



UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

Propuesta de intervención

Desarrollo de las emociones y la inteligencia emocional a través del cuento en niños de segundo ciclo de Educación Primaria

Intervention proposal:

Development of emotions and emotional intelligence through the tale in children in the second cycle of Primary Education

María del Carmen Sánchez Rojas

Grado en Educación Primaria

Junio 2019

María del Mar Simón Márquez

Abstract



In the present Final Degree Project (FDP) that is exposed below, an intervention proposal is presented to promote an adequate socio-emotional development in children of the second cycle of primary education. The aim is to efficiently develop emotional intelligence, and get children to understand the emotions they feel and establish appropriate relationships in society. Before starting with the intervention proposal I have made a preliminary theoretical study to know all the tools and elements necessary to address the issue. In this, we will investigate about emotions and their components, emotional intelligence with its elements, self-control and empathy, ending with the tale as a didactic tool since the proposal will be based on its use to develop the sessions. These are exposed in the theoretical framework. Subsequently, a series of sessions is proposed that make up the proposal and that is submitted to an investigation to assess if positive results are obtained with its realization within the classroom. The research has been carried out in twenty third-grade children over six weeks and the results have been collected through an *ad hoc* survey and studied through tables and graphs, showing an improvement over the initial level after completion of the sessions.

Resumen

En el presente Trabajo Final de Grado (TFG) que se expone a continuación, se presenta una propuesta de intervención para promover un adecuado desarrollo socioemocional en niños de segundo ciclo de educación primaria. El fin es acrecentar de forma eficiente la inteligencia emocional, y conseguir niños que comprendan las emociones que sienten y que establezcan relaciones adecuadas en sociedad. Antes de comenzar con la propuesta de intervención he realizado un estudio teórico previo para conocer todos las herramientas y los elementos necesarios para abordar el tema. En este, se investigará sobre las emociones y sus componentes, la inteligencia emocional con sus elementos, el autocontrol y la empatía, finalizando con el cuento como herramienta didáctica ya que la propuesta se basará en su uso para desarrollar las sesiones. Estos están expuestos en el marco teórico. Posteriormente, se propone una serie de sesiones que conforman la propuesta y que se somete a una investigación para valorar si se obtienen resultados positivos con su realización dentro del aula. La investigación se ha realizado en veinte niños de tercero de primaria a lo largo de seis semanas y los resultados han sido recogidos a través de una encuesta *ad hoc* y estudiado a través de tablas y gráficas, mostrando una mejoría respecto al nivel inicial tras la realización de las sesiones.

Índice

1.- Introducción	3
1.1.- Las emociones	3
1.1.1.- Definición de emoción	3
1.1.2.- Componentes de las emociones	5
1.1.3.- Las emociones básicas	5
1.2.- Inteligencia emocional	6
1.2.1.- Elementos para desarrollar la inteligencia emocional	7
1.2.1.1.- El autocontrol	8
1.2.1.2.- La empatía	10
1.3.- Los cuentos como herramienta para trabajar las emociones	11
1.4.- Objetivos e hipótesis de la propuesta	13
2.- Propuesta de intervención: El desarrollo socioemocional	13
2.1.- Presentación de la propuesta	13
2.2.- Método	14
2.2.1.- Participantes	14
2.2.2.- Instrumentos	14
2.2.3.- Procedimiento	15
2.3.- Sesiones	12
2.4.- Resultados	21
3.- Conclusiones	29
4.- Referencias bibliográficas	30
5.- Anexos	33
Anexo I	
Anexo II	

1.1.- Las emociones

1.1.1.- Definición de emoción

El estudio sobre las emociones comienza a finales del siglo XX, y a partir de este momento tendrá lugar un apogeo e interés por el tema emocional. Las emociones se refieren a un sentimiento y a los pensamientos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a acción que lo caracterizan. Diversos estudios muestran la diversidad de las emociones, y las variaciones, las mutaciones y los matices entre ellas. (Goleman,1995). A su vez, las emociones también influyen en nuestras respuestas y conductas y que pudiendo llegar a activar redes asociativas en nuestra memoria (Levenson,1999).

Además, una emoción funciona como un proceso en el cual influyen aspectos neurofisiológicos, motor-expresivos y fenomenológicos (Izard,1977). Pasando así de un estudio de las emociones puramente biológico al psicológico y que influyen en nuestro concepto del mundo.

Por otro lado, desde una perspectiva más actual, las emociones se conciben como un sistema de comunicación entre de personas que funcionan a través de señales y procesos. (Del Barrio, 2005). Así mismo, existen diferentes tipos de enfoques y perspectivas para asumir la definición de emoción. Cada teoría, según su foco de estudio le otorga unas cualidades u otras. Del Barrio (2005) divide estos enfoques teóricos en:

- **La concepción evolutiva:** Darwin (1872) como personaje más relevante de este enfoque, propone que las emociones humanas son una continuación de las emociones de los animales, estas buscan asegurar nuestra supervivencia.



- **La posición psicofisiológica:** con James (1890) como máximo exponente, este enfoque propone que cada emoción parte de un cambio fisiológicos, que se produce por ciertos estímulos, es decir, la emoción estaría en el sentimiento de las transformaciones corporales.
- **Neurológica:** en este enfoque las emociones se dan en el sistema límbico, en este aparecerá el estímulo, a continuación, la reacción se formara a lo largo de las áreas corticales y será desde el tálamo donde los impulsos viajarán a través del sistema nervioso hasta llegar a nuestra musculatura y glándulas endocrinas generando una reacción o respuesta.
- **Teoría genética:** en este enfoque todas las emociones se encuentran agitadas de forma innata, y que con el paso del tiempo se irán organizando hasta llegar a como las conocemos durante la madurez. Esto se produce a través del conocimiento que obtenemos del entorno.
- **El conductismo:** Skinner (1970) impulsador del conductismo define la emoción como los estados que sufrimos las personas tras una 'activación' y no una mera respuesta a nuestro entorno.
- **El cognitivismo:** con Lazarus (1982) como personaje relevante de este enfoque, se relaciona la emoción directamente con la cognición, ya que los estados emocionales son respuestas que producimos tras una valoración personal de determinadas situaciones. Pero debemos que tener en cuenta que la cognición se ve afectada por la emoción en un proceso circular y reverberante.

De forma más sintética y recopilatoria la autora y maestra Belén Piñeiro en su guía de *Educación las emociones en la primera infancia* define la emoción como: 'Expresiones psicofisiológicas, biológicas y de estados mentales. Son una reacción involuntaria y por parte de los individuos, a estímulos provocados por personas, animales y cosas' (Piñeiro, 2015, p.39)

1.1.2.-Componentes de las emociones

Como punto común, las emociones están compuestas por un conjunto de estadios psicológicos, que denominamos componentes. Hockenbury y Hockenbury (2007), propone que las emociones se forman a raíz de tres componentes distintos que no se pueden separar, una experiencia subjetiva, una respuesta fisiológica y un comportamiento o respuesta.

- **Componente fisiológico:** Hace referencia a reacciones físicas involuntarias que se reflejan en nuestro cuerpo.
- **Componentes conductuales o respuesta expresiva:** Cuando experimentamos una emoción, ésta puede manifestarse en ejercicios muy enérgicos o impulsivos.
- **Componente cognitivo o experiencia subjetiva:** Es la vivencia subjetiva de la emoción, o lo que comúnmente llamamos sentimientos. Se trata de cómo percibimos la emoción y el impacto que tiene en nosotros. Esta experiencia nos permite poner nombre a lo que sentimos (Hockenbury y Hockenbury, 2007).

1.1.3.- Las emociones básicas

Una vez que tenemos una idea más cercana de lo que son las emociones y sus componentes, tenemos que pararnos a contemplar qué tipos de emociones existen y cómo se desarrollan. Hay muchos autores que abordan el tema emocional y las dividen tan solo en dos emociones básicas, como Sternberg (2001), que propone que las personas solo sentimos dos emociones, el amor y el odio, una emoción positiva y otra negativa, afirmando así que todas las demás son combinaciones entre las mismas.

Más allá del amor o el odio, podemos observar en niños de corta edad reacciones emocionales diferentes. Darwin (1872), en su obra *La expresión de las*

emociones en los animales y en el hombre, ya propone que existe una serie de emociones básicas, innatas y universales, y que algunas se desarrollan antes que otras, y que poco a poco el niño irá implantando nuevas emociones a partir de las que ya conoce, es decir, irá desarrollándose socioemocionalmente a partir de emociones básicas innatas.

Siguiendo el trabajo del psicólogo Paul Ekman (2011), podemos discriminar algunas de las emociones básicas. Su trabajo consiste en una taxonomía facial, que mide la posición de 42 músculos de la cara, se conoce como el Sistema de Codificación de Acción Facial (FACS). A través de este trabajo descubrió que existían seis posturas faciales o expresiones universales, estas son la **alegría**, la **tristeza**, la **sorpresa**, el **miedo**, la **ira** y el **disgusto**. Esto no implica que estas sean las únicas emociones, puesto que este mismo autor reveló que una misma persona es capaz de ejecutar más de 7.000 expresiones y posiciones faciales diferentes, pero que 'son las básicas las que sirven de base para esas más complejas y particulares que componen la experiencia humana'.

1.2.- Inteligencia emocional

Una vez estudiadas las diferentes perspectivas y enfoques tanto de la definición de emoción como de los tipos que hay, podemos pasar a definir un término sin el cual, no tendría sentido realizar un estudio socioemocional o aplicar esta propuesta de unidad didáctica, la **inteligencia emocional**.

La inteligencia emocional se trabaja como una finalidad para que el ser humano sea capaz de resolver problemas en un determinado contexto cultural de forma eficiente (Gardner, 1993) o para resolver nuestros propios problemas emocionales (Valles,2005).

Autores de gran relevancia en el campo explican la inteligencia emocional como un conjunto de capacidades, para asimilar, comprender y regular las

emociones (Mayer et al. 2000, p.109). Por otro lado, Salovey define el término como: 'Subconjunto de la inteligencia social, que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y las emociones propias, así nuestro pensamiento y nuestras acciones.' (Mayer y Salovey, 1997)

Es el individuo el que debe hacer un primer ejercicio para conocer sus emociones y sentimientos, y para favorecer el desarrollo de relaciones interpersonales adecuadas (Goleman, 2000). Por ello, el camino para trabajar la inteligencia emocional es a través de la capacidad de controlar y dominar nuestras emociones para ofrecer una respuesta en armonía. Para ello previamente debemos conocer y aprender a discriminar cada emoción, ya que esta lleva integrada diferentes habilidades, como percibir las emociones personales y la de otras personas, tener dominio de las propias, responder con las emociones adecuadas, participar en relaciones donde tengan lugar la consideración y el respeto (Mehrabian, 1996).

Los diferentes pasos y principios a seguir para desarrollar la inteligencia emocional en los niños se pueden resumir en el autoconocimiento, el autocontrol, la automotivación, la empatía, las habilidades sociales y la asertividad (Gómez et al.,2002).

La inteligencia emocional es un elemento crucial en el desarrollo social de los niños, pues éste determinará su futuro y su éxito. La inteligencia emocional cumple un papel fundamental en la toma de decisiones y en el transcurso de nuestra vida sin darnos cuenta (Arrabal, 2018).

1.2.1.- Elementos para desarrollar la inteligencia emocional

La finalidad de esta propuesta de intervención es desarrollar de forma adecuada y efectiva la inteligencia emocional, para ello debemos afianzar cada uno de estos cuatro dominios que Daniel Goleman fundamenta en su modelo más

actual: **la conciencia de uno mismo, la autogestión, la conciencia social y la gestión de las relaciones** (Goleman, 2016).

En apartados anteriores ya hemos trabajado la conciencia y discriminación de las emociones, a través de su definición y el estudio de las emociones básicas. Una vez interiorizado, comenzaremos a trabajar la autogestión o el **autocontrol** personal y finalizamos con la conciencia y la gestión de las relaciones a través de la **empatía**.

1.2.1.1.- El autocontrol

El autocontrol, es un factor que forma parte de la Inteligencia Emocional. Previamente antes de trabajar el autocontrol de nuestras emociones, debemos conocer y discriminar las emociones, y conocer cómo estas efectúan en nosotros una respuesta (Goleman, 2016). Aprender a regular las emociones, consiste en aceptarlas y dominar la intensidad de estas para controlar nuestra respuesta, no pretende reprimirlas. (Arrabal, 2018).

Diversos modelos de estudios sobre el autocontrol como Goleman (2016), Elías et al. (1997), Goleman, Boyatzis, y McKeen (2002) o Payton et al. (2000) recogen que la autorregulación parte de un control previo de las emociones. Uno de los modelos más actuales para aprender a manejar las emociones es el de Bisquerra (2003) que está basada en cinco estadios progresivos:

- **Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento:** tanto los comportamientos como las emociones se pueden regular a través del razonamiento o la conciencia.
- **Expresión emocional:** es una habilidad que nos capacita para entender que el estado emocional personal que sentimos no siempre va a corresponder con la expresión emocional externa, nuestra o de los demás. Tener en cuenta que la expresión que hacemos de nuestras emociones puede impactar en los demás demuestra un alto nivel madurativo.

- **Capacidad para la regulación emocional:** debemos desarrollar la capacidad de regular nuestras emociones y sentimientos, incluyendo controlar nuestros impulsos a la hora de actuar, tolerar la frustración y mantener bajo control los estados emocionales negativos como el estrés, o la ansiedad entre otros aspectos.
- **Habilidades de afrontamiento:** habilidad para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autorregulación que mejoren la intensidad y la duración de tales estados emocionales.
- **Competencia para autogenerar emociones positivas:** esta supone desarrollar la capacidad de experimentar de forma voluntaria emociones positivas como la alegría o el amor y mantener una actitud positiva ante la vida. Ser capaces de autogestionar nuestro propio bienestar subjetivo para una mejor calidad de vida.

Un modelo más secuencial es el que propone Bonanno (2001), estableciendo que el autocontrol de las emociones es la capacidad de las personas para enfrentarse a las emociones de una forma inteligente. Su modelo trabaja la autorregulación a través de tres categorías que se basan en la regulación personal de cada persona:

- **Regulación de control:** hace referencia a comportamientos automáticos e instrumentales que buscan la regulación inmediata de respuestas emocionales. Dentro de esta categoría encontramos la disociación emocional, la supresión emocional, la expresión emocional y la risa.
- **Regulación anticipatoria:** busca reforzar la capacidad de anticipación de los futuros estados emocionales negativos, con el fin de controlar y manejar situaciones que se puedan presentar. Se utilizan los siguientes mecanismos: expresión emocional, la risa, evitar o buscar personas, sitios o situaciones, adquirir nuevas habilidades, revaloración, escribir o hablar acerca de sucesos angustiosos.



- **Regulación explotaría:** capacidad para desarrollar nuevas habilidades o estrategias para manejar recursos que mantengan nuestra homeostasis emocional. Algunas actividades para trabajar este tipo de regulación puede ser el entretenimiento, actividades, escribir sobre emociones.

Pensando más en el producto final de la autorregulación y concentrándose tan sólo en tres pasos, podemos encontrar el modelo actualizado de Gross (2015), comenzando por la etapa de identificación, en la cual se decide si debemos regular o no la emoción que sentimos, a través de la reflexión, en la que evaluaremos el contexto y la situación. Seguido por una etapa de selección, donde se seleccionará la estrategia a seguir, y finalmente con la etapa de implementación, cuya finalidad es el desarrollo de la estrategia.

1.2.1.2.- La empatía

La empatía se define coloquialmente como 'ponerse en la piel de los demás'. Pero una definición más científica aparecerá por primera vez en el campo de la psicología, por el autor Theodor Lipps en 1903, definiendo la empatía como el conjunto de tres dominios, el de las cosas, el de mí mismo y el de los otros 'yos'. Siendo el primero el conocimiento que tiene como fuente la percepción sensible; el segundo, la percepción interna y el tercero, finalmente, la *empatía*. Tiene además ésta una significación que excede con mucho de los límites del conocimiento. La palabra empatía en el sentido más amplio que la palabra realmente permite; es decir, en el sentido de la objetivación en un objeto distinto de uno mismo, sin tener en cuenta si lo objetivado merece o no el nombre de un sentimiento en sentido estricto y propio (Viqueira, 2007).

Por otro lado, la empatía funciona como una actividad interior influenciada por las vivencias ajenas (Lipps, 1903). Aunque no tiene que ser un producto del todo ajeno al ser para ser completa, ya que a su vez hace alusión a los actos y

experiencias objetivadas que tienen su origen en un determinado sujeto, pero que son factibles de ser experimentadas por una subjetividad distinta al que lo sienta (Stein, 2005).

Además, la empatía también se entiende como una capacidad de conectar con las necesidades de otra persona, y de forma sincera, ayudar y consolar, a pesar de que uno en esa misma situación sintiera diferente. Esta capacidad de conexión no es solo para compartir el sufrimiento de alguien, sino también para sentimientos positivos (Carpena, 2016). Este elemento, además, es un sentido natural, propio también de los animales para protegernos unos a otros, obteniendo así además una serie de ventajas evolutivas (Preston & de Waal, 2002).

La empatía tiene dos aspectos, podemos verla y estudiarla de una forma emocional o cognitiva. Mientras que la primera defiende que uno mismo es capaz de sentir en primera persona las emociones del otro, la segunda implica más imaginar o tratar de averiguar qué es lo que siente el otro (Carpena, 2016).

1.3.- Los cuentos como herramienta para trabajar las emociones

Esta propuesta de investigación se basa en el uso del cuento como herramienta para desarrollar una conducta emocional y afectiva adecuada. Muchos autores recomiendan el cuento como porque entre otras razones los cuentos favorecen la capacidad imaginativa y creativa de los niños (Ceballos, 2016). Sin olvidar, que los cuentos transmiten enseñanzas y valores, que son imprescindibles para interiorizar en los niños valores positivos para el desarrollo de la inteligencia emocional, puesto que en ellos se trabajan muchas emociones o buscan trabajar la capacidad empática de los más pequeños (Salinas, 2011).

Los cuentos permiten a los niños vivenciar experiencias (Ceballos, 2016), por lo que nos permiten crear situaciones idóneas para trabajar los diferentes

aspectos que intervienen en sus desarrollos y guiar un desenlace adecuado a las mismas. Además, los niños tienden a interiorizar a los personajes y mejorar sus dotes de socialización al querer asemejarse a los protagonistas del cuento. (Moreno y Rabazo, 2007).

El lenguaje simbólico, su narración clara y predecible hace que su comprensión por parte de los niños sea más sencilla (Herrera y Arredondo, 2014), por lo que los niños obtendrán resoluciones de forma más sencilla y significativa que con otros métodos. Esta herramienta ya está instaurada como un método común en las escuelas de infantil y primaria por sus numerosos beneficios, que según Herrera y Arredondo son:

- Contención de angustias y conflictos.
- Muestra que la lucha contra las dificultades de la vida es inevitable.
- Diferenciación entre personajes malos y buenos a través de valores positivos y negativos.
- Presentan problemas existenciales y posibles soluciones.
- Facilitan la socialización entre personas, las relaciones y seguridad emocional.
- Se orientan al futuro y llevan al niño a descubrir su identidad.
- Ayudan al niño a encontrar sus propias soluciones.

Todos estos beneficios colaborar para desarrollar nuestra inteligencia emocional a la vez que trabajamos otros aspectos como la creatividad e imaginación, sin obviar la parte de disfrute y el entretenimiento que conllevan los cuentos. Aun así, no podemos caer en el error de pensar que cualquier cuento vale, el proceso de selección debe ser cuidadoso y ajustarse al nivel e intereses de nuestros alumnos como de nuestros objetivos.

1.4.- Objetivos e hipótesis de la propuesta

Con la presente propuesta pretendo investigar sobre el desarrollo e inteligencia emocional, con la finalidad de proponer un método con el cual fomentar una conciencia emocional de forma adecuada en niños dentro del ámbito académico, ya que cuanto antes las desarrollen, antes pueden afianzar sus sentimientos y relaciones con otros niños más sanas, y como muchos autores fundamentan, el control de las emociones y la inteligencia emocional marcará el éxito de cada persona.

Para ello trabajaré los aspectos y elementos necesarios para su desarrollo, los cuales he expuesto en el marco teórico: discriminación de las emociones, autocontrol emocional y la empatía.

La hipótesis de mi investigación se basa en que, trabajando los diferentes elementos que conforman la inteligencia emocional a través del cuento, los niños que se encuentren en un intervalo de edad comprendido entre ocho y nueve años la desarrollarán de una forma más eficiente y eficaz. Por lo tanto, propongo una intervención que se realizará semanalmente durante seis semanas, destinando para estas actividades un módulo de 45 minutos, utilizando como herramienta fundamental el cuento.

2.- Propuesta de intervención: El desarrollo socioemocional

2.1.- Presentación de la propuesta

La propuesta de intervención se basa en la realización de seis sesiones, que trabajan los elementos propios de la inteligencia emocional con el fin de desarrollar la misma. Se agrupan en tres bloques: Las emociones, el autocontrol y la empatía. Cada bloque parte de un cuento para trabajar cada elemento que conforma la inteligencia emocional, por sus numerosos beneficios.

Para valorar si la propuesta de intervención es adecuada para desarrollar el nivel socioemocional y cumple la hipótesis, previamente antes de comenzar se pasará un cuestionario *ad hoc* con 18 preguntas para determinar el nivel previo de desarrollo socioemocional que tiene el niño antes de comenzar. Seguidamente, una vez evaluada la encuesta, realizaremos las sesiones y trabajaremos los diferentes elementos, para finalmente volver a pasar el cuestionario inicial y estudiar los resultados finales. Sí en el cuestionario final se obtienen mejores resultados, es que los niños han respondido positivamente a la propuesta y su nivel socioemocional habrá aumentado, si por el contrario obtenemos los mismos resultados o peores, se deberá adaptar y reformular la propuesta.

2.2.- Método

2.2.1.- Participantes

La propuesta se desarrolla en un centro educativo del municipio almeriense de Cortijos de Marín. Se ha realizado en un total de 20 niños con un rango de edad comprendido entre 8 y 9 años, siendo todos nacidos en 2010. La edad media entre todos es de 8,6 años. Del total de participantes el 35% son niñas y un 65% niños. Para realizar la propuesta se ha pedido en consentimiento paterno de todos los participantes.

2.2.2.- Instrumentos

Los instrumentos usados para realizar la propuesta han consistido en un cuestionario *Ad hoc* está compuesto por 18 preguntas que se responden con sí o

no. Las 18 preguntas se dividen en 3 bloques de 6 preguntas cada uno. Los bloques son: Las emociones, el autocontrol y la empatía. Cada bloque comienza con preguntas sobre el conocimiento del concepto y acaba con preguntas que plantean una situación y preguntan sobre la actuación del niño para determinar su conducta.

Las tablas y gráficas han sido utilizadas para recopilar la información y darle forma para poder estudiar e investigar los resultados obtenidos. Estas se han realizado a través del programa informático *Excel*.

2.2.3.- Procedimiento

El procedimiento para llevar a cabo esta investigación ha consistido en pasar un cuestionario *Ad hoc* inicial para determinar el nivel previo, realizar la intervención organizada en seis sesiones y volver a pasar la encuesta para evaluar a través de gráficas y tablas la evolución y resultados de la propuesta.

2.3.- Sesiones

La propuesta está compuesta por seis sesiones de 45 minutos que se realizarán de forma semanal a lo largo de seis semanas. Estas sesiones se organizan en tres bloques: Las emociones, el autocontrol y la empatía. Cada bloque trabaja en la primera sesión un cuento que trata y trabaja el tema, y en la sesión consecutiva se destinan a actividades grupales o individuales que de forma práctica busca desarrollar e interiorizar el concepto. Los objetivos concretos de las sesiones, las competencias clave que abarca y los contenidos que se trabajan se exponen a continuación:

Objetivos

1. Conocer las emociones básicas y diferenciar las emociones entre sí.
2. Conocer el vocabulario relativo a las distintas emociones básicas.
3. Reproducir una emoción básica a través de la expresión facial.
4. Interiorizar el concepto de autocontrol.
5. Adquirir herramientas acerca del manejo y el control emocional.
6. Aprender a gestionar de manera óptima las emociones negativas.
7. Desarrollar una mayor tolerancia a la frustración.
8. Interiorizar el concepto de la empatía.
9. Potenciar las habilidades sociales y de relación.
10. Desarrollar la conciencia emocional.
11. Aprender a afrontar situaciones problemáticas que surjan en la vida a través de la identificación con los personajes de la historia.
12. Fomentar el interés por la lectura.
13. Trabajar la expresión oral y escrita.
14. Trabajar la expresión plástica.

Contenidos

1. Percepción y discriminación de las emociones básicas.
2. Incorporación del vocabulario de las emociones básicas al léxico apropiado.
3. Expresión facial de las emociones.
4. Percepción del concepto de autocontrol.
5. Estrategias para gestionar las emociones.
6. Conocimiento para manejar emociones negativas.
7. Desarrollo de una mayor tolerancia a la frustración.
8. Percepción del concepto de la empatía.
9. Desarrollo de habilidades sociales y de relación.
10. Desarrollar la conciencia emocional.
11. Conocimiento de diferentes cuentos y de sus enseñanzas a través de un ejercicio empático con sus personajes.

12. Fomento del interés por la lectura a través de cuentos.
13. Uso de la expresión oral y escrita como vía para expresar sentimientos.
14. Uso de materiales plásticos que nos ayuden a trabajar la competencia artística y la creatividad.

Competencias

- **Competencia en comunicación lingüística.** Esta competencia se encuentra en la propuesta ya que se basa en el uso de cuentos para desarrollar las diferentes sesiones y en actividades que requieren de las habilidades comunicativas, tanto en expresión oral como escrita.
- **Aprender a aprender.** La propuesta busca desarrollar el nivel socioemocional y la inteligencia emocional, para ello es necesario que el niño haga un ejercicio de autoconocimiento de sus emociones y que sea capaz de utilizar estrategias para aprender e interiorizar diferentes estructuras para desarrollar y expresar sus emociones.
- **Competencias sociales y cívicas.** Como buscamos facilitar las relaciones emocionales en niños que viven en sociedad, es imprescindible desarrollar esta competencia para que los niños aprenden a comunicarse de una manera constructiva en distintos entornos y mostrar tolerancia.

Sesiones

1º bloque: Las emociones

Tabla 1. Sesión 1

1º Sesión:	¿Qué son las emociones?
Temporalización	45 minutos.
Espacios	El aula habitual.
Recursos	‘El monstruo de los colores’ de Anna Llenas (ver anexo II.a figura 1), y dibujos para escenificar el cuento (ver anexo II.a

	figura 2). Ficha de frascos (ver anexo II.a figura 3).
Objetivos	1, 2, 3, 5, 11, 12, 13 y 14
Competencias	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia lingüística. - Aprender a aprender. - Competencias sociales y cívicas.
Contenidos	1, 2, 3, 5, 11, 12, 13 y 14.
Actividades	<p>Actividad 1. Realizar la actividad de relajación a través de música relajante y controlando la respiración (10 minutos).</p> <p>Actividad 2. Acabada la relajación y más calmados realizaremos una lluvia de ideas guiada. Partimos de las preguntas: '¿Qué creéis que son las emociones?,' ¿Hay emociones negativas y positivas?. Comentamos todas las</p>

Tabla 1. Sesión 1 (continuación)

Actividades	<p>respuestas y añadimos las que no hayan aparecido (10 minutos).</p> <p>Actividad 3. Leemos el libro 'El monstruo de los colores' de Anna Llenas a través de flashcard de los monstruos que iremos uniendo junto a su emoción en una cartulina previamente preparada (10 minutos).</p> <p>Actividad 4. Realizar la ficha 'Rellenar los frascos' de forma individual para comprender qué situaciones o acciones suceden cuando sentimos determinadas emociones (15 min).</p>
C. de evaluación	Observación directa y diario de campo.

Tabla 2. Sesión 2

2º sesión	Los frascos de las emociones.
Temporalización	45 minutos.
Espacios	Aula habitual.
Recursos	<p>Repaso del libro 'El monstruo de los colores' de Anna Llenas, y dibujos para escenificar el cuento (elaboración propia).</p> <p>Para la elaboración de los frascos, frascos de plástico transparente, pintura acrílica (rosa, azul, verde, negro, amarillo y rojo), purpurina, algodón y agua (ver anexo II.b figura 1)</p>
Objetivos	1, 2, 3, 5, 10 y 14.
Competencias	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia lingüística. - Aprender a aprender. - Competencias cívicas y sociales.
Contenidos	1, 2, 3, 5, 10 y 14.
Actividades	<p>Actividad 1. Realizar la actividad de relajación a través de música relajante y controlando la respiración (10 minutos).</p> <p>Actividad 2. Breve repaso de forma colectiva de las emociones básicas y según el libro 'El monstruo de los colores' de Anna Llenas que emoción y reacción va ligado a</p>

	<p>un color (5 minutos).</p> <p>Actividad 3. Realizar por grupos de cuatro un frasco de cada emoción (20 minutos).</p> <p>Actividad 4. Explicación por grupos de una situación en la que sientan la emoción que han trabajado en sus frascos al resto de compañeros (10 minutos).</p>
C. de evaluación	Observación directa y diario de campo.

2º bloque: El autocontrol

Tabla 3. Sesión 3

3º Sesión:	La tortuguita.
Temporalización	45 minutos.
Espacios	El aula habitual.
Recursos	Libro 'La tortuga. Cuento para trabajar el autocontrol.' de María José Durón (ver anexo II.c figura 1). Buzón del autocontrol (ver anexo II.c figura 2) y pizarra.
Objetivos	4, 5, 6, 9, 10, 11, 12 y 13.
Competencias	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia lingüística. - Aprender a aprender. - Competencia social y cívica.
Contenidos	4, 5, 6, 9, 10, 11, 12 y 13.
Actividades	<p>Actividad 1. Realizar la actividad de relajación a través de música relajante y controlando la respiración (10 minutos).</p> <p>Actividad 2. Acabada la relajación y más calmados realizaremos una lluvia de ideas guiada. Partimos de las preguntas: '¿Qué creéis que es el autocontrol?', '¿Cómo podemos controlar nuestras emociones?'. Comentamos todas las respuestas y añadimos las que no hayan aparecido (10 minutos).</p> <p>Actividad 3. Leeremos el cuento de 'La tortuga. Cuento para trabajar el autocontrol.' de María José Durón (10 minutos).</p> <p>Actividad 4. Elaboración de una pequeña carta en la que los niños relatan los momentos que han necesitado tener autocontrol o en el momento que no han sido capaces de autocontrolarse y lo echan al buzón.</p>
C. de evaluación	Observación directa y diario de campo.

Tabla 4. Sesión 4

4º Sesión:	La tortuguita del autocontrol.
Temporalización	45 minutos.
Espacios	El aula habitual.
Recursos	Cuento 'La tortuga. Cuento para trabajar el autocontrol.' de María José Durón. Materiales necesarios para elaborar la manualidad de la actividad principal (ver anexo II.d figura 1): Bol de plástico, papel pinocho de color verde oscuro, cartulina con la plantilla de una tortuga impresa, cola, tijeras, purpurina, pincel y lápices o colores. Todos los materiales han sido proporcionados por el centro.
Objetivos	4, 5, 6, 7, 9, 10, 13 y 14.
Competencias	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia lingüística. - Aprender a aprender. - Competencia social y cívica.
Contenidos	4, 5, 6, 7, 9, 10, 13 y 14.

Tabla 4. Sesión 4 (continuación)

Actividades	<p>Actividad 1. Realizar la actividad de relajación a través de música relajante y controlando la respiración (10 minutos).</p> <p>Actividad 2. Breve repaso de forma colectiva sobre el autocontrol según el libro 'La tortuga. Cuento para trabajar el autocontrol.' de María José Durón y algunos ejemplos que ellos escribieron y echaron al buzón (5 minutos).</p> <p>Actividad 3. Elaboración individual de la manualidad: la tortuguita del autocontrol (25 minutos). La manualidad consiste en:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Forrar el bol de papel pinocho verde hecho previamente trocitos, ayudándose de cola y pincel que nos ha proporcionado el centro. - Con tijeras, recortar la silueta de la tortuga de la cartulina. <p>Pegar el bol, que forma el caparazón a la cartulina. Escribir en una nota adhesiva el nombre del alumno que ha elaborado la tortuga y en otro que está controlando sus emociones. En la parte inferior de la tortuga escribiremos: 'Necesito controlarme, escribiré por qué y lo echaré al buzón del autocontrol'. (ver anexo II.d figura2). Con el fin de que le ayude a controlarse.</p>
c. de evaluación	Observación directa y diario de campo.

3º bloque: La empatía

Tabla 5. Sesión 5

5º Sesión:	Las gafas de Nuna.
------------	--------------------

Temporalización	45 minutos.
Espacios	El aula habitual.
Recursos	Libro 'Nuna sabe leer la mente' de Orit Gidali (ver anexo II.e figura 1) y pizarra.
Objetivos	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,12 y 13.
Competencias	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia lingüística. - Aprender a aprender. - Competencia social y cívica.
Contenidos	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,12 y 13.

Tabla 5. Sesión 5(continuación)

Actividades	<p>Actividad 1. Realizar la actividad de relajación a través de música relajante y controlando la respiración (10 minutos).</p> <p>Actividad 2. Acabada la relajación y más calmados realizaremos una lluvia de ideas guiada. Partimos de las preguntas: '¿Qué creéis que es la empatía?,' '¿Cuándo sentimos empatía?'. Comentamos todas las respuestas y añadimos las que no hayan aparecido (10 minutos).</p> <p>Actividad 3. Leer el libro 'Nuna sabe leer la mente' de Orit Gidali (15 minutos).</p> <p>Actividad 4. Comentar en cuento Nuna sabe leer la mente' y contrastarlo con las ideas iniciales durante la lluvia de ideas.</p>
C. de evaluación	Observación directa y cuaderno de campo diario.

Tabla 6. Sesión 6

6º Sesión:	Fabricantes de gafas para leer la mente.
Temporalización	45 minutos.
Espacios	El aula habitual.
Recursos	Libro 'Nuna sabe leer la mente' de Orit Gidali, dibujo en fotocopia de unas gafas, cartulinas de color rosa, colores y tijeras (ver anexo II.f figura 1)
Objetivos	4, 5, 6, 7, 9, 10 y 14.
Competencias	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia lingüística. - Aprender a aprender. - Competencia social y cívica.
Contenidos	4, 5, 6, 7, 9, 10 y 14.

Actividades	<p>Actividad 1. Realizar la actividad de relajación a través de música relajante y controlando la respiración (10 minutos).</p> <p>Actividad 2. Repaso de forma oral de la obra 'Nuna sabe leer la mente' de Orit Gidali (5 minutos).</p> <p>Actividad 3. Elaboración individual de la manualidad: Las gafas para leer la mente (15 minutos):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Colorear de color rosa el dibujo de las gafas como las que aparecen en el cuento. - Recortar el dibujo y pegarlo en una cartulina rosa y volver a recortarlo. <p>Actividad 4. Jugar al juego 'Gafas para leer la mente'. Agrupar los alumnos en dos filas mirándose los unos a los otros. Todos los niños se ponen 'las gafas para leer la mente' que han elaborado previamente. Con las gafas, tendrán que hacer un comentario positivo de cada uno de sus compañeros de la otra fila y después de la suya propia (15 minutos).</p>
C. de evaluación	Observación directa y diario de campo.

2.4.- Resultados

Los resultados se han recogido a través de la realización de una encuesta *ad hoc*, una previa y otra posterior para conseguir los datos previos antes de la realización de la propuesta y de los finales para ver cómo han cambiado sus respuestas, su forma de pensar y actuar. Los datos han sido recopilados y estudiados a través de tablas y gráficas que nos muestran la evolución tras la realización de la propuesta. Estos se contrastarán con las respuestas de la encuesta por bloques que reflejan un nivel alto del 100%. Se muestran a continuación en la tabla

Tabla 7. Respuestas encuestas.

RESPUESTAS ENCUESTA POR BLOQUES					
EMOCIONES		AUTOCONTROL		EMPATÍA	
1	SÍ	1	SÍ	1	SÍ
2	SÍ	2	SÍ	2	NO
3	SÍ	3	SÍ	3	NO
4	SÍ	4	NO	4	SÍ
5	SÍ	5	NO	5	SÍ
6	NO	6	NO	6	SÍ

El intervalo para determinar el nivel socioemocional según el número de respuestas correctas sobre el total (18) es:

Tabla 8. Intervalo de nivel socioemocional

INTERVALO DE NIVEL SOCIOEMOCIONAL		
BAJO	MEDIO	ALTO
0 - 7	8 - 15	16 - 18

Aquí podemos observar que, si el número de respuestas sobre 18 es igual o inferior a 7, corresponde a un nivel de desarrollo socioemocional bajo, puesto que no puede superar con éxito las diferentes situaciones que implican un desarrollo más avanzado. El nivel socioemocional medio de un niño de 8 años se encuentra en un intervalo de respuestas correctas entre 8 y 15. Mientras que un nivel socioemocional alto para la edad de los niños sería entre 16 y 18 respuestas correctas, pues tiene el nivel suficiente para afrontar todas las situaciones que se plantean en el cuestionario. En los resultados, se marcarán de color rojo si se encuentra dentro del intervalo de nivel socioemocional bajo, de naranja los que se encuentran en un nivel medio y de verde el número de respuestas correctas que estén dentro del intervalo alto. Los resultados individuales de las niñas son los siguientes:

Tabla 9. Resultados niñas

RESULTADOS NIÑAS			
	INICIAL		POSTERIOR
1	5	1	9
2	4	2	10
3	12	3	16
4	15	4	18
5	14	5	17
6	16	6	18
7	12	7	17
M	11,14	M	15
%	61,8%	%	83,3%

Los resultados individuales obtenidos por las niñas, que conforman el 35% de la muestra, nos indica que la media de respuestas correctas en la encuesta

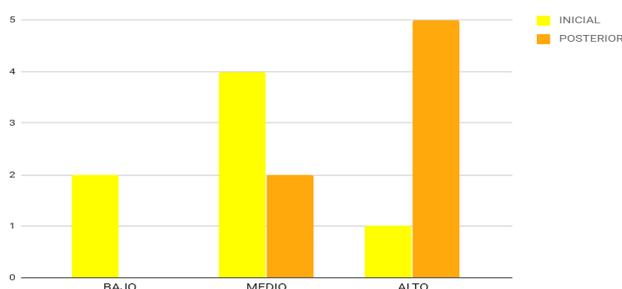
inicial es de 11,14 respuestas correctas, lo que corresponde con un nivel socioemocional de un 61,8%. En la encuesta posterior, la media es de 15 respuestas correctas, lo que refleja un desarrollo socioemocional de un 83,3% sobre el total. Además, observamos una mejora de forma individual, acertando de media 3,86 preguntas más en la encuesta posterior respecto a la inicial tras la realización de las sesiones. Los resultados colectivos de las niñas según el nivel:

Tabla 10. Resultados colectivos niñas

BAJO		MEDIO		ALTO	
INICIAL	POSTERIOR	INICIAL	POSTERIOR	INICIAL	POSTERIOR
2	0	4	2	1	5

Esta nos muestra el total de niñas que se encuentran representadas en cada uno de los niveles en ambas encuestas, la inicial y la posterior respectivamente. Podemos observar como en la encuesta inicial la mayoría está incluida en el intervalo de nivel medio mientras que 2 de las 7 participantes tienen un nivel socioemocional bajo, ya que se encuentran en el intervalo de respuestas correctas entre 0 y 7 y tan solo una tiene un nivel socioemocional alto antes de comenzar con la propuesta. Tras realizar la propuesta la mayoría ha pasado a tener un nivel alto (5 de 7) y tan solo dos mantienen un nivel de desarrollo socioemocional medio, con una media de 15, muy cerca del intervalo de nivel alto. Los resultados totales de las niñas reflejados en la siguiente gráfica:

Gráfica 1. Resultados totales niñas



Observamos el aumento al nivel socioemocional alto y el abandono del bajo y descenso en el medio. Concretamente corresponde a un aumento del 21,53% en

desarrollo socioemocional. Los resultados individuales de los niños son los siguientes:

Tabla 11. Resultados niños

RESULTADOS NIÑOS			
	INICIAL		POSTERIOR
1	4	1	7
2	12	2	16
3	14	3	16
4	9	4	12
5	15	5	16
6	7	6	10
7	10	7	14
8	13	8	15
9	17	9	17
10	7	10	13
11	6	11	15
12	16	12	18
13	10	13	15
M	10,77	M	14,15
%	59'83%	%	78'61%

Los resultados individuales obtenidos por los niños, que conforman el 65% de la muestra, nos indica que la media de respuestas correctas en la encuesta inicial es de 10,77 respuestas correctas, lo que corresponde con un nivel socioemocional de un 59,83%. En la encuesta posterior, la media es de 14,15 respuestas correctas, que refleja un desarrollo socioemocional de un 78,61% sobre el total. Además, observamos una mejora de forma individual, acertando de media 3,38 preguntas más en la encuesta posterior respecto a la inicial tras la realización de las sesiones. Los resultados colectivos de los niños según el nivel:

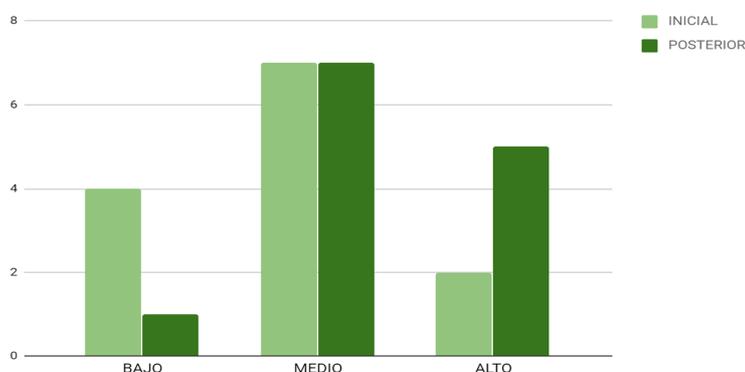
Tabla 12. Resultados colectivos niños

BAJO		MEDIO		ALTO	
INICIAL	POSTERIOR	INICIAL	POSTERIOR	INICIAL	POSTERIOR
4	1	7	7	2	5

Esta nos muestra el total de niñas que se encuentran representadas en cada uno de los niveles en ambas encuestas, la inicial y la posterior respectivamente. Podemos observar como en la encuesta inicial la mayoría está

incluida en el intervalo de nivel medio mientras que 4 de los 13 participantes tienen un nivel socioemocional bajo, ya que se encuentran en el intervalo de respuestas correctas entre 0 y 7 y tan solo 2 tiene un nivel socioemocional alto antes de comenzar con la propuesta. Tras realizar la propuesta el número de alumnos que se encontraban en un nivel de desarrollo socioemocional medio se ha mantenido, pero ha disminuido considerablemente el número de niños que tenían un nivel bajo, siendo solo 1 de 13, y ha aumentado de 2 participantes a 5 el número de niños que han aumentado su nivel y ahora se encuentran en un intervalo alto. Los resultados totales de los niños reflejados en gráfica:

Gráfica 2. Resultados totales niños



Observamos la disminución del nivel bajo en la encuesta posterior, que el nivel medio se ha mantenido y el aumento al nivel socioemocional alto. Se podría decir que ha habido un movimiento, los niños que tenían un nivel socioemocional bajo, han pasado al medio, y los que estaban en el medio, han pasado al alto. Esto supone un progreso del 21,53% en el desarrollo socioemocional.



La media de respuestas correctas en la encuesta inicial de las niñas es de 11,14 mientras que el de los niños es de 10,77, siendo el de las niñas superior de partida. De igual modo la encuesta posterior de las niñas también refleja una media superior de respuestas correctas respecto al de los niños con una media de 15 y 14,15 respectivamente. Por lo tanto, el desarrollo socioemocional ha sido superior en las niñas que conforman la muestra de esta investigación. Los resultados individuales de niños y niñas son los siguientes:

Tabla 13. Resultados niños

RESULTADOS TOTAL			
INICIAL		POSTERIOR	
1	4	1	7
2	12	2	16
3	14	3	16
4	9	4	12
5	15	5	16
6	7	6	10
7	10	7	14
8	13	8	15
9	17	9	17
10	7	10	13
11	6	11	15
12	16	12	18
13	10	13	15
14	5	14	9
15	4	15	10
16	12	16	16
17	15	17	18



18	14	18	17
19	16	19	18
20	12	20	17
M	10,95	M	14,58
%	60'83%	%	81%

Los resultados individuales obtenidos por los niños y niñas, que conforman el 100% de la muestra, nos indica que la media de respuestas correctas en la encuesta inicial es de 10,95 respuestas correctas, lo que corresponde con un nivel socioemocional de un 60,83%. En la encuesta posterior, la media es de 14,58 respuestas correctas, que refleja un desarrollo socioemocional de un 81% sobre el total. Además, observamos una mejora de forma individual, acertando de media 3,62 preguntas más en la encuesta posterior respecto a la inicial tras la realización de las sesiones.

Los resultados colectivos de los niños y niñas según el nivel:

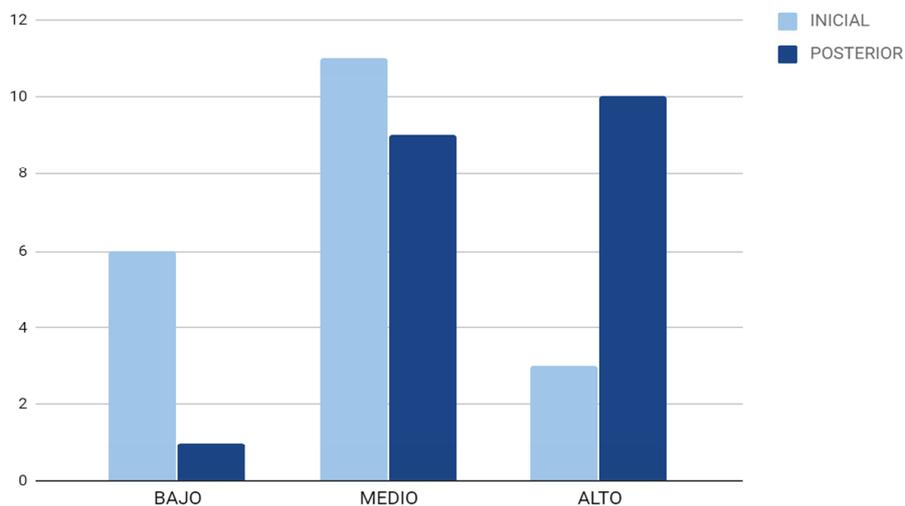
Tabla 14. Resultados colectivos totales

BAJO		MEDIO		ALTO	
INICIAL	POSTERIOR	INICIAL	POSTERIOR	INICIAL	POSTERIOR
5	1	11	9	3	10

Esta nos muestra el total de niños y niñas que se encuentran representados en cada uno de los niveles en ambas encuestas, la inicial y la posterior respectivamente. Podemos observar como en el intervalo de nivel socioemocional bajo de los 5 participantes que había inicialmente, pasan a ser tan solo 1. El número de participantes que se encuentran dentro del intervalo de nivel medio no varía excesivamente, tan solo encontramos el aumento de 2 alumnos. En el nivel alto si obtenemos un aumento bastante significativo, de los 3 que partían con un

nivel socioemocional alto, aumentan a 10 en la encuesta final. Los resultados totales de los niños y niñas reflejados en gráfica:

Gráfica 3. Resultados totales niños y niñas



En general observamos la disminución del nivel bajo tras la realización de las sesiones, un aumento de niños y niñas que tienen un nivel medio, que vienen del nivel bajo y un gran aumento entre los niños y niñas que tenían un nivel alto de partida y tras llevar a cabo la propuesta. Esto supone un progreso del 20,17 % en el desarrollo socioemocional de niños y niñas tras trabajar la inteligencia emocional con esta propuesta.

3.- Conclusiones

La inteligencia emocional es una capacidad que ofrece a las personas las herramientas necesarias para resolver problemas diarios en los que intervienen las emociones. Esta influye en el proceso de toma de decisiones y en nuestros comportamientos, por lo que es importante desarrollarla cuanto antes. Un buen momento para comenzar sería a lo largo de la Educación Infantil y Primaria, ya que la escuela provoca por si sola que surjan diferentes situaciones ideales para



trabajar la inteligencia emocional y sus elementos. Esto se debe a que es en la escuela es el primer núcleo socializador de los alumnos.

Hasta ahora, en la educación primaria no se ha destinado ningún módulo horario oficial para trabajar las emociones, el autocontrol o la empatía, se da por interiorizada ya o se limita a ser trabajada a raíz de pequeños conflictos. Aunque no podemos dejar a un lado los contenidos establecidos que corresponden a cada área, debemos considerar también la educación emocional como un contenido imprescindible, puesto que debemos educar niños con conciencia emocional.

No podemos esperar a que surja el conflicto para trabajar el tema, sino aprovechar el resto de las áreas curriculares para generar situaciones en las que trabajarlo. Por ello, podemos aprovechar una herramienta muy recurrida a lo largo de la educación primaria, los cuentos. Nos ofrecen la oportunidad de adentrarnos en historias y mundos increíbles además de conocer a llamativos personajes con los que los niños se pueden identificar emocionalmente. Así, podemos trabajar las emociones y establecer relaciones empáticas con los personajes que después se aplican en la vida cotidiana.

Mi objetivo principal es elaborar una propuesta de actuación en el aula basada en el uso del cuento que trabaje los elementos que conforman la Inteligencia Emocional y reforzarlo con actividades manipulativas y juegos que permitan a los niños desarrollarse emocionalmente. Es tremendamente satisfactorio observar como la propuesta ha ido dando sus frutos; desde la primera sesión, los niños han entrado en contacto con sus emociones, han aprendido a controlarlas y a entender las de los demás. Sin olvidar, el interés por la lectura que ha despertado en los alumnos trabajar con cuentos tan animados y divertidos como los seleccionados para las sesiones.



Aunque esta propuesta ha funcionado satisfactoriamente para este grupo clase, como futuros docentes no podemos aceptar que vaya a dar los mismos resultados con otro grupo; siempre debemos someterlas a una investigación previa.

4.- Referencias Bibliográficas

- Arrabal, M. (2018). *Claves esenciales de la I.E Inteligencia emocional*. España: ELEARNING S.L.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2002). Educación emocional: *El desarrollo de competencias emocionales en la ESO*. Investigación para el concurso de catedrático de universidad. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21, 23-24.
- Bonanno, G.A. (2001). *Emotions self-regulation*. New york: The Guilford press.
- Brown, R.I.F. (1991). *Gaming, gambling and other addictive play*. Amsterdam: Swets and Zillinger.
- Carpena, A. (2016). *La empatía es posible*. Bilbao: DESCLÉE.
- Ceballos, I. (2016). *Iniciación Literaria en Educación Infantil*. Logroño: UNIR Editorial.
- Chóliz, M. (1995). La expresión de las emociones en la obra de Darwin. En F. Tortosa, C. Civera y C. Calatayud (Comps). *Prácticas de Historia de la Psicología*. Valencia: Promolibro.
- Darwin, C. (1872). *The expression of emotions in men and animals*.
- Del Barrio, M.V. (2005). *Emociones infantiles*. Madrid: Ediciones Pirámide (Anaya).
- Durón, M.J. (2018). *La tortuga. Cuento para trabajar el autocontrol*. España: Minders.
- Ekman, P., Friesen, W.V., y Ellsworth, P. (1982). Research Foundations. En P. Ekman (Ed.). *Emotion in Human Face*. Nueva York: Cambridge University Press.
- Ekman, P., y Cordaro, D. (2011). What is meant by calling emotions basic. *Emotion Review*,3, 364-370.
- Gardner, H.(1993). *Multiples Intelligences*. New York: BasicBooks, traducción española en Ed. Paidós.



- Gidali, O. (2016). *Nuna sabe leer la mente*. Israel: Birabiro.
- Goleman, D. (1995). *Why it can matter more than IQ. Emotional Intelligence*. Nueva York: Bantam Books. (Versión castellana: *Inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós, 1996;150 edición 1997).
- Goleman, D. (1999a). *La Inteligencia emocional en la empresa*. Barcelona: Vergara.
- Goleman, D. (1999b). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D., Boyatzis, R., y McKee, A. (2016). *Las cuatro dimensiones de la inteligencia emocional*. Debolsillo.
- Gómez, M.J. (2002). *Educació emocional i llenguatge en el marc de l'escola*. Barcelona: Rosa Sensat.
- Gross, J. (2015). Regulación de la emoción y psicopatología. *AR*, 11(1), 379-405.
- Herrera, C., y Arredondo, V. (2014). El lenguaje simbólico de los cuentos de hadas. *Uaricha*, 11(26), 63-71.
- Hockenbury, T. (2007). Soledad y déficit de habilidades sociales. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 42(4), 682-689.
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. New York: Holt.
- Lazarus, R.S. (1982). Thoughts on the relations between emotion and cognition. *American Psychologist*, 1(37), 1019-1024.
- Levenson, R. (1999). The intrapersonal Function of Emotion. *Cognition and Emotion*, 13(5), 481-504.
- Lipps, T. (1903). Einföhlung, innere Nachahmung und Organempfindung. *Archiv Für Die Gesamte Psychologie*, 1(1), 465-519.
- Llenas, A. (2012). *El monstruo de colores*. Barcelona: Editorial flamboyant.
- Mayer, J.D., Caruso, D., y Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267-298. doi: 10.1016/S0160-2896(99)00016-1
- Mayer, J.D., y Salovey, P. (1997). *What is Emotional Intelligence?* Nueva York: Basic Books.
- Mehrabian, A. (1996). *Manual for the balanced Emotional Empathy Scale (BEES)*, *Alta mesa*. Monterrey, CA: Mehrabian.
- Moreno, J.M., y Rabazo, M.J. (2007). Teoría de la mente: la construcción de la mente mediante los cuentos de hadas. *Revista Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(1), 179-201.



- Piñeiro, B. (2015). *Educación de las emociones en la primera infancia*. Madrid: Maestra de corazón.
- Salinas, E. (2011). El cuento infantil y el sistema de valores. *Revista Entorno*, 35(12), 18-22.
- Salovey, P., y Mayer, J.D (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., y Sluyter, D.J. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence. Educational Implications*. Nueva York: Basic Books.
- Sánchez, A. y Sánchez, L. (2012). Aprendizaje de lo inesperado. *En Antiprograma de educación emocional* (pp. 29-31). Madrid: Wolters Kluwer, S.A.
- Skinner, B.F. (1970). Etimología de enseñanza. *En Tecnología de la enseñanza*, (pp. 17-23). Barcelona: Labor.
- Stein, D. (2005). Empathy: At the heart of the mind. *CNS Spectrums*, 10(10), 780-783.
- Sternberg, R.J. (2001). *Handbook of Intelligence*. Nueva York. Cambridge University Press.
- Vallés, A. (2005). *El desarrollo de la inteligencia emocional*. Madrid: EOS
- Vallés, A., y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional*. Madrid: EOS

5.- Anexos



Anexo I

Figura 1. Encuesta nivel socioemocional (elaboración propia)

Encuesta: Nivel Socioemocional



Chico Chica

Las emociones

1. ¿Sabes qué es una emoción?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
2. ¿Hay emociones positivas?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
3. ¿Hay emociones negativas?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
4. Aunque te de vergüenza, ¿lloras delante de otras personas?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
5. ¿Podemos reírnos aunque no estemos alegres?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
6. ¿Lloramos sólo cuando estamos tristes?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>

El autocontrol

1. ¿Sabes lo que es el autocontrol?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
2. ¿Podemos aprender a controlar nuestras emociones?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
3. ¿Los adultos son capaces de controlar mejor sus emociones?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
4. Si el maestro te regaña por algo que no has hecho, ¿le respondes de malas formas?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
5. Si estás en la sala del médico esperando para entrar, y ves a un amigo que hace mucho tiempo que no ves, ¿corres emocionado a abrazarlo y a hablar con él?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
6. ¿Alguna vez has llorado delante de tus compañeros?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>

Figura 1. Encuesta nivel socioemocional (continuación)

La empatía

1. ¿Sabes lo que es la empatía?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
2. ¿Es algo negativo?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
3. ¿Te molesta que le regalen a tu amigo el juego que tu querías?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
4. ¿Te alegras de que a un niño de tu clase consiga una bici nueva en un concurso?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
5. Si a tu amigo se le cae su bocadillo en el recreo, ¿compartes el tuyo?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
6. Si en un examen muy complicado, tú apruebas y tu amigo no, ¿te sientes triste por él?	Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>



Elaboración propia: Mari Carmen Sánchez Rojas. Desarrollo socioemocional: Propuesta de intervención para trabajar las emociones en el segundo ciclo de Educación Primaria. 2019.

Anexo II

Anexo II.a

Figura 1. Cuento 'El monstruo de colores' de Anna Llenas.



Figura 2. Dibujos para escenificar el cuento (elaboración propia)



Figura 3. Ficha 'Rellenar los frascos' (elaboración propia)

Anexo II.b

Figura 1. Manualidad: Frascos de colores



Anexo II.c

Figura 1. Portada del cuento 'La tortuga. Cuento para trabajar el autocontrol.' de María José Durón

La tortuga

CUENTO PARA TRABAJAR EL AUTOCONTROL

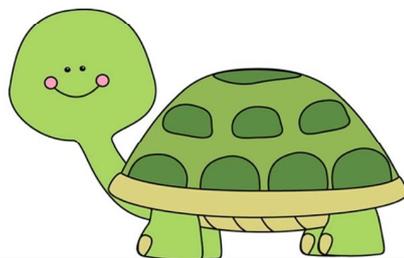


Figura 2. Buzón del autocontrol (elaboración propia)



Anexo II.d

Figura 1. Manualidad: Tortuguita del autocontrol



Figura 2. Manualidad: Tortuguita del autocontrol



Anexo II.e

Figura 1. Cuento 'Nuna sabe leer la mente' de Orit Gidali



Anexo II.f

Figura 1. Manualidad: Gafas para leer la mente

