



**UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA**

facultad
de
ciencias
de la
educación



TRABAJO FIN DE GRADO
GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

**LAS CANCIONES COMO MEDIO PARA EL DESARROLLO
DE LAS EMOCIONES EN EL SEGUNDO CICLO DE
PRIMARIA**

**SONGS AS A MEANS OF DEVELOPING EMOTIONS
IN THE SECOND CYCLE OF PRIMARY SCHOOL**

LÍNEA DEL TFG: Revisión bibliográfica

Presentado por Alberto Medina López

Dirigido por Juan Rafael Muñoz Muñoz

Curso Académico 2020/2021

Convocatoria Ordinaria

Resumen

La música es una de las disciplinas artísticas que más conexión mantiene directamente con los sentimientos, como dijo Magdalena Martínez (flautista española): “La música es el arte más directo, entra por el oído y va directo al corazón”. Por este motivo se realiza la presente investigación en la que se desarrollará una revisión bibliográfica mediante la búsqueda y consulta de diferentes documentos que estén relacionados con el tema a tratar.

En cuanto a la educación, fue a partir de la publicación de la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner (1983), cuando se empieza a tener consciencia del poder que existe a la hora de trabajar con las emociones, considerando esencial la misión de educar al alumnado en las emociones.

El desarrollo de la educación emocional a través de la música trae consigo varios y múltiples beneficios en el alumnado de primaria (Estrada, 2016), ya que la música consigue provocar gran variedad de sentimientos, sensaciones y emociones, que, al ser observadas y utilizadas, ayudan a la mejora personal e incluso en el aumento del rendimiento en las demás materias que forman el currículum educativo. Beneficios que debería estar por encima, en el nivel de importancia, de cualquier otra materia curricular, aunque actualmente es de las asignaturas que menos horas semanales se imparten en los centros.

Es por todo esto que el presente Trabajo Fin de Grado (TFG), basado en la revisión bibliográfica, tiene como objetivo subrayar, explicar y destacar los beneficios que conlleva la utilización de las canciones y la música para el desarrollo del alumnado, tanto personal, educativo como emocional.

Abstract

Music is one of the artistic disciplines that is most directly connected to feelings, as Magdalena Martínez (Spanish flautist) said: "Music is the most direct art, it enters through the ear and goes straight to the heart". For this reason, the present research is carried out in which a bibliographical review will be developed through the search and consultation of different documents related to the subject to be dealt with.

In terms of education, it was after the publication of the Theory of Multiple Intelligences by Howard Gardner (1983), when we began to be aware of the power that exists when working with emotions, considering essentially the mission of educating students in emotions.

The development of emotional education through music brings several and multiple benefits to primary school students (Estrada, 2016), as music manages to provoke a wide variety of feelings, sensations and emotions, which, when observed and used, help personal improvement and even increase performance in the other subjects that make up the educational curriculum. Benefits that should be above, in terms of importance, any other curricular subject, although it is currently one of the subjects that is taught the least number of hours per week in schools.

It is for all these reasons that this Final Degree Project (TFG), based on a review of the literature, aims to underline, explain and highlight the benefits of using songs and music for the development of pupils, both personally, educationally and emotionally.

Tabla de Contenido

Resumen	1
Abstract	2
1. Introducción	6
2. Metodología	7
3. Desarrollo	7
3.1. Las emociones	7
3.1.1. Tipos de emociones	9
3.1.2. Las emociones básicas y su función	11
3.2. Estrategias para el control de las emociones	13
3.2.1. Autoconciencia emocional	13
3.2.2. La inteligencia emocional	14
3.3. La educación emocional	15
3.3.1. Actividades para la educación emocional	17
3.4. La educación musical en Primaria	18
3.4.1. Las canciones infantiles en Primaria	18
4. Conclusiones	21
5. Referencias	22

1. Introducción

La realización del presente Trabajo Fin de Grado (TFG) es el resultado de la finalización del Grado de Maestro en Educación Primaria, con el que se intentará dar la importancia que merece la educación emocional a través de las canciones y la música partiendo de la afirmación de Gustems y Oriola (2015. p, 2), “La Educación Musical es una herramienta muy potente para desarrollar y mejorar las competencias emocionales”.

El principal motivo por el que se ha decidido este tema es el propósito de señalar los diferentes beneficios que tiene el poder identificar y controlar las emociones durante todo el desarrollo del proceso de aprendizaje por parte del alumnado. Por otro lado, la importancia que tiene el papel del maestro y maestra dentro del proceso de enseñanza, en el cual los docentes deben actuar como guías para ayudar a los alumnos y alumnas a conocerse a sí mismo/a y por ende, a aprender de una manera más adecuada, sencilla y divertida.

Tal y como refleja Bisquerra (2017), el ser humano continuamente está sintiendo diversas emociones, pero tiene dificultad en el momento de expresarlas y definir las. Por este motivo, en el presente trabajo se intentará definir qué son las emociones y cómo afectan en la educación a los niños y niñas del segundo ciclo de Educación Primaria. Aún con todos los beneficios que aporta la inclusión de la música en las aulas, esta no tiene un espacio curricular adecuado y óptimo como señalan Lacárcel y Carbajo (2005).

Por otro lado, con respecto a la educación emocional, en la actualidad no se le da la importancia que merece. En las aulas no suele haber cabida para ello, sino que los docentes suelen estar pendientes del cumplimiento de la programación estructurada al inicio de curso a una velocidad constante, dejando en un segundo plano el tratamiento de las emociones y por consiguiente, acrecentando la disminución en cuanto al desarrollo personal (Fontaine, 2000). Al hablar de emociones, no solo se mencionan las “buenas” sino que las emociones consideradas como “malas” son importantes y necesarias, Romera (2017) destaca lo ya comentado, no hay diferencias entre emociones ya que todas son necesarias para el desarrollo personal.

Completando lo anteriormente dicho, las emociones no solo se deben desarrollar en el ámbito de la escuela. Estas están presentes en todos los ámbitos de la vida cotidiana y con detección y análisis se puede conseguir que los niños y niñas sean adultos felices y estables emocionalmente hablando, capaces de realizar una expresión correcta de los mismos y de la generación de la empatía.

2. Metodología

El presente Trabajo Fin de Grado (TFG) se realiza mediante el método de revisión bibliográfica, en el cual se mencionan los documentos más relevantes que están relacionados con el tema propuesto. El objetivo principal de una revisión bibliográfica es realizar una investigación documental, es decir, buscar y analizar información que existe sobre el tema a estudiar. Este modelo proporciona lo que se conoce como Estado de la cuestión, una visión actual sobre el tema elegido.

Toda esta información se escoge de las diferentes bases de datos, como, por ejemplo: repositorios de las universidades, Google Scholar, bases de datos del país, artículos, libros, páginas web como Dialnet o vídeos, entre otros. Estos documentos deben tener relevancia en el ámbito del objeto de estudio, además de una calidad considerable ya que no todos los documentos tienen información fiable y actual.

Una vez seleccionados estos documentos, se procede a un análisis en profundidad para la elaboración del presente proyecto de investigación, dando lugar a una revisión bibliográfica.

3. Desarrollo

3.1. Las emociones

El tratamiento de las emociones, partiendo de su definición, constituyen la base del presente trabajo. Por esa razón, la presente revisión bibliográfica comienza centrándose en las siguientes definiciones.

Existe una definición de Mora (1999. p, 16) en la que explica que la emoción es «[...] una expresión motora hecha a través de la conducta, ya sea lenguaje verbal o corporal».

En cuanto a la definición que ofrece Gallardo (2007. p, 146):

[...] son como el conjunto de patrones y respuestas corporales, cognitivas y a la vez conductuales que adoptamos y aplicamos las personas ante aquello que nos ocurre y también ante aquello que creamos o proyectamos. Son algo más que respuestas simples a estímulos puntuales, son funciones cerebralmente complejas, que imprimen una tonalidad afectiva determinada a la persona y configuran un talante o una manera de ser. En ellas se conjugan lo innato, lo vivido y lo aprendido.

La Real Academia Española (2014), indica la emoción como «[...] a la alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática».

Por otro lado, para Bisquerra (2017. p, 42):

La emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno. Un mismo objeto puede generar emociones diferentes en distintas personas.

Como se ha visto en las anteriores definiciones, todos los autores coinciden en que las emociones consisten en respuestas motoras tras una alteración del ánimo. Estas alteraciones pueden ser buenas o malas, según el tipo de acto que perturba al individuo. Por otro lado, estas emociones, tal y como recalca Bisquerra (2017), son diferentes en cada persona, ayudando así a la aparición de diferentes sensaciones ante un mismo motivo.

Los niños y niñas van desarrollando las emociones a lo largo de toda su vida y en base a sus experiencias vividas, siendo estas positivas (orgullo, alegría, paz, etc.) o negativas (pena, miedo, decepción, etc.). El uso de las canciones y de la música ayuda a la expresión de estas emociones y del descubrimiento de las mismas, ya que una misma canción puede despertar emociones diferentes en cada uno de los alumnos y alumnas.

3.1.1. Tipos de emociones

A diario se experimentan una gran cantidad de emociones, pero resulta muy complicado definir las. Así como dice Esquivel (2001. p, 10): «las emociones se viven, se sienten, se reconocen, pero sólo una parte de ellas se puede expresar en palabras o conceptos». Existen numerosas tipologías y clasificaciones de las emociones, Cabrito (2015) indica que existen seis emociones principales, entre las que se encuentran: el enfado, el miedo, el asco, tristeza, alegría y sorpresa.



Gráfico 1: elaboración propia. Esquema de las emociones básicas.

Por otro lado, Antoni y Zentner (2015) indican cuatro emociones básicas: miedo, alegría, rabia y tristeza; y estas están añadidas a tres niveles diferentes, entre los que se encuentran: corporal, emocional y cognitivo.

	Definición
Nivel corporal	Referido a las sensaciones físicas que se manifiestan a través de las reacciones del cuerpo: respiración agitada, temblor de extremidades, tensión, etc.
Nivel emocional	Referido a las emociones internas que se sienten provocadas partiendo de una reacción física.

Nivel cognitivo	Referido al recuerdo que tiene el ser humano al volver a experimentar una emoción ya vivida con anterioridad.
------------------------	---

Tabla 1: elaboración propia. Clasificación y definición de los diferentes niveles.

Ampliando estos tres niveles, Bisquerra (2009, p, 57) cita a Scherer, quien añade cinco niveles más a los ya citados anteriormente: «Procesamiento cognitivo de estímulos (evaluación del contexto), Procesos neurofisiológicos (regulación del sistema), Tendencias motivacionales y conductuales (preparación para la acción), Expresión motora (comunicación) y Estado afectivo subjetivo (reflexión)».

A la vez que los niños/as van desarrollándose, aparecen nuevas emociones más complicadas. A estas nuevas emociones se les conoce como emociones en segundo plano, entre las que se encuentran: la ira, el placer, la curiosidad, la vergüenza, etc. (Del Barrio, 2015).

Por otro lado, autores como Goleman (1998) indica que es más acertado hablar sobre las emociones refiriéndose a ellas como familias y establece cuatro familias principales: el miedo, la ira, la alegría y la tristeza. Siendo estas el eje central y partiendo de ellas el resto de las emociones según los estados de ánimo, los desórdenes de cada individuo y los temperamentos. Este mismo autor define las emociones como: «[...] impulsos para actuar, planes instantáneos para enfrentarnos a la vida que la evolución nos ha inculcado. Impulsos arraigados que nos llevan a actuar» (Goleman, 1996).

Izar, citada en Chóliz (2005, p, 7), indica unos requisitos que deben cumplir las emociones para ser consideradas como básicas: «Tener un sustrato neural específico y distintivo, tener una expresión o configuración facial específica y distintiva, poseer sentimientos específicos y distintivos, derivar de procesos biológicos evolutivos, manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas».

Finalmente, Bisquerra (2009) aporta una clasificación diferente de las emociones pensada para ser utilizada en la educación emocional. Principalmente distingue tres grupos de emociones:



Gráfico 2: elaboración propia. Esquema sobre la tipología de emociones de Bisquerra.

Para Bisquerra (2011), el miedo no permite ser feliz, pero el entendimiento del mismo puede favorecer al desarrollo emocional del individuo. Por otro lado, indica que la ira debe ser regulada ya que puede originar problemas personales y en su entorno (la ira suele aparecer en situaciones injustas).

Las emociones positivas son las que mayor bienestar generan en el individuo y se corresponden con la alegría, felicidad y amor. En cuanto a las emociones negativas, incluyen las que son las más importantes para el autor: miedo, ira y tristeza. Por último, con lo que respecta a las emociones ambiguas, son conocidas así ya que están relacionadas entre las positivas y negativas, entre las que se incluyen la sorpresa o la esperanza.

3.1.2. Las emociones básicas y su función

Definir y explicar las emociones conocidas como básicas, sirve para aprender a reconocerlas y a utilizarlas. Las emociones básicas, nombradas así por Bisquerra (2009), se definen por Vivas, Gallego y González (2007, p. 25-27), de la siguiente manera:

- **Miedo:** «emoción primaria negativa que se activa por la percepción de un peligro presente e inminente. Es una advertencia que se aproxima daño físico o psicológico».
- **Ira/enfado:** «es una emoción primaria negativa que se desencadena ante situaciones que son valoradas como injustas o que atentan contra los valores morales y la libertad personal».

- **Tristeza:** «es una emoción que se produce en respuesta a sucesos que son considerados como no placenteros».
- **Alegría/felicidad:** «es el estado de ánimo que se complace en la posesión de algún bien, facilita la empatía, lo que promueve la aparición de conductas altruistas».
- **Asco:** «es la respuesta emocional causada por la repugnancia que se tiene a alguna cosa o por una impresión desagradable».
- **Sorpresa:** «es una reacción causada por algo imprevisto o extraño, como un trueno o una celebración no anunciada».

Las emociones básicas tienen una función, es decir, sirven para algo más que para etiquetar las sensaciones que experimentan los seres humanos. Mora (1999. p, 441-442), diseña un heptálogo de las funciones que realizan las emociones en general:

- **Primero:** «las emociones sirven para defendernos de estímulos nocivos o aproximarnos a estímulos placenteros».
- **Segundo:** «las emociones hacen que las respuestas del organismo ante los acontecimientos sean polivalentes y flexibles».
- **Tercero:** «las emociones sirven a las funciones del punto primero y segundo, alertando al individuo como un todo único ante el estímulo».
- **Cuarto:** «las emociones mantienen la curiosidad y con ello el descubrimiento de lo nuevo».
- **Quinto:** «las emociones sirven como lenguaje para comunicarse unos individuos con otros».
- **Sexto:** «las emociones sirven para almacenar y evocar memorias de una manera más efectiva».
- **Séptimo:** «las emociones y los sentimientos pueden jugar un papel importante en el proceso del razonamiento y en la toma de decisiones».

Para Chóliz (2005. p, 10-19), las emociones básicas tienen las siguientes funciones:

- **Miedo:** «facilitación rápida de respuestas de escape o evitación».
- **Alegría/felicidad:** «genera actitudes positivas, favorece el aprendizaje, favorece las relaciones interpersonales y genera actitudes positivas hacia uno mismo».

- **Ira/enfado:** «movilización de energía para la autodefensa, eliminación de obstáculos que impiden la consecución de los objetivos deseados».
- **Tristeza:** «cohesión con otras personas, valoración de otros aspectos de la vida, genera ayuda hacia otras personas».
- **Sorpresa:** «facilita conductas de interés, facilita la aparición de la reacción emocional».
- **Asco:** «genera respuestas de escape, potencia hábitos saludables».

3.2. Estrategias para el control de las emociones

Controlar las emociones no significa que deban eliminarse, sino que hay que saber cómo manejarlas e incluso transformarlas si es necesario. Para esto, se deben poseer una serie de habilidades que permitan el hacerse cargo de la situación. Falsamente se ha pensado que este autocontrol solo se debe tener cuando nos enfrentamos a emociones negativas, pero esta regulación implica la habilidad para crear emociones positivas en uno mismo y en los demás (Vivas, Gallego y González, 2007).

Vivas, Gallego y González (2007, p. 34-37), indican una serie de estrategias y ejercicios que ayudan a controlar las emociones:

1. **La relajación:** resulta esencial para combatir estados emocionales relacionados con la ansiedad, el estrés y el miedo, entre otros. Aprender a relajar el cuerpo ayuda a reforzar la resistencia en estas situaciones.
2. **La visualización:** consiste en reprogramar las actitudes mentales de la persona y así capacitarlo para efectuar cambios positivos en su mente.
3. **La meditación:** es un estado de sosiego que permite observar los propios pensamientos y actitudes.
4. **Terapia cognitiva:** pretende identificar y modificar las emociones y sustituirlas por otras más adecuadas.

3.2.1. Autoconciencia emocional

Vivas, Gallego y González (2007), indican que la autoconciencia es la base en la que se crea la inteligencia emocional. Por este motivo, la toma de conciencia de los diferentes estados emocionales, puede usarse como partida de otras habilidades emocionales como el autocontrol, la empatía y las habilidades sociales.

Tal y como afirman Vivas, Gallego y González (2007. p, 31):

La autoconciencia emocional es la conciencia de los propios estados internos, recursos e intuiciones. Es reconocer las propias emociones y los efectos que éstas tienen sobre nuestro estado físico, comportamiento y pensamiento. Las personas dotadas de esta competencia saben qué sensaciones están sintiendo y por qué; comprenden los vínculos existentes entre sentimientos, pensamientos, palabras y acciones; conocen el modo en que sus sentimientos influyen sobre las decisiones que toman y saben expresar sus emociones.

La autoconciencia emocional empieza cuando el ser humano se conecta con las emociones, que están presentes durante toda nuestra vida. Además de conectarnos, debemos entender cómo afecta a lo que pensamos y hacemos. Las sensaciones que generan estas emociones siempre nos acompañan, pero pocas veces se le presta la atención que necesitan (Vivas, Gallego y González, 2007).

3.2.2. La inteligencia emocional

Bisquerra (2009. p, 117), afirma que: «la inteligencia emocional es un aspecto importante de la psicopedagogía de las emociones». Este concepto fue propuesto por Salovey y Mayer en el año 1990, pero no fue popularizado hasta 1998 por el psicólogo estadounidense Goleman (1998. p, 89), el cual lo define como: «la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones».

De forma más detallada, Goleman (1998), indica las diferentes dimensiones que componen la inteligencia emocional:

- **Dimensión 1. Autoconciencia:** es conocerse a uno mismo/a y sus emociones. Lo principal es identificar la emoción que se produce en un momento en concreto.
- **Dimensión 2. Autorregulación:** es la habilidad que existe al controlar nuestras propias emociones de una manera idónea.
- **Dimensión 3. Motivación:** debe estar presente a lo largo de toda la etapa de aprendizaje.

- **Dimensión 4. Empatía:** tras conocer nuestras propias emociones, hay que trasladar los conocimientos a las emociones de los demás. Esto permite al alumnado a entender a los demás.
- **Dimensión 5. Habilidades sociales:** estas habilidades incluyen la influencia y la comunicación con otras personas. Por otro lado también es importante la capacidad de la resolución de conflictos.

Vera (2009) indica una serie de estrategias a seguir para estimular la inteligencia emocional en el alumnado:

1. **Dar nombre a los sentimientos:** ser capaces de nombrar emociones y saber qué es lo que se siente.
2. **Relacionar gestos con sentimientos:** es importante que el niño aprenda a identificar emociones en otras personas, de esta manera desarrollará la empatía.
3. **Orientarlos:** darle normas básicas para enfrentarse a sus sentimientos.
4. **Actuar con empatía:** en los niños pequeños es recomendable reconocer sentimientos en ellos mismos y en los demás.
5. **Alabar lo positivo:** felicitar a los niños cuando se enfrenten bien a sus emociones o muestren preocupación por los demás.
6. **Enséñele con el ejemplo:** esta es la mejor manera para enseñar.

3.3. La educación emocional

Tal y como se indica en el artículo de la revista digital VOCA Editorial (2020), la educación emocional es de gran importancia en el ser humano. Desarrollar las habilidades emocionales y adquirir nuevas competencias es fundamental para el crecimiento personal y la felicidad. Por este motivo, la educación emocional debe desarrollarse desde edades tempranas. Bisquerra (2009, p, 158) indica lo siguiente sobre la educación emocional: «Proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarlos para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social».

Dependiendo del enfoque con el que se estudie la inteligencia emocional, la educación emocional tendrá diferentes objetivos. De forma generalizada, la revista digital VOCA Editorial (2020), enumera los objetivos de la siguiente manera:

- Identificar y comprender mejor las emociones propias y ajenas.
- Desarrollar la capacidad de regular las propias emociones en función de la información que nos han aportado. El fin que perseguimos no es otro que el de ser felices.
- Valorar nuestras cualidades positivas, percibir nuestros defectos y orientarlos al crecimiento de una buena autoestima.
- Desarrollar nuestras habilidades sociales, para la vida y para el bienestar propio y de las personas que nos rodean.

El informe de la UNESCO, escrito por Delors (1998), afirma que la educación emocional es fundamental para lograr el desarrollo adecuado del ser humano y así prevenir los posibles conflictos que puedan aparecer en la edad adulta. La educación emocional se establece sobre cinco pilares fundamentales, Bisquerra y Pérez (2007. p, 70-74) los mencionan de la siguiente forma:



Gráfico 3: elaboración propia. Esquema sobre las competencias emocionales.

1. **Conciencia emocional:** capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.
2. **Regulación emocional:** capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento.

3. **Autonomía personal:** se puede entender como un conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal.
4. **Inteligencia interpersonal:** capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales.
5. **Habilidades de vida y bienestar:** capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida.

3.3.1. Actividades para la educación emocional

Vivas, Gallego y González (2007. p 61-110) realizan una propuesta de diversas actividades para introducir y trabajar la educación emocional con el alumnado. A continuación, se expone una selección de algunas de estas:

- **Autoevaluación de la inteligencia emocional:** «en todo proceso de desarrollo personal se debe partir del conocimiento profundo sobre sí mismo». (Anexo 1).
- **Test para evaluar las emociones:** «no hay respuestas correctas o incorrectas». (Anexo 2).
- **Autoconciencia:** «saber lo positivo y lo mejorable de uno mismo». (Anexo 3).

En el blog online llamado Club de Peques Lectores (2015) se proponen diferentes actividades para trabajar y desarrollar la educación emocional entre el alumnado. A continuación, se exponen una selección de dichas actividades:

- **Dibujo dictado:** «Uno de los participantes se sienta en una mesa donde poder dibujar. Detrás de él colgaremos una de las ilustraciones. El otro participante deberá describir la ilustración para que su compañero pueda reproducirla».
- **Escucha lo que te rodea:** «Con esta actividad lo que pretendemos es que los niños practiquen la escucha activa. En una conversación tan importante es hablar bien como saber escuchar adecuadamente».
- **Crear mi receta de la felicidad:** «Con este pequeño juego propiciamos conocernos mejor a nosotros mismos y a los demás y descubrir cuáles son las cosas importantes para cada uno».

3.4. La educación musical en Primaria

La definición de música más usada es la aportada por Bernal y Calvo (2000. p, 33), que la definen como: «el arte de combinar sonidos para producir un efecto estético». En cuanto a la educación musical en los centros, Kodaly, citado en Cremades (2017) comenta que la educación musical es beneficiosa porque desarrolla aptitudes relacionadas con la música, además de desarrollar aspectos relacionados con la concentración, la percepción o las emociones.

Ya en tiempos antiguos, Aristóteles consideraba la música como un elemento principal para los pilares del aprendizaje. Tal y como se cita en Salcedo (2016. p, 3):

[...] la música tiene el poder de producir un determinado efecto en el carácter moral del alma, y si tiene el poder de hacer esto, es evidente que los jóvenes deben ser orientados a la música y deben ser educados en ella.

Lacárcel y Carbajo (2005), indican que la música ha estado presente dentro de la legislación educativa desde tiempo atrás, pero su valoración e importancia ha ido cambiando a lo largo del tiempo. No es hasta el siglo XXI, cuando la educación musical y su docente empiezan a valorarse dados los diferentes beneficios que esta aporta en el aprendizaje del alumnado.

En la actualidad, y como señalan Casanova y Serrano (2018), la educación musical se encuentra en un proceso de transformación y renovación con respecto a la valoración que se le otorga. A día de hoy se le da una mayor importancia ya que se ha comprobado los beneficios del desarrollo de competencias mediante el uso de metodologías que incluyen el uso de la música a la hora del logro de sus objetivos. Junto a estos autores, Bisquerra (2011), recalca la importancia de dar a la música un mayor protagonismo ya que, tiene gran poder en propiciar emociones y en ser un factor que motiva al alumnado. Esto también lo afirma Sarget (2003), y además añade que la música genera un aumento en la capacidad de memorización y atención del alumnado, por otro lado, también fomenta la creatividad y contribuye al control psicomotriz

3.4.1. Las canciones infantiles en Primaria

En el ámbito educativo, el docente tiene la tarea de guiar al alumnado al momento de la detección y del análisis de las emociones. Esto se puede estimular a través de los cuentos y

canciones infantiles en los que el centro de la acción es la emoción a desarrollar. Tal y como dice Muñoz (2002. p, 59) del cuento:

[...]un relato fantástico de origen popular, de transmisión oral, con abundancia de elementos maravillosos protagonizado por seres sobrenaturales (hadas, brujas, ogros, gigantes, duendes, etc.) o por animales “humanizados” que se mueven junto con otros personajes de la narración, en una esfera de atemporalidad, en un mundo abstracto, de sueño, y que tienen como dotes fundamentales la gracia primitiva y la ingenua frescura.

Según Martín (2001), las canciones infantiles son las que los pequeños cantan como nanas y las que los más grandes se inventan en sus juegos. Por otro lado, la RAE define a las canciones como: «[...] composiciones escritas en verso con la finalidad de que se puedan cantar o que se les pueda acompañar con música».

Pascual (2010. p, 243) dice sobre la canción: «[...] es una composición poética de carácter popular o culta escrita para ser cantada. La música y el texto han ido siempre unidos a lo largo de toda la historia».

Por otro lado, Blanco (2011), indica que las canciones infantiles se han mantenido invariables en el tiempo y señala que hay dos tipos: las que la letra va dedicada al niño/a y en las que ellos/as son protagonistas. Autores como Hernández y Martín (2010), recalcan que las canciones no son solo letra y melodía, sino que son un elemento de gran valor comunicativo y cultural.

Tal y como señala Muñoz (2001), la música nos acompaña durante toda la vida y es fácil encontrar a madres que se comunican con sus bebés, que se encuentran aún en el vientre, mediante canciones. Las canciones manifiestan sentimientos y ayudan a la integración entre los individuos y el desarrollo de valores como el de la empatía o compartir. En definitiva, la canción es el contexto de trabajo más globalizador de los que se encuentran en el ámbito escolar.

Con lo que respecta a las características de las canciones infantiles, se encuentran dos autores que las recogen de la siguiente manera; para Estrada (2016), las canciones infantiles están compuestas por un vocabulario sencillo y con rimas, las melodías son muy sencillas, incitan al juego y tienen los estribillos muy repetitivos. Por otro lado, Martín (2001), indica que

las canciones infantiles son de tradición oral, acompañan los juegos, son moralizadoras y están estrechamente relacionadas con la cultura.

Koelsch (2012. p, 2) afirma que «la música tiene esa capacidad de ayudarnos a cambiar nuestro estado de ánimo, si lo deseamos». Este hecho se debe tener en cuenta a la hora del proceso enseñanza-aprendizaje en el entorno escolar, ya que, como se ha comentado con anterioridad, las emociones y sentimientos influyen directamente en la motivación del alumnado. Según dos autores diferentes, trabajar con las canciones infantiles tiene grandes ventajas; para San Emeterio (2015), las canciones pueden cambiar el estado de ánimo del alumnado, además de reflejar la cultura del mismo y ayudan al desarrollo afectivo y cognitivo. Por otro lado, Bruscia (1999) indica que las emociones se pueden reconocer gracias a las canciones y ayudan a responder las exigencias de la sociedad.

A través de la música, el ser humano experimenta y vive sus propias emociones y ayuda a conectar con el yo interior. Por este motivo, la música tiene una estrecha relación con las emociones y las canciones son un recurso muy eficaz para el tratamiento de las competencias emocionales (Poch, 2001). Tal y como señala Mora (1999), la música y la emoción conviven en la misma región del cerebro, lo que ayuda a que las canciones sean capaces de provocar sentimientos y emociones. Es evidente que la música es muy importante en cuanto al desarrollo de las emociones y así lo afirma Bisquerra (2017. p, 48): «hay que educar sobre la música, para la música y con la música».

Giménez (2016) afirma que las canciones hacen que las emociones sean más veraces a la hora de expresarlas a través del canto más que con la palabra. Ayudan a liberar las emociones y a veces se convierten en refugio. Tal y como indica: «son una buena catarsis de nuestros sentimientos y emociones» (p, 115). En cuanto a los beneficios que otorgan el uso de las canciones, Mosquera (2013) destaca que con las canciones se pueden experimentar diferentes tipos de emociones, ayuda a crear lazos emocionales y ayuda a la canalización emocional.

Finalmente, con respecto al uso de las canciones en el ámbito escolar, Muñoz (2018) afirma que tienen un gran potencial emocional ya que, al escuchar canciones, se obtienen resultados rápidos sobre lo que estas hacen sentir al alumnado. Al relacionar los cuentos con las canciones, el alumnado aprende los conocimientos de una manera globalizadora, además del desarrollo de la socialización entre el resto de la clase y, lo más importante, el desarrollo individual.

4. Conclusiones

Con la realización de este trabajo de investigación se ha intentado dar toda la visibilidad posible a la importancia de la enseñanza de la educación emocional, a través de las canciones, al alumnado de Educación Primaria. A través de las emociones, como ya se ha citado anteriormente, el ser humano expresa sus sentimientos y las canciones son un elemento muy importante, ya que, con ellas, el ser humano experimenta todo tipo de emociones.

Por este motivo, la asignatura de música, enfocada a las emociones, es un buen elemento curricular. Con ellas, el alumnado es capaz de reconocer y dar nombre a eso que sienten, ya, muchas veces, no saben con exactitud qué están sintiendo y por ende, no saben cómo explicarlo.

Muchas veces los docentes cometen fallos que no dejan al alumnado expresarse de forma libre. Cuando el docente pone música en la clase y algún alumno comienza a hacer movimientos “extraños”, algunas veces se le dice que deje de hacer el payaso, pero realmente al alumno/a lo que está haciendo es expresar lo que siente en ese momento con los movimientos que él/ella cree que son los más adecuados.

Cuando se propone alguna actividad en la que se use música, el profesorado (y sus padres en casa), deben dejar al niño/a que se exprese con los movimientos y los ruidos que considere necesario. Con el entendimiento de estos movimientos y ruidos, el docente debe partir y comenzar desde ahí la construcción de la educación emocional, sirviendo como guía e intentar descifrar qué está expresando el alumno/a.

Es importante recalcar la importancia que tiene la música en el ámbito escolar, gracias a ella, el alumnado se siente motivado para la realización de otras materias y ayuda a que se entiendan a ellos mismos y a los demás. Creando, de este modo, el sentimiento de empatía y la generosidad, a la par que mejora las conexiones cognitivas y ayuda a la hora del aprendizaje de las otras áreas que componen el currículum escolar.

Gracias a la realización del Trabajo Fin de Grado (TFG), he podido saber y entender de primera mano la gran función, tanto social como educativa, que realiza la música dentro de las aulas. Como futuro docente he podido aprender diferentes métodos y técnicas para poder llevar a cabo la inclusión en el aula del tratamiento de las emociones a través de las canciones. Por otro lado, la revisión bibliográfica de los autores expuestos durante todo el discurso, me ha

ayudado a ver de otra manera el uso de la música, no utilizarla solo como herramienta de ocio sino como materia interdisciplinar que ayuda, tanto al crecimiento académico, como al crecimiento personal.

Finalmente, resaltar que, como ya se ha visto a lo largo del informe, hacer hincapié en la inclusión y el desarrollo de la educación emocional dentro y fuera de las aulas (en casa), hace que el alumnado crezca con una educación basada en valores. Esto hará que sean personas adultas puras, en la que su base educativa estará formada por la empatía y la generosidad, creando un mundo mejor y más sociable.

5. Referencias

Antoni, M. y Zentner, J. (2015). *Las cuatro emociones básicas*. Barcelona. Herder Editorial

Bernal, J. y Calvo, M. L. (2000). *Didáctica de la música. La expresión musical en educación infantil*. Málaga. Aljibe.

Bisquerra, R. & Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Universidad de Barcelona. Barcelona. Recuperado el 12 de abril de 2021 de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1.pdf>

Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid. Síntesis.

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao. Desclée de Brouwer.

Bisquerra, R. (2017). *Universo de emociones*. Valencia. PalauGea Comunicación S.L.

Blanco, E. (2011). *La canción infantil en la educación infantil y primaria. Las nuevas tecnologías como recurso didáctico en la clase de música*. Universidad de Salamanca, Salamanca. Recuperado el 4 de abril de 2021 de <https://n9.cl/i5gfl>

Bruscia, K. (1999). *Modelos de improvisación en musicoterapia*. Vitoria. Agruparte.

- Cabrero, R. (2015). *Cuentos emocionantes para una educación emocional*. Madrid. Edición personal.
- Casanova, O. y Serrano, R. M. (2018). *La educación musical en el actual currículo español. ¿Qué formación recibe el alumnado en la enseñanza Primaria?* Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical. Recuperado el 6 de abril de 2021 de <https://revistas.ucm.es/index.php/RECI/article/view/54844/4564456548348>
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Valencia. Valencia
- Franch, J. (2015). *Club Peques Lectores: Cuentos y creatividad infantil*. [Blog digital]. Recuperado el 7 de abril de 2021 de <http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>
- Cremades, R. (2017). *Didáctica de la educación musical en primaria*. Madrid. Paraninfo.
- Del Barrio, M.V. (2015). *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámide.
- Delors, J. (1998). *Los cuatro pilares de la educación*. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI. Madrid. Santillana.
- San Emeterio, M. (2015). *Enseñanza del inglés a través de cuentos y canciones*. Universidad de Cantabria, Cantabria. Recuperado el 5 de abril de 2021 de <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/6842/DiegoSanEmeterioMar%C3%ADa.pdf?sequence=1>
- Esquivel, L. (2001). *El libro de las emociones: son de la razón sin corazón*. Debolsillo. Madrid. Plaza & Janés.
- Estrada, A. (2016). *Las canciones infantiles como herramienta en la etapa (0-6) años. La música como aspecto relevante en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje*. Universidad de Cantabria.
- Fontaine, I. (2000). *Experiencia emocional, factor determinante en el desarrollo cerebral del niño/a pequeño/a*. Estudio pedagógicos. Universidad Austral de Chile. Chile. Recuperado el 7 de mayo de 2021 de <https://www.redalyc.org/pdf/1735/173514139009.pdf>
- Gallardo, P. (2007). *El desarrollo emocional en la Educación Primaria (6-12 años)*. Cuestiones Pedagógicas.

- Gardner, H. (1987). *La teoría de las inteligencias múltiples*. Santiago de Chile. Fondo de cultura económica de España.
- Giménez, T. (2016). *La canción como espejo humano*. *Ars Brevis: anuario de la Càtedra Ramon Llull Blanquerna*, (22), 96-117. Recuperado el 10 de abril de 2021 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6194531>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York. Bantan books.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Bantam books.
- Hernández, M.D. Y Martín, M. (2010). *El canto en la Educación Infantil. ¿Cómo escoger un repertorio adaptado a la fisiología del niño y a su desarrollo vocal?* *Revista Iberoamericana de Educación* 52, 1-5. Recuperado el 2 de abril de 2021 de <https://dugidoc.udg.edu/bitstream/handle/10256/2715/171.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Koelsch, S. y Punset, E. (2012). Música, emociones y neurociencia. [Redes, programa de televisión]. Recuperado el 28 de marzo de 2021 de <http://www.rtve.es/television/20111009/musica-emociones-neurociencia/465379.shtml>
- Lacárcel, J. ., & Carbajo, C. (2005). *La valoración social de la educación musical escolar y del docente de música en Primaria en el umbral del siglo XXI*. Publicaciones: Facultad de Educación y Humanidades del Campus de Melilla. Recuperado el 12 de abril de 2021 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2111280>
- Martín, M^a J. (2001). *Las canciones infantiles de transmisión oral en Murcia durante el siglo XX*. Universidad de Murcia. Murcia. Recuperado el 25 de marzo de 2021 de <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10792/MartinEscobar.pdf>
- Mora, F. (1999). *El cerebro sintiente*. *Arbor*, 162(640), 435-450.
- Mosquera, I. (2013). *Influencia de la música en las emociones*. *Realitas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*. Recuperado el 15 de abril de 2021 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4766791>
- Muñoz, J. R. (2002). *El cuento y la canción*. *Eufonía: Didáctica de la Música* n° 24.
- Muñoz, J.R. (2018). *La importancia de otros elementos de la didáctica de la música*. Versión electrónica. *Educação & Formação, Fortaleza*, v.3, n.9, 20-35. Recuperado el 2 de abril de 2021 de <https://www--grao--com.ual.debiblio.com/es/producto/la-voz-y-el-canto-en-la-educacion-infantil>

- Oriola, S., & Gustems, J. (2015). *Educación emocional y educación musical*. Eufonía Didáctica de la Música, 64. Recuperado el 30 de marzo de 2021 de https://www.researchgate.net/publication/282604182_Educacion_emocional_y_educacion_musical
- Pascual, P. (2010). *Didáctica de la Música*. Madrid. Pretince Hall.
- Poch, S. (2001). *Importancia de la musicoterapia en el área emocional del ser humano*. Revista interuniversitaria de formación del profesorado. Recuperado el 25 de marzo de 2021 de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27404208.pdf>
- Romera, M. (2017). *La familia, la primera escuela de las emociones*. Prólogo de Francesco Tonucci. Barcelona. Destino.
- Salcedo, B (2016). *Importancia de la música como recurso en el aprendizaje escolar*. Revista iberoamericana de producción académica y gestión educativa. Recuperado el 15 de abril de 2021 de <https://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/642>
- Sarget, M.A. (2003). *La música en Educación Infantil: estrategias cognitivo-musicales*. Revista de la Facultad de Ciencias de la Educación de Albacete. Albacete. Recuperado el 1 de abril de 2021 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1032322>
- Vera, M (2009). *El desarrollo emocional de los niños*. Granada.
- Vivas, M., Gallego, D. González, B: (2007). *Educar en las Emociones*. Madrid, Dykinson.
- VOCA (2020). *Qué es la educación emocional y cómo trabajarla*. (Revista digital). Pamplona. Recuperado el 14 de abril de 2021 de <https://n9.cl/ejdsz>

Anexo 1

1. *¿Cómo me veo a mí mismo en el manejo de mis emociones? ¿Cómo valoro mis habilidades emocionales en las relaciones con las otras personas?*

2. *¿Cómo me ve mi familia en el manejo de mis emociones y en las relaciones sociales? Para contestar esta pregunta pidele opinión a los miembros de tu grupo familiar.*

3. *¿Cómo me ven mis amigos en el manejo de mis emociones y en las relaciones sociales? Para contestar esta pregunta, averigua la opinión que tienen tus amigos al respecto.*

Una vez hayas dado respuesta a las tres preguntas, reflexiona sobre las mismas. Presta atención a las semejanzas y/o diferencias entre las distintas apreciaciones.

Anexo 2

Nada de acuerdo: 1; Algo de acuerdo: 2; Bastante de acuerdo: 3; Muy de acuerdo: 4 y Totalmente de acuerdo: 5

Estado Emocional	1	2	3	4	5
1. Presto mucha atención a los sentimientos.					
2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.					
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.					
5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.					
6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.					
7. A menudo pienso en mis sentimientos.					
8. Presto mucha atención a cómo me siento.					
9. Tengo claros mis sentimientos.					
10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.					
11. Casi siempre sé cómo me siento.					
12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.					
13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.					
14. Siempre puedo decir cómo me siento.					
15. A veces puedo decir cuáles son mis emociones.					
16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.					
17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					
18. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.					
19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.					
20. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.					
21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.					
22. Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.					
23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.					
24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.					

Anexo 3

1. Mis principales cualidades son:

2. La cualidad que los demás más admiran en mí es:

3. Mis principales defectos son:

4. Lo que más me molesta de mí es:

5. Creo que lo que más le molesta a los demás de mi forma de ser es:

6. El principal aspecto que debo mejorar en mí mismo(a) es:

7. La estrategia que podría seguir para mejorar ese aspecto es:
