEMORY EMOCIONES

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">★ Desarrollar la comprensión emocional.★ Fortalecer la atención y la memoria mediante ejercicios específicos.
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none">★ Tarjetas o fichas con imágenes que representen diferentes emociones (alegría, tristeza, enojo, miedo, sorpresa, etc.).
TIEMPO	10 min.
DESARROLLO	<p>El propósito del juego es que los participantes encuentren las tarjetas con emociones idénticas. Se coloca un conjunto de tarjetas boca abajo sobre una mesa o superficie plana, y los jugadores, por turnos, voltean dos tarjetas simultáneamente en busca de parejas de emociones iguales. Si un jugador encuentra una pareja, retira las tarjetas del juego y gana un punto. En caso de no encontrar una pareja, las tarjetas se vuelven a colocar boca abajo para que el siguiente jugador tome su turno. Este juego fomenta la observación, la concentración y la identificación de emociones, promoviendo el desarrollo de habilidades sociales y emocionales. Además, ofrece una forma interactiva y lúdica para que los participantes exploren y comprendan diferentes estados emocionales, lo que contribuye a fortalecer la empatía y la comprensión emocional en un entorno divertido y participativo.</p> <p>(VER ANEXO II: Figura 15).</p>

SESIÓN 9: LAS POSTURAS COPIONES

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">★ Dominar y realizar diversas posturas corporales para mejorar el control postural.★ Reconocer y expresar emociones de manera consciente a través de la práctica de posturas corporales.
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none">★ Video de la yoga del monstruo de colores.★ Una pizarra digital.★ Un proyectil.★ Altavoz.
TIEMPO	10 - 15 min.
DESARROLLO	<p>En esta actividad, se busca que los niños utilicen posturas corporales como herramienta para comprender y expresar sus emociones de una manera más consciente.</p> <p>Al mismo tiempo, se pretende que mejoren su control postural a través de la práctica. Mediante un vídeo interactivo, los niños tendrán la oportunidad de imitar las posturas asociadas al monstruo de los colores, lo que les permitirá explorar y entender sus propios sentimientos en un entorno lúdico y participativo. Esta experiencia les brindará una forma creativa y divertida de conectarse con sus emociones mientras desarrollan habilidades físicas y emocionales importantes.</p> <p>(VER ANEXO II: Figura 16).</p> <p>https://youtu.be/Em9pK6Db5NE?feature=shared</p>

SESIÓN 10: DOMINO DE LAS EMOCIONES

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">★ Desarrollar la atención y pensamiento lógico a través del juego de dominó.★ Identificar emociones.
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none">★ Ficha del dominó de emociones.
TIEMPO	15 minutos
DESARROLLO	<p>Es un juego de dominó clásico, pero en lugar de números, las fichas representan diferentes emociones. Se juega en grupos pequeños de 3 a 5 niños, cada uno recibe tres fichas. Por turno, los jugadores deben colocar una ficha que coincida con la emoción de la ficha previamente jugada. Las emociones que se trabajarán son: alegría, tristeza, enfado, sorpresa, miedo, etc...</p> <p><i>(VER ANEXO II: Figura 17).</i></p>

ANEXO II: TABLA DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO.

Tabla para evaluación del alumno:

Nombre y apellidos:

Curso:

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Conseguido	En proceso	No conseguido
Conoce y experimenta el concepto de la EMOCIÓN.			
Reconoce y diferencia las emociones básicas..			
Muestra interés en los elementos físicos de su entorno.			
Distingue lo que es cada emoción.			
Sabe trabajar de forma individual.			
Progreso en desarrollo de la motricidad fina.			

ANEXO III: TABLA DE EVALUACIÓN DEL MAESTRO.

Tabla para evaluación del docente:

RÚBRICA DE AUTOEVALUACIÓN	1	2	3	4	Observaciones
Adecuado a su edad.					
Comprensión de la tarea.					
Dificultad de las actividades.					
Interés de los alumnos.					
Tiempo dedicado a las actividades.					
Adecuación de los contenidos.					
Tipo de metodología empleada: recursos, agrupaciones...					

Valoración final:

ANEXO IV: IMÁGENES DEL DESARROLLO DE LA PROPUESTA.

Figura 13.

SESIÓN 1: CUÉNTAME UN CUENTO.



Figura 14.

SESIÓN 4: ME CALMO.



Figura 15.

SESIÓN 5: ROSCÓN DE PASAPALABRA.

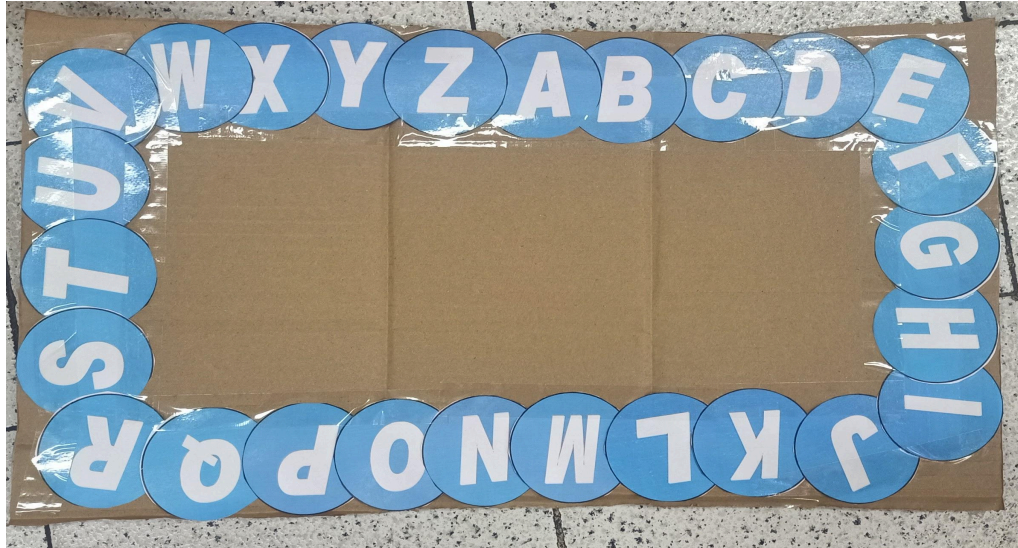


Figura 16.

SESIÓN 8: MEMORY EMOCIONES.

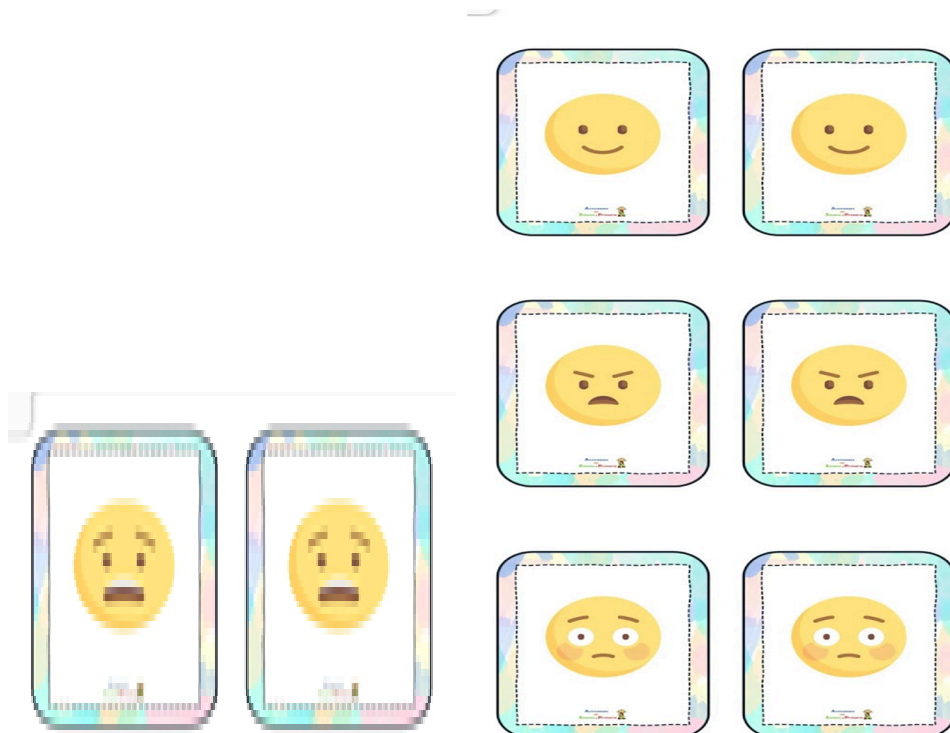


Figura 17.

SESIÓN 9: LAS POSTURAS COPIONES.

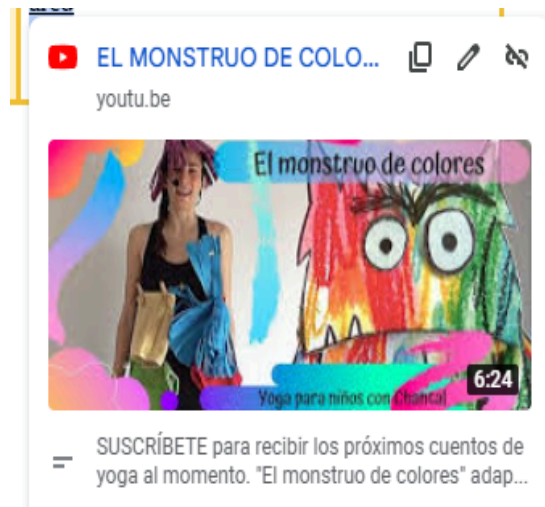


Figura 18.

SESIÓN 10: DOMINO DE LAS EMOCIONES.

