

La inteligencia emocional en Educación Infantil

ESPERANZA MACARENA FUENTES GARCÍA

4º A EDUCACIÓN INFANTIL

TUTORA: D^a. DOLORES RODRÍGUEZ MARTÍNEZ

2014

RESUMEN:

Reconocer las emociones en uno mismo y en los demás, mejorando el modo en el que procesamos la información que nos llega del entorno y las personas que nos rodean, facilitar la comunicación y las relaciones sociales y aprender a manejar nuestras emociones en diferentes situaciones es lo que los alumnos deben aprender en la escuela para desarrollar capacidades emocionales y sociales, constatando las ventajas y beneficios de la inteligencia emocional, tanto para el docente como para el alumnado.

ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN.....	p.3
2. DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	p.4
3. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA.....	p.9
4. FORMACIÓN DEL PROFESORADO.....	p.13
5. CONCLUSIONES.....	p.15
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	p.17

1. INTRODUCCIÓN

En el presente Trabajo de Fin de Grado he realizado una profundización teórica sobre la Inteligencia Emocional. Considero que es un tema de gran interés para los futuros docentes y un factor de la educación muy importante tanto para los alumnos como para los profesores. Viene incorporándose a nuestra realidad educativa en los últimos, pero aún no está totalmente afianzado en ella.

Si educamos teniendo en cuenta las emociones que las personas vivimos y sentimos a lo largo de nuestra vida, en nuestro día a día, podremos lograr que tanto los docentes como el alumnado seamos capaces de reconocer las emociones en uno mismo y en los demás, mejorando el modo en el que procesamos la información que nos llega del entorno y las personas que nos rodean, facilitar la comunicación y las relaciones sociales y aprender a manejar nuestras emociones en diferentes situaciones es lo que alumnos y profesores debemos aprender en la escuela para desarrollar nuestras capacidades emocionales y sociales, constatando las ventajas y beneficios de la inteligencia emocional.

A continuación, en el desarrollo de este trabajo realizaré un recorrido desde la inteligencia emocional hasta la manera de educar desde las emociones, deteniéndome en su definición y en los factores positivos que podemos conseguir a través de ella, cómo se desarrollaría la inteligencia emocional en el aula y cómo debería ser la formación del profesorado:

- Qué entendemos por Inteligencia Emocional y por Educación Emocional.
- El desarrollo de la Inteligencia Emocional en el aula.
- Cómo formar al profesorado en la Educación Emocional.

2. DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Uno de los primeros artículos sobre la Inteligencia Emocional es el de Salovey y Mayer (1990) titulado *Emotional Intelligence*. Daniel Goleman fue quien, con la publicación de un libro, que se convirtió en *best seller* mundial, dio a conocer este artículo. Aunque anterior a la publicación del libro de Goleman (1995) ya había una institución fundada en 1994 llamada Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL), cuyo objetivo era el de potenciar la educación social y emocional en todo el mundo.

Según Mayer y Salovey (1997) *“la inteligencia emocional consiste en 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 Berrocal, 2001, p. 99).

Actualmente, los otros autores siguen definiendo la Inteligencia Emocional como *“la capacidad para procesar la información emocional con exactitud y eficacia, incluyéndose la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones”* (Extremera y Berrocal, 2001, p. 99).

En su modelo teórico, Mayer y Salovey (1997) nos acercan a las diferentes habilidades emocionales incluidas dentro del concepto de Inteligencia Emocional, desde los sentimientos más básicos a los más complejos, estructurado en cuatro bloques.

- 1. Percepción, evaluación y expresión de las emociones.** Las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas. Se refiere a las emociones en uno mismo y en los demás, expresadas a través del lenguaje, la conducta, las obras de arte, música, etc., y al grado en el que las personas identifican convenientemente sus propias emociones, así como a los estados y sensaciones fisiológicas y cognitivas que éstas conllevan. Se incluye también la percepción de los estados emocionales de otras personas, objetos, colores y diseños a través del lenguaje, el comportamiento, el sonido o la apariencia.

Incluye la capacidad para expresar las emociones adecuadamente así como la capacidad de discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas.

De esta manera, la percepción de emociones se perfila como un proceso psicológico básico con carácter universal y constituye una habilidad previa necesaria para cualquier estrategia de regulación emocional (Mayer, Di-Paulo & Salovey, 1990).

- 2. Facilitación y asimilación emocional del pensamiento.** Las emociones sentidas se hacen conscientes y dirigen la atención hacia la información importante, actúan sobre nuestros pensamientos y nuestro modo de procesar la información de manera funcional. Los diferentes tipos de humor facilitan el surgimiento de estilos distintos de razonamiento: los estados de humor positivos conducen a un pensamiento más creativo y son beneficiosos para resolver problemas que requieren reestructuración, ruptura del pensamiento convencional.
- 3. Comprensión y análisis de las emociones: conocimiento emocional.** Consiste en comprender y analizar las emociones junto con una mayor comprensión de las conexiones entre pensamientos y sentimientos, sus determinantes y sus consecuencias. Incluye la capacidad para dar nombre a las emociones, reconocer las relaciones entre estas y las palabras y para interpretar el significado de las emociones complejas junto a la destreza para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros y la aparición de sentimientos simultáneos.
- 4. Regulación reflexiva de las emociones.** Comprende los procesos emocionales de mayor complejidad, es decir, control de las emociones que incluye distanciarse de una emoción, la habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros moderando las emociones negativas e intensificando las positivas, la capacidad para mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas sin reprimir o exagerar la información que transmiten, así como la capacidad para usar eficazmente nuestras emociones integrándolas en nuestra forma de pensar y comprender cómo se desarrollan y evolucionan. Esta regulación conlleva un proceso reflexivo conocido como meta-regulación emocional (Mayer y Salovey, 1997), que incluye la capacidad para estar abierto a los sentimientos, tanto positivos como desagradables, y reflexionar sobre los

mismos para descartar o utilizar la información que los acompaña en su función de utilidad.

Existen unas competencias emocionales que todas las personas deberían aprender. La estrategia para desarrollar dichas competencias es a lo que se llama Educación Emocional.

Según Rafael Bisquerra (2009) y siguiendo el modelo del Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica (GROP) de la Universitat de Barcelona, experimentado con éxito en la educación, engloba competencias como las siguientes:

- La *conciencia emocional*. Consisten en conocer las propias emociones y las emociones de los demás. Se consigue a través de la observación del propio comportamiento así como del de las personas que nos rodean. Supone saber distinguir entre pensamientos, acciones y emociones; comprender las causas y las consecuencias de las emociones; evaluar su intensidad; reconocer y utilizar su lenguaje, tanto en comunicación verbal como no verbal.
- La *regulación de las emociones*. Dar una respuesta apropiada a las emociones que experimentamos. No hay que confundir la regulación emocional con la represión. La regulación consiste en un difícil equilibrio entre la represión y el descontrol. Son componentes importantes de la autorregulación la tolerancia a la frustración, el manejo de la ira, la capacidad para retrasar gratificaciones, las habilidades de afrontamiento en situaciones de riesgo (inducción al consumo de drogas, violencia, etc.), el desarrollo de la empatía...
Algunas técnicas son: diálogo interno, control del estrés, autorreafirmaciones positivas, asertividad, reestructuración cognitiva, imaginación emotiva, atribución causal.
- La *autonomía emocional*. Es la capacidad de no verse seriamente afectado por los estímulos del entorno. Se trata de tener sensibilidad como invulnerabilidad. La autonomía emocional es un equilibrio entre la dependencia emocional y la desvinculación.
- Las *habilidades socioemocionales*. Constituyen un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales, como la escucha y la capacidad de empatía. Estas competencias sociales predisponen a la constitución de un clima social favorable al trabajo en grupo productivo y satisfactorio.

- Las *competencias para la vida y el bienestar*. Son un conjunto de habilidades, actitudes y valores que promueven la construcción del bienestar personal y social.

El concepto de Educación Emocional es muy amplio, pero como punto de referencia podemos definirla como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida (Bisquerra, 2000).

La Educación Emocional proporciona estrategias y recursos para afrontar las experiencias que nos depara la vida, así como capacitar a las personas para adoptar comportamientos que tengan presentes principios de prevención y desarrollo humano. También fomentar actitudes positivas ante la vida, habilidades sociales, empatía, etc., como factores del desarrollo de bienestar personal y social.

Los objetivos de la Educación Emocional según Bisquerra (2000) son:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Prevenir efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar habilidades para genera emociones positivas.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.
- Desarrollar la habilidad de auto motivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.

Otros objetivos más específicos (Bisquerra, 2000):

- Desarrollar una capacidad para controlar el estrés, la ansiedad y los estados depresivos.
- Tomar conciencia de los factores que inducen al bienestar subjetivo.

- Potenciar la capacidad para ser feliz.
- Desarrollar el sentido del humor.
- Desarrollar resistencia a la frustración.
- Capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras de mayor nivel pero a largo plazo.

Rafael Bisquerra (2000) nos habla de los contenidos de la Educación Emocional, que giran en torno al conocimiento de las propias emociones, el manejo y control emocional, el conocimiento de las emociones de los demás, la utilización de las emociones como factor para automotivarse, la prevención de los efectos perjudiciales de las emociones negativas, la potenciación de las emociones positivas, la aplicación de estos conocimientos en las relaciones interpersonales, en el trabajo, en la vida social, en los momentos de conflicto, etc.

Los componentes que deberían incluirse en un programa de educación son, entre otros (Bisquerra, 2000):

1. Dinámica de grupos.
2. Negociar soluciones.
3. Conexión personal.
4. Análisis social.

Goleman propone estos factores para desarrollar la capacidad de aprender emocionalmente (p. 193-194):

1. Autoconfianza.
2. Curiosidad.
3. Intencionalidad.
4. Auto-control.
5. Relaciones.
6. Capacidad de comunicar.
7. Cooperación.

3. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA

La inteligencia emocional se puede desarrollar mediante programas de educación emocional, los cuales deberían iniciarse en las primeras etapas. Las actividades que se desarrollan en el aula son el principal vehículo para la relación entre el profesorado y el alumnado, y es allí donde se pone en juego la carga emocional y la afectiva. La metodología educativa más eficaz es aquella basada en los conocimientos previos de los niños, en sus intereses y necesidades personales y sociales y en sus vivencias directas. Pueden ayudar recursos didácticos que susciten la conciencia emocional y que ofrezcan la posibilidad de experimentar emociones. Es conveniente crear espacios de reflexión y de introspección en el aula así como fomentar la comunicación con los demás y trabajar en equipo (Èlia López Cassá, 2011).

También es efectivo para López Cassá (2011) preparar espacios abiertos en los que los niños y niñas se sientan cómodos y en los que se puedan exponer, compartir y vivenciar situaciones de aprendizaje emocional.

Se está mostrando ya la influencia de la inteligencia emocional, desde perspectivas científicas, en diversos ámbitos de actuación. Extremera y Fernández-Berrocal (2002) nos detallan varias áreas dentro del contexto escolar donde se han confirmado relaciones significativas entre la inteligencia emocional y aspectos importantes de la vida de los adolescentes tanto dentro como fuera del aula. Algunas de ellas son:

- *Inteligencia emocional y ajuste psicológico.* En el ámbito educativo, la evaluación de la inteligencia emocional supone una valiosa información para el docente en lo que respecta al conocimiento del desarrollo emocional de los alumnos. Uno de los primeros aspectos en los que se investigó el impacto de la inteligencia emocional fue como fuente de bienestar psicológico en los adolescentes. Cuando se dividía a los adolescentes en grupos en función de sus niveles de sintomatología depresiva, los alumnos con un estado normal se diferenciaban de los demás en una mayor claridad hacia sus sentimientos y unos niveles más elevados de reparación de sus emociones. Los escolares clasificados como depresivos tenían menores niveles de estos aspectos de inteligencia emocional y mayores puntuaciones en ansiedad.

- *Inteligencia emocional y rendimiento escolar.* Analizando el efecto mediador que una buena salud mental ejerce sobre el rendimiento medio escolar de los estudiantes. Los resultados mostraron nuevamente que altos niveles de inteligencia emocional predecían un mejor bienestar psicológico y emocional. Además, aquellos alumnos clasificados como depresivos presentaban un rendimiento académico peor que los alumnos clasificados como normales.
- *Inteligencia emocional y conductas disruptivas.* Los hallazgos han evidenciado relaciones significativas entre alta inteligencia emocional en los alumnos y una evaluación por parte de los compañeros de menor tasa de comportamientos agresivos en el aula, así como una mejor valoración del profesor en conductas pro-sociales. También muestran asociaciones en la dirección esperada entre altos niveles de inteligencia emocional y un menor número de acciones impulsivas, un temperamento menos agresivo y una menor justificación de la agresión en adolescentes.

¿Tiene sentido crear en las instituciones educativas una política centrada en mejorar la inteligencia emocional? Actualmente el sistema educativo está centrado en crear estudiantes académicamente preparados y, en el caso de que se observe un déficit en ciertas asignaturas troncales, se recurre a estrategias de reestructuración curricular como aumentar las horas lectivas, nuevo material didáctico, reasignación de profesores o revaloración de los métodos de evaluación. Estas respuestas son insuficientes para atajar carencias escolares que nada tienen que ver con la claridad del contenido de la asignatura, pero sí con los problemas familiares, emocionales y sociales subyacentes. A esto se une la ausencia de programas dirigidos a potenciar las habilidades afectivas, emocionales y sociales de los alumnos. Los profesores se encuentra con carencias como la falta de materiales aplicables al aula o el vacío en la formación del profesorado, que dificultan la situación (Extremera y Fernández-Berrocal, 2002).

Según Mayer y Cobb no tiene sentido hablar de enseñar una inteligencia ya que ésta misma hace referencia a la capacidad para aprender. Es por ello por lo que debería inculcarse desde edades tempranas, ya que es el nivel educativo en el que más se puede influir en el desarrollo de las capacidades afectivas, sociales y motivacionales del niño. (Mayer & Cobb, 2000).

El modelo de Salovey y Mayer (1993) proporciona un medio eficaz para determinar las habilidades emocionales básicas del niño y crear una base emocional que sirva para la adquisición y promoción de otras competencias sociales, emocionales y afectivas más complejas. Muchos programas de aprendizaje socio-emocional se centran sólo en aspectos cognitivos (creatividad, razonamiento, solución de problemas) y otros se centran en habilidades sociales (asertividad, manejo de conflictos). (Extremera y Fernández-Berrocal, 2002).

Existe un conjunto de habilidades emocionales interrelacionadas que los programas de aprendizaje socio-emocional en el aula deberían enfatizar: atender a los sentimientos, comprender las emociones y usarlas en nuestro razonamiento para solucionar problemas y aprender a regular los estados afectivos propios y ajenos. En cambio, la mayoría de programas vigentes ni cubren los componentes básicos propuestos en los modelos científicos de inteligencia emocional ni han sido diseñados específicamente para fomentar estas habilidades, sin llegar a la raíz de la cuestión. (Zeidner, Roberts & Matthews, 2002).

Pérez-González y Pena (2011) nos dan diez recomendaciones internacionales a considerar a la hora de diseñar, implementar y evaluar un programa de educación emocional en un centro educativo.

1. Basar el programa en un marco conceptual sólido, haciendo explícito el modelo de inteligencia emocional que se adopta.
2. Especificar los objetivos del programa en términos evaluables, haciéndolos comprensibles para los alumnos también.
3. Realizar esfuerzos coordinados que impliquen a toda la comunidad educativa.
4. Asegurar el apoyo del centro previamente a la aplicación del programa.
5. Impulsar una implantación sistemática a lo largo de varios años, con una programación coordinada, integrada y unificada con el resto de actividades y programas del centro.
6. Emplear técnicas de enseñanza-aprendizaje activas y participativas que promuevan el aprendizaje cooperativo y sean variadas.
7. Ofrecer oportunidades para practicar todas las facetas de la inteligencia emocional y favorecer su generalización a múltiples situaciones, problemas y contextos cotidianos.

8. Incluir planes de formación y de asesoramiento del personal responsable del programa.
9. Incluir un plan de evaluación del programa antes, durante y después de su aplicación.
10. Usar diseños experimentales o cuasi experimentales rigurosos donde los indicadores de logro estén basados en pruebas de evaluación sólidas para evaluar la eficacia del programa.

4. FORMACIÓN DEL PROFESORADO

Según López-Cassá (2011), es muy importante el rol del profesor en educación emocional, ya que por imitación el alumno o alumna aprende a desarrollar y a poner en práctica su inteligencia emocional. El profesor debe desarrollar su capacidad empática para poder establecer relaciones de confianza y cordialidad. Debe ser receptivo al contacto humano para facilitar una comunicación afectuosa que se afiance en las relaciones positivas entre las personas. El profesorado debe sensibilizarse y formarse en competencias emocionales como paso previo a la educación de la inteligencia emocional.

En España son muy pocos los programas socio-emocionales destinados a fomentar la inteligencia emocional del profesorado (Fernández-Berrocal, Extremera y Palomera, 2008). Esta formación en aspectos socio-emocionales no sólo es escasa y precaria, sino que cuando se produce es excesivamente teórica y poco vivencial y práctica (Fernández-Berrocal y Ruiz Aranda, 2008).

Desde el modelo teórico de Mayer y Salovey, la inteligencia emocional es concebida como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones, de manera que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio que le rodea (Mayer y Salovey, 1993).

La capacidad para identificar, comprender y regular las emociones es fundamental entre el profesorado, ya que estas habilidades van a influir en los procesos de aprendizaje, en la salud física, en la calidad de las relaciones interpersonales y en el rendimiento académico y laboral (Brackett, Alster, Wolfe, Katulak & Fale, 2007; Brackett & Caruso, 2007; Mayer, Roberts & Barsade, 2008).

Así, los docentes con mayor capacidad para identificar, comprender, regular y pensar con las emociones de forma inteligente, tendrán más recursos para conseguir alumnos emocionalmente más preparados y para afrontar mejor los eventos estresantes que surgen con frecuencia en el contexto educativo.

En España, la Fundación Marcelino Botín, a través de la experiencia educativa denominada Educación Responsable, lleva a cabo un proceso de investigación, creación, implementación, apoyo y evaluación. (Fernández-Berrocal, 2008).

En Guipúzcoa se está desarrollando en la actualidad una actuación integral con políticas públicas de promoción de la inteligencia emocional. Se trata de una actuación pionera por su concepción, tratamiento y orientación territorial integrando diferentes ámbitos de intervención y herramientas aplicadas. (Fernández-Berrocal, 2008).

En Cataluña, el GROPE centra sus actividades tanto de investigación como de formación en la educación emocional. Dentro de este grupo de investigación, Soldevila, Filella y Agulló (2007) han diseñado una intervención para la formación del profesorado en educación emocional realizado bajo la modalidad de asesoramiento y del modelo de consulta colaborativa.

Los primeros resultados de estos programas de desarrollo de las capacidades emocionales y sociales de los docentes son alentadores y muestran de forma empírica que es posible el cambio de modelo de una escuela tradicional a una escuela más integradora que aúne lo intelectual y lo emocional como un contexto facilitador del desarrollo global de nuestros alumnos (Fernández-Berrocal, 2008).

5. CONCLUSIONES

La inteligencia emocional es un ámbito de la educación muy importante en la formación de las personas, tanto académica como personal y social. Si somos capaces de desarrollar esta inteligencia emocional en nosotros mismos como en nuestros alumnos, haremos de nosotros personas capaces de afrontar los problemas, las circunstancias, los sentimientos, las emociones, etc. del día a día de una manera óptima, que mejore nuestro bienestar personal y social. Siendo personas más fuertes, con capacidad de reacción ante estímulos tanto positivos como negativos. Así como también nos permite asimilar y comprender a los demás, a integrarnos mejor en sociedad.

Como ya se ha visto, pienso debe estar presente a lo largo de toda la vida, especialmente a lo largo de todo el currículo académico, desde las primeras etapas de escolarización hasta la formación adulta, motivando en todo momento la conciencia emocional de los niños y niñas, a través de las propias experiencias de forma lúdica.

Pero no sólo se debe educar a los niños en la inteligencia emocional. También hay que educar a maestros/as, familiares y demás agentes, ya que ocupan un papel de vital importancia en la educación y en el crecimiento personal de los niños y niñas. Es por ello que deberíamos preocuparnos por la formación que reciben estos agentes, ya que es a través de ellos por quienes aprenden a atender sus sentimientos, a comprender las emociones y a usarlas para poder solucionar problemas que se les presenten, regulando sus estados afectivos. Pero a lo largo de los años, esta formación del profesorado ha sido escasa y, en su defecto, muy teórica y poco vivencial, por lo que los profesionales de la educación no están suficientemente preparados para hacer frente a estas situaciones. Pienso que cuanto mejor formado esté un docente en el conocimiento emocional, más positiva será su repercusión en el aula y en sus alumnos.

En los últimos años se están desarrollando programas educativos que invierten en una escuela integradora, en la que la educación emocional es uno de los principales motores de su intervención y que se centran tanto en la educación del profesorado como en la del alumnado.

Estos programas educativos nos muestran que es alentador continuar en esta dirección: una escuela más integradora que atienda tanto a lo intelectual como a lo emocional, facilitando el desarrollo intelectual, social y emocional de los alumnos.

Pienso que lo ideal sería que todos los jóvenes docentes que empezamos nuestro futuro con ansia de cambio y mejora en el sistema educativo actual, nos preocupáramos por mejorar la calidad educativa de nuestro alumnado, empezando por nosotros mismos, continuando en nuestra formación como docentes y como personas inteligentemente emocionales. Será entonces cuando estemos listos y listas para hacer frente a las diferentes situaciones que se nos presenten en clase y aprovechar cada oportunidad para educar a nuestros alumnos, en el marco de la educación emocional.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.

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

Brackett, M. A., Alster, B., Wolfe, C., Katulak, N. & Fale, E. (2007). "Creating an emotionally intelligent school district: A skill-based approach". En R. Bar-On, J. Jacobus, G. Maree & M. J. Elias (eds.), *Educating people to be emotionally intelligent*. Westport, CT: Praeger, 123-137.

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2001). «La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula» en *Revista de Educación, Ministerio de Educación, Cultura y Deporte*, 332.

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2002). «La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela», en *Revista Iberoamericana de Educación*, 29.

Fernández-Berrocal, P. & Ruiz-Aranda, D. (2008). "La educación de la inteligencia emocional desde el modelo de Mayer y Salovey". En A. Acosta (dir.), *Educación emocional y convivencia en el aula*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.

Fernández-Berrocal, P. (2008). Social and emotional education in Spain. En Clouder, C., Dahlin, B., Diesktra, R., Fernández-Berrocal, P., Heys, B., Lantieri, L., Paschen, H. *Social and emotional education: an international analysis*. Santander: Fundación Botín.

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. & Palomera, R. (2008). "Emotional Intelligence as a crucial mental ability on educational context". En A. Valle & J. C. Nuñez (eds.), *Handbook of Instructional Resources and their applications in the classroom*. New York: Nova, 67-88.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.

López-Cassá, E. (2011). *Educación de las emociones en la infancia (de 0 a 6 años)*. Reflexiones y propuestas prácticas. Madrid: Wolters Kluwer.

Matthews, G., Zeidner, M. & Roberts, R. (2002). *Emotional Intelligence: Science and Myth*. Massachusetts Institute of Technology: The MIT Press.

Mayer, J. D. & Cobb, C. (2000). Emotional Intelligence: When integrating the concept of emotional intelligence into curriculum practice, educators need to understand the models, rely on solid research, and -as always- tread carefully, en *www.unh.edu*.

Mayer, J. D. Y Salovey, P. (1993): «The intelligence of emotional intelligence», en *Intelligence*, 17, pp. 433-442.

Mayer, J. D., DiPaolo, M.T., & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of Personality Assessment*, 54, 772-781.

Pérez-González, J. C., & Pena, M. (2011). «Construyendo la ciencia de la educación emocional». *Padres y Maestros*, 342, 32-35.

Salovey, P., Mayer, J.D. (1990). «Emotional Intelligence», en *www.unh.edu*.

Soldevila, A., Filella-Guiu, G., Ribes, R. & Agulló, M.J. (2007). Una propuesta de contenidos para desarrollar la conciencia y la regulación emocional en la Educación Primaria. En *Cultura y Educación: Revista de teoría, investigación y práctica*, 19, 1, pp. 47-60.