

***EL IMPACTO DE LA COVID-19 EN
EL MUNDO EMOCIONAL
INFANTIL***

TRABAJO FIN DE GRADO

MAESTRO/A EN EDUCACIÓN PRIMARIA

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

AUTORA: ROCÍO NEGRÍN MARTÍN

TUTOR: EDUARDO MARTÍN CABRERA

CONVOCATORIA: JUNIO

CURSO ACADÉMICO 2021/2022

Resumen.

La educación y el fomento de la inteligencia emocional es una herramienta que permite desarrollar un mayor control sobre las emociones y, en consecuencia, afrontar mejor los cambios. En este sentido, hace dos años, España se encontraba bajo un estado de alarma por la aparición de la COVID-19. Debido a esto, la vida de muchas personas se vió afectada, no sólo en términos de salud física sino mental. Además, las escuelas cerraron sus puertas y se pasó a una modalidad de enseñanza online. Toda esta serie de alteraciones tan significativas y repentinas ha podido llegar a afectar al mundo emocional infantil.

Por esta razón, el propósito de este proyecto de investigación es evaluar, analizar y valorar la intensidad de las emociones en los menores de Educación Primaria desde la perspectiva de las familias y los/as docentes. Para lograr este objetivo, se realizó una encuesta a ambos grupos y se analizaron los datos mediante medias aritméticas. Algunos de los resultados indican que los niños/as sintieron con mayor intensidad las emociones positivas que las negativas, tanto en el confinamiento como en la actualidad, sobre todo, la felicidad. Por otro lado, las emociones negativas no son tan intensas, pero los menores siguen sintiéndose algo inquietos, nerviosos y aburridos. Además, existen casos particulares en los cuales, tras el confinamiento, se han desarrollado alteraciones emocionales.

Palabras Clave: Educación, Emoción, Coronavirus, Niños.

Abstract.

Education and the promotion of emotional intelligence is a tool that allows us to have greater control over our emotions in order to cope better with change. In this sense Spain was under an alarm state due to the appearance of COVID-19 two years ago. Because of this, people's lives were affected in terms of physical and psychological health. In addition, schools closed their doors and switched to an online mode of education. This series of significant and sudden disruptions may have affected the emotional world of children. For this reason, the purpose of

this research project is to evaluate, analyse and assess the intensity of emotions in primary school children from the perspective of families and teachers.

To achieve this goal, both groups were surveyed and the data were analysed using arithmetic means. Some of the results indicate that the children felt positive emotions more intensely than negative ones, both in confinement and now, especially happiness. On the other hand, negative emotions are not as intense, but the children still feel somewhat restless, nervous and bored. In addition, there are particular cases in which, after confinement, emotional disturbances have developed.

Key Words: Education, Emotion, Coronavirus, Children.

ÍNDICE

1. Introducción.	4
2. Marco teórico.	5
2.1. Concepto de emoción.	5
2.2. Inteligencia emocional.	8
2.3. Educación emocional.	9
2.4. Los efectos de la COVID-19 en los/as menores.	10
3. Objetivos.	13
4. Método.	13
4.1. Participantes.	13
4.2. Técnicas e instrumentos.	14
4.3. Procedimiento.	15
4.4. Diseño de la investigación.	15
5. Resultados.	16
6. Discusión y conclusiones.	25
7. Bibliografía.	31
8. Anexos.	34

1. Introducción.

El virus denominado COVID-19 fue descubierto por primera vez el 31 de diciembre de 2019 en China, pero no llegó a España hasta marzo de 2020, fecha en la cual se declaró un estado de alarma en el país. Ninguna persona estaba preparada para la situación que acontecería los siguientes meses hasta el día de hoy. Al tratarse de un virus nuevo, la información era muy variante y, el desconocimiento ante la novedad, hizo que las personas se alertaran significativamente.

El coronavirus acarrió una crisis sanitaria sin precedentes que tuvo impactos inmediatos en el resto de sectores tales como el económico, el social e incluso el educativo. Miles de personas fueron afectadas directa o indirectamente por el mismo y, aunque los menores formaban el grupo de población que menos riesgo de salud podían llegar a tener, eran altamente vulnerables a las consecuencias sociales, económicas y psicológicas.

La realidad es que familias y docentes se enfrentaban a una nueva vida que ellos/as nunca habían experimentado, y para la cual no estaban preparados. La educación se trasladó de los colegios a las casas; los padres, madres y/o tutores legales debían adoptar un rol de docentes sin tener formación, a la vez que afrontaban sus propios problemas y miedos. Por otro lado, muchos docentes se tuvieron que adaptar a la modalidad de escolarización online de manera repentina, sin disponer de formación sobre el tema y teniendo la obligación de seguir impartiendo una serie de contenidos curriculares. En definitiva, con todos estos cambios cabe preguntarse: ¿dónde quedan los niños y niñas?.

Durante el confinamiento, los menores fueron los grandes olvidados por parte de los gobiernos. Entre las medidas que fueron tomadas, no se tuvo en cuenta las consecuencias que podrían llegar a acarrear la alteración de las rutinas, la falta de socialización, los cambios en la modalidad de enseñanza, los problemas de nutrición o la falta de salud física y mental en los niños/as .

Finalizado el confinamiento, los estudiantes regresaron a las aulas de forma presencial el 10 de enero de 2022 con una serie de medidas preventivas. Dichas medidas se han ido reduciendo hasta la actualidad, en la cual, se ha recuperado la “normalidad” en las aulas. Sin embargo, los niños y niñas que están hoy sentados en sus pupitres vivieron un hecho histórico

que les obligó a atravesar cambios sumamente desconcertantes en sus vidas. Pero, ¿realmente se puede volver a la normalidad sin tener en cuenta las posibles consecuencias emocionales de la pandemia y el confinamiento en los menores?.

Tras mi experiencia como alumna en prácticas en distintos centros escolares, muchas docentes comentaban su inquietud ante nuevos comportamientos del alumnado, una notable tristeza generalizada, una falta de apego por parte de algunos/as alumnos/as y un excesivo apego por parte de otros/as, un elevado temor al contacto con sus iguales y problemas de relación, entre otros.

¿La preocupación de las docentes es un espejismo fruto de sus propios miedos, o realmente el coronavirus ha acarreado efectos emocionales en el alumnado?. Como respuesta a la pregunta anterior, se ha llevado a cabo la siguiente investigación, la cual pretende esclarecer la situación actual del estado emocional de los menores desde el punto de vista tanto de docentes como de familias.

2. Marco teórico.

2.1. Concepto de emoción.

Las emociones son una parte fundamental en el desarrollo y evolución del ser humano. Sin embargo, es notorio el desconocimiento que tienen las personas de su mundo emocional y la escasa importancia que se le puede llegar a otorgar.

Según la Real Academia Española (RAE) se entiende emoción como la “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”. En esa misma línea, uno de los psicólogos más reconocidos actualmente en relación a las teorías sobre inteligencia emocional, Daniel Goleman, define la emoción como “un sentimiento y los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan” (Goleman, 2010, p. 570).

Las definiciones anteriores describen las emociones desde una perspectiva que atiende a factores fisiológicos y cognitivos. Sin embargo, dejan al margen otras causas de gran

relevancia como los factores desencadenantes de las emociones, la subjetividad o las consecuencias de las mismas.

Por otro lado, en el libro de *Psicología de la emoción* de Fernández-Abascal et al. (2010), en el cual se hace referencia al trabajo de Kleinginna y Kleinginna, se establece el término **emoción** desde un ángulo más amplio y complejo.

Las emociones son un proceso que implica una serie de condiciones desencadenantes (estímulos relevantes), la existencia de experiencias subjetivas o sentimientos (interpretación subjetiva), diversos niveles de procesamiento cognitivo (procesos valorativos), cambios fisiológicos (activación), patrones expresivos y de comunicación (expresión emocional), que tiene unos efectos motivadores (movilización para la acción) y una finalidad: que es la adaptación a un entorno en continuo cambio. (Fernández-Abascal et al., 2010, p.40)

Finalmente, la emoción puede ser tratada desde diferentes puntos de vista y, puesto que esta investigación está directamente relacionada con la educación, es imprescindible tener en cuenta la definición del término desde una posición más cercana al tema que se va a tratar. Bisquerra (2009), define **emoción** prestando importancia a la relación entre la reacción y la valoración subjetiva que cada persona realiza ante los estímulos externos.

Las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión). (Bisquerra, 2009, p.63)

La emoción es un término difícil de definir debido a la complejidad del mismo. Hoy en día, no existe una definición aceptada como única y universal y, por lo tanto, sigue siendo un campo abierto a la investigación. Además, existe una cantidad desmedida de emociones que se pueden llegar a sentir y, ante este extenso abanico de emociones, resulta necesario categorizarlas para lograr un mayor conocimiento de las mismas.

Actualmente, se conoce de manera general, la existencia de una serie de emociones denominadas **primarias**, que son las más importantes, puesto que de ellas surgen otras de su misma naturaleza. Goleman (2010), considera que las emociones primarias son: ira, tristeza, miedo, alegría, amor, sorpresa, aversión y vergüenza. Dichas emociones serían el núcleo central del que derivan el resto de las mismas y, a partir de las cuales, se agrupan otras denominadas “olas”. La primera ola hace referencia a los **estados de ánimo**, son más variables y más duraderos en el tiempo que las emociones. En la segunda ola y, después de los estados de ánimo, se encuentran los **temperamentos**, considerados por el autor como la tendencia a recordar una emoción o estado de ánimo que vuelve a las personas más melancólicas, tímidas o joviales. Finalmente, y más allá de los temperamentos, están los **desórdenes emocionales**, en los cuales las personas se pueden sentir atrapados en un estado negativo durante un periodo continuo de tiempo, como puede ser la depresión o la ansiedad.

Entre tanto, la complejidad y abundancia de las emociones no es algo casual. Las emociones, tanto positivas como negativas, tienen una finalidad, tal y como recoge Mesa (2015) en su tesis acerca de la inteligencia emocional, las emociones son recursos que utiliza nuestra mente para responder ante situaciones nuevas y/o problemas a resolver. Por lo tanto, nuestras emociones tienen una función clara y son totalmente necesarias para nuestra supervivencia.

Mesa (2015) describe las tres funciones principales que tiene la emoción tal y como recoge Reeve (1994):

- **Función Adaptativa.** Si existen cambios ambientales, la emoción es la encargada de preparar al cuerpo para poder realizar una conducta que esté en relación con dicho cambio. Por ejemplo, estás caminando por una calle de noche y oyes pasos detrás de ti, por lo general, comienzas a sentir miedo y tu cuerpo ya se prepara para huir corriendo de ese lugar. En este caso, la emoción es el miedo y la función de la misma sería la de protegerte a ti mismo/a.
- **Función Social.** Las emociones son estímulos que nos ayudan a relacionarnos con los demás y a discernir qué conductas son las más adecuadas de cara a la sociedad.
- **Función motivacional.** La emoción favorece la realización de una conducta necesaria hacia un objetivo a lograr.

En resumen, se entiende a las emociones como una herramienta que ha servido para evolucionar, adaptarnos al medio y sobrevivir, motivarnos para lograr nuestras metas y regularnos socialmente.

2.2. Inteligencia emocional.

El término de **inteligencia emocional** fue popularizado por Daniel Goleman, quién en 1995 publicó el libro *Emotional Intelligence*, el cual ha sido uno de los libros más vendidos hasta el día de hoy. No obstante, las primeras personas realmente interesadas en el tema fueron Salovey y Mayer, quienes en 1990 publicaron el primer artículo científico sobre la inteligencia emocional.

En primer lugar, Mayer y Salovey (1997) entendían la inteligencia emocional como una habilidad que permite a las personas controlar sus emociones y sentimientos, saber diferenciarlos y emplear esos conocimientos de una forma útil para encaminar sus pensamientos y acciones. Bisquerra (2012) expone el modelo de Mayer y Salovey, que consta de 4 bloques:

1. Percepción emocional. Se refiere a la capacidad de captar las emociones, saber identificarlas, valorarlas y, finalmente, ser capaces de expresarlas.
2. Facilitación emocional del pensamiento. Las distintas emociones permiten que nuestra atención se dirija hacia la información que se considere más relevante.
3. Comprensión emocional. Saber reconocer las emociones y darles un significado a través de una palabra.
4. Regulación emocional. Hace referencia al control que una persona puede llegar a desarrollar sobre sus emociones y las de los demás.

En segundo lugar, Goleman (2010) entiende que la inteligencia emocional se compone de una serie de elementos esenciales. Algunos de los que menciona en su libro, tienen mucha relación con los aspectos indicados anteriormente, pero añade otros factores relevantes, tales como la motivación o las relaciones con los demás. El autor señala que los principales componentes de la inteligencia emocional son los siguientes:

- Autoconocimiento emocional. Se refiere al conocimiento de las emociones y sentimientos propios y su influencia en nosotros/as mismos/as.
- Autocontrol emocional. Se relaciona con el manejo de nuestras emociones a partir de la reflexión y el dominio de las mismas.
- Automotivación. Motivarse a uno mismo/a a través de enfocar nuestras emociones, y por lo tanto, nuestra atención en los objetivos a lograr.
- Reconocimiento de las emociones en los demás. Relacionado con ser habilidosos en la captación de señales que los demás expresan a través de su lenguaje verbal y no verbal, comprender sus emociones y lograr vínculos más estrechos con dichas personas.
- Relaciones interpersonales. Hace referencia a fundar relaciones positivas con otras personas.

2.3. Educación emocional.

Tradicionalmente, la educación se ha focalizado en la transmisión de conocimientos conceptuales y procedimentales por parte del docente hacia el alumno/a. Actualmente, la escuela se ha transformado y ha ampliado su manera de comprender la educación. El alumnado ha ocupado un lugar más céntrico en el desarrollo educativo, y se ha comenzado a partir de los intereses del mismo para lograr un aprendizaje más real y significativo. No obstante, si se realiza una revisión del Currículum de Educación Primaria, se puede comprobar que se sigue haciendo hincapié en la enseñanza de contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales, dejando un espacio muy reducido a la educación emocional.

La educación emocional es un 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. (Bisquerra, 2009, p.1)

En el proceso de formación del alumnado, debería tenerse en cuenta el papel fundamental de las emociones y el conocimiento de las mismas. Cuando se educa al niño/a en el conocimiento y control de sus emociones, se logrará un desarrollo de sus competencias emocionales, y esto conllevará a una forma de prevención ante los posibles problemas futuros.

La educación emocional tiene una serie de objetivos, los cuales también pueden ser entendidos como ventajas. Alguno de los objetivos que recoge Bisquerra (2012) son los siguientes:

- Promover una mayor adquisición de conocimiento de las emociones.
- Identificar emociones propias.
- Potenciar el desarrollo de la habilidad de regular las emociones.
- Incrementar el umbral de tolerancia a la frustración.
- Prevenir los efectos de las emociones negativas.
- Potenciar la capacidad de generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de motivarse a sí mismo/a.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

Por otro lado, la educación emocional no necesita un espacio-tiempo específico para desarrollarse, es una competencia que puede ser tratada en cualquier momento y contexto.

Además, es un tema que no solo abarca el entorno educativo formal, es decir, el docente no es el único responsable del desarrollo de la inteligencia emocional del menor, también la familia tiene especial importancia e influencia. Madres y padres tienen un papel fundamental en el aprendizaje de sus hijos/as, en cuanto al conocimiento y gestión de sus emociones desde una perspectiva positiva. Además, el alumnado pasa la mayor parte de su tiempo en la escuela o con sus familiares, y por lo tanto, ambos son sus principales fuentes de apoyo y conocimiento. Familia y escuela deben trabajar juntos para un correcto desarrollo emocional del menor.

2.4. Los efectos de la COVID-19 en los/as menores.

Recientemente, el ser humano ha vivido una de las situaciones que más ha podido suponer cambios en su entorno. El 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró una situación de pandemia mundial debido al virus denominado coronavirus o COVID-19. Cuatro días después, el 15 de marzo de 2020 se declara el estado de alarma en España. Cómo en tantos países del mundo, las escuelas se vieron obligadas a cerrar sus puertas y los profesionales de la educación a cambiar su modelo de enseñanza.

El modelo de escuela presencial que llevaba décadas poniéndose en práctica tuvo que sustituirse por un modelo de docencia online, para el cual no se tenía apenas conocimiento ni

práctica. Además, durante este periodo, se vió reflejada una carencia de recursos materiales y personales, puesto que, con los que se disponía era muy complicado llegar a atender a todo el alumnado por igual, tanto por parte de las familias como de los/as docentes.

A la vez que se vivía una crisis sanitaria, el país transitaba por una crisis educativa, que obligaba a las instituciones educativas a tomar decisiones muy importantes en muy poco tiempo. En consecuencia, dichas decisiones fueron tan veloces que hubo una serie de ítems muy necesarios en la educación que no se tuvieron en cuenta. La autora Rotger en su libro, *La Educación y las Emociones en Pandemia*, menciona los siguientes aspectos como los más relevantes en el desarrollo educativo, y a los cuales no se les otorgó relevancia:

- La casa nunca será la escuela.
- Cada estudiante es un ser único e irrepetible.
- Los docentes son irremplazables.
- Los recursos disponibles no estaban presentes para ser repartidos de forma igualitaria.

La pandemia también afectó al profesorado y a su desarrollo tanto personal como profesional. Tal y como declara Ruiz (2020), la precariedad de los recursos y el escaso tiempo para organizar el modelo de enseñanza a través de los recursos digitales, desconocidos para muchos/as en ese momento, causó que sus respuestas educativas no llegaran a ser igual de inclusivas e igualitarias para todo su alumnado. Además, surgieron una serie de preocupaciones, por parte del cuerpo docente, que no habían sido tan relevantes previo a esta situación.

Trujillo et al. (2020) realizaron un estudio con el objetivo de identificar y caracterizar las preocupaciones y las necesidades de la comunidad educativa para el curso 2020/21. En este estudio se compararon las inquietudes de los docentes pertenecientes a las distintas etapas educativas. Entre los resultados destaca que el profesorado de Educación Primaria mostraba una mayor preocupación por aspectos sociales y comportamentales que por el aprendizaje conceptual en sí mismo.

Además, en su estudio se demuestra que el cuerpo docente de Educación Infantil y Primaria muestra una especial preocupación sobre el desarrollo de las habilidades sociales del alumnado y la gestión de sus emociones. Sin embargo, presentan un mayor desinterés por los aspectos relacionados con la gestión de la información, el uso de las TIC o la adquisición de

contenidos. Por el contrario, el profesorado de Educación Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional presentan una mayor inquietud por el fomento del pensamiento crítico, la autogestión del aprendizaje y la adquisición de los contenidos propios de la etapa. Finalmente, cabe destacar que el aspecto que más preocupa al profesorado de Educación Primaria es el trabajo colaborativo. Al mismo tiempo, todos los docentes de las distintas etapas educativas coinciden en el temor a la pérdida de motivación del alumnado ante el aprendizaje.

Desde un punto de vista enfocado al alumnado, Erades y Morales (2020) realizaron un estudio transversal sobre el impacto psicológico del confinamiento en niños españoles. Entre los resultados, destaca un incremento o aparición de reacciones emocionales negativas, lo que determina que la pandemia sí afectó al estado de bienestar de los menores. Además, presentaban más dificultades para concentrarse, más irritabilidad y desánimo, menos interés en general y tareas sin acabar.

La salud mental de los niños y niñas se ha visto claramente afectada por la situación de crisis educativa. Lizondo-Valencia et al. (2021) recogen en su estudio una serie de cambios que han presentado los menores durante la pandemia y, en lo que a salud mental se refiere, destaca el incremento de un posible maltrato físico y psicológico hacia ellos, dificultades de concentración e irritabilidad, estrés, malestar psicológico, depresión, inmadurez mental y aumento de los niveles de ansiedad.

Por otro lado, la salud física está muy relacionada con la mental, y en el estudio anterior también se evidenció que los niños/as que dedicaban la mayor parte de su tiempo al uso de pantallas, empeoraron su bienestar en comparación con aquellos/as que realizaban actividades de ejercicio físico. Durante la situación de aislamiento, practicar el mismo u otros ejercicios que ya se realizaban previos a la pandemia, ayudó a los menores a ser capaces de controlar mejor sus emociones.

Actualmente, la normalidad tal y cómo se conocía antes de la pandemia, se ha ido recuperando de manera progresiva, tanto fuera como dentro de los centros educativos. La presencialidad en las escuelas es una realidad e incluso se ha suprimido la obligatoriedad del uso de mascarillas en los centros a partir del 20 de abril de 2022. Tras el transcurso de estos hechos y el impacto de la COVID-19 cabe plantearse: ¿cómo ha afectado la pandemia al

mundo emocional de los niños y niñas de Educación Primaria?, ¿qué emociones predominaron durante el confinamiento? y ¿cuáles de ellas se manifiestan en la actualidad?.

3. Objetivos.

Esta investigación parte del planteamiento de tres propósitos generales que se relacionan entre ellos para conseguir un resultado más complejo y completo. Los objetivos que plantea esta investigación son los siguientes:

1. Evaluar la intensidad de las emociones en los niños/as de Educación Primaria según la perspectiva de las familias en dos momentos temporales diferentes: el confinamiento y la actualidad.
2. Valorar la intensidad de las emociones en los niños/as de Educación Primaria según la perspectiva de los docentes en dos momentos temporales diferentes: la vuelta a los centros educativos tras el confinamiento y la actualidad.
3. Analizar las diferencias de percepción de las emociones de los menores entre familias y docentes en la actualidad.

Los objetivos serán comprobados en los resultados de la investigación que se describirá más adelante.

4. Método.

A lo largo de este apartado, se expondrá cómo se ha llevado a cabo esta investigación con el fin de lograr los objetivos propuestos en la misma.

4.1. Participantes.

La encuesta fue enviada a dos grupos diferenciados, y de los cuales se han obtenido diferentes resultados. En primer lugar, se ha realizado una encuesta a las familias del alumnado escolarizado actualmente en Educación Primaria, y han participado un total de 42 personas. El principal criterio de participación para este grupo es que debían tener a su cargo, al menos, un menor de entre 6 y 12 años.

En el cuestionario han participado un total de 40 mujeres (95,2%) y dos hombres (4,8%). Las personas que han realizado esta encuesta cuentan con una edad media de entre 43 y 44 años. Sin embargo, han respondido padres, madres o tutores legales con edades comprendidas desde

los 31 hasta los 61 años. Por otro lado, un 69% de los encuestados tienen 2 hijos/as , un 23,8% tienen un hijo/a, y sólo un 7,1% tienen 3 hijos. Además, la edad media de los menores recogidos en la encuesta es de entre 9 y 10 años de edad.

En segundo lugar, se realizó otra encuesta a docentes de Educación Primaria, en la cual participaron un total de 34 personas. Como principal criterio de selección, se estableció que sólo podían responder aquellos maestros/as de primaria que ejercieron tras la pandemia y en la actualidad.

En cuanto a las características de los/as participantes, han respondido un total de 27 mujeres (79,4%) y 7 hombres (20,6%). La edad media de los encuestados es de 45 años aproximadamente, pero abarcan edades comprendidas entre los 22 y los 65 años de edad. En relación al número de años que los participantes han ejercido como docentes: el 32,4% llevan entre 1 y 5 años, el 17,6% entre 31 y 35 años, el 14,7% entre 21 y 25 años, el 11,8% entre 16 y 20 años, el 8,8% entre 26 y 30 años, el otro 8,8% entre 6 y 10 años, y finalmente, el 5,9 % de los participantes han ejercido entre 11 y 15 años la profesión.

4.2. Técnicas e instrumentos.

El instrumento que se ha utilizado para recabar información y conseguir el objetivo de esta investigación ha sido la encuesta, puesto que es un método cuantitativo que nos permite recolectar datos a partir de una muestra bastante amplia de personas. Esto proporciona que los resultados de nuestra investigación sean más generales y que abarquen un segmento de la población más amplio.

La encuesta destinada a las familias está formada por un total de 7 preguntas, entre las cuales se encuentra, al comienzo de la misma, dos preguntas de selección múltiple y respuesta única y dos preguntas abiertas de respuesta corta. Seguidamente, dos preguntas de escala de puntuación, en las cuales se solicita a los encuestados que califiquen una serie de 23 emociones. La pregunta pide a los encuestados que evalúen el grado de intensidad de la emoción en una escala del 1 al 5, siendo 1 nada y 5 mucho. Finalmente, se concluye con una pregunta abierta de respuesta larga con el objetivo de que los/as participantes puedan aportar de manera más libre y desarrollada su opinión personal.

La encuesta realizada a los docentes sigue la misma estructura que la anteriormente mencionada, sin embargo, cuenta con un total de 6 preguntas, de las cuales, las tres primeras

son de selección múltiple y respuesta única, y las tres restantes son del mismo tipo que la encuesta realizada a las familias.

4.3. Procedimiento.

Tras seleccionar el tema de investigación y sus objetivos fundamentales, se determinó que la investigación sería acerca de los niños y niñas de Educación Primaria. Sin embargo, la recogida de datos se realizaría a través de personas adultas que tuvieran una relación cercana con los mismos, es decir, familias y docentes.

En primer lugar, se realizó un cuestionario dirigido a las familias, en el cual se les preguntó sobre el estado anímico de los menores durante dos momentos temporales diferentes: el confinamiento y la actualidad. En segundo lugar, el otro cuestionario se construyó dirigido a los/as docentes de Educación Primaria, y se les preguntaba sobre el estado anímico de los niños y niñas en el periodo escolar tras el confinamiento y en la actualidad.

Para tomar contacto con las personas participantes en ambos sectores, se utilizó la técnica de la bola de nieve, pues se le envió la encuesta a una serie de personas y, éstas la enviaban a otras. La vía principal de contacto fue a través de la aplicación “Whatsapp”, concretamente grupos de docentes y/o padres. La segunda vía minoritaria de contacto, fue el email o por contacto de forma presencial.

La investigación realizada cuenta con una única técnica, la encuesta. La misma se comenzó a aplicar a principios del mes de abril del 2022 y tuvo una duración de un mes aproximadamente. La encuesta era breve y por lo tanto, los participantes duraron aproximadamente entre 5 y 10 minutos para completarla. Cabe destacar que, en la técnica utilizada, se ha tenido en cuenta el anonimato de los participantes y el uso exclusivo de los datos para fines de investigación.

4.4 Diseño de la investigación.

El estudio de este proyecto de investigación se ha realizado desde un acercamiento mixto, puesto que se han planteado cuestiones de tipo cuantitativo, en este caso, escalas de puntuación y, además, se ha incluido una pregunta de información abierta mediante la cual se obtendrán datos cualitativos.

Por otro lado, se trataría de un estudio de análisis descriptivo, puesto que se limitaría a medir y describir la presencia de una serie de características de un sector de la población en un momento temporal concreto, además, se realizará con medias aritméticas. Por último, se ha utilizado el programa estadístico *Google Sheets* para el procesamiento y análisis de los datos obtenidos en la encuesta.

5. Resultados.

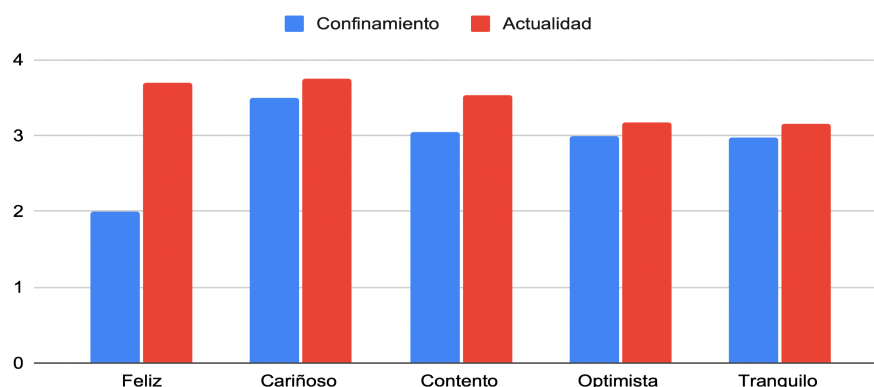
Tras el vaciado de los datos obtenidos en las encuestas realizadas a las familias y docentes de los menores, se ha llevado a cabo un análisis estadístico de los mismos a partir de medias aritméticas y se han obtenido los resultados. Cabe recordar que, a las personas participantes, se les solicitaba su opinión sobre la intensidad de las emociones de los niños y niñas, puntuando del 1 al 5, siendo 1 nada y 5 mucho.

- **Análisis de los resultados obtenidos por las familias.**

En las siguientes gráficas se mostrará la percepción de los padres, madres y/o tutores legales acerca de los estados emocionales de sus hijos e hijas durante el periodo de confinamiento (azul) y en la actualidad (rojo).

Figura 1.

Intensidad de las emociones positivas de los niños/as desde la perspectiva de las familias.



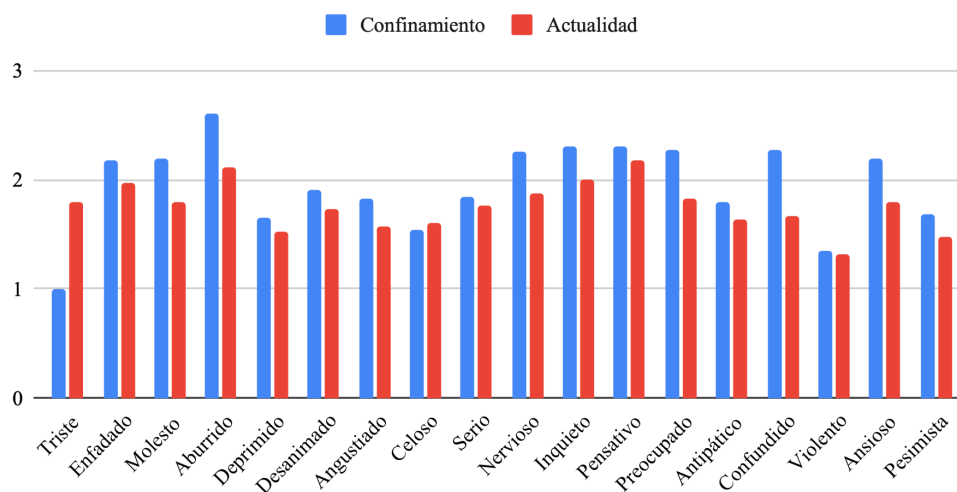
En primer lugar, tal y como se muestra en la figura 1, las familias consideran que, durante el confinamiento, sus hijos/as se mostraban bastante cariñosos/as, por encima de cualquier otra emoción de naturaleza positiva, con una media de 3,5. Además, ellos/as opinan que los

menores se sentían contentos, optimistas y tranquilos. Sin embargo, la felicidad de los menores era inferior a las demás emociones durante el periodo de confinamiento, con una media de intensidad de 2. Por lo tanto, se puede notar la diferencia de 1,5 de intensidad, entre la emoción positiva que más se presentaba en los niños/as (el cariño) y la menos intensa (la felicidad).

En segundo lugar, en la actualidad, las familias estiman que sus hijos/as se muestran más cariñosos y optimistas, y que se encuentran más contentos y tranquilos. Finalmente, entre las emociones positivas recogidas en el cuestionario, destaca la felicidad. Las familias consideran que sus hijos/as se encuentran mucho más felices en la actualidad. La media de la intensidad de la felicidad en la actualidad es de 3,69.

Figura 2.

Intensidad de las emociones negativas de los niños/as desde la perspectiva de las familias.



Según los resultados obtenidos en la encuesta realizada, las familias sostienen que sus hijos/as se encontraban enfadados, molestos, nerviosos, inquietos, pensativos, preocupados, confundidos y ansiosos durante el confinamiento. Destaca el aburrimiento que sufrieron los niños/as durante el periodo de encierro, puesto que es la emoción que más intensamente se vivió con una media de 2,6, tal y como se observa en la figura 2.

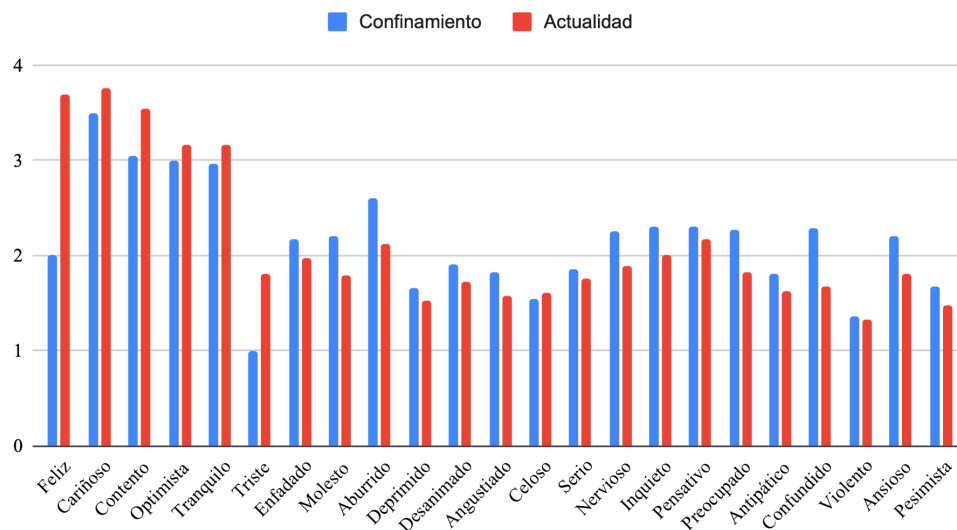
A grandes rasgos, destaca que, desde el confinamiento hasta la actualidad, la intensidad de las emociones negativas en los menores ha disminuido. En la actualidad, los niños/as están

menos nerviosos, preocupados, confundidos y/o aburridos. Sin embargo, esta disminución no ha sido considerable, pues, si se toma como ejemplo al aburrimiento, la media de intensidad es de 2,12 en la actualidad, es decir, que solo ha disminuido 0,48 de media.

Por último, cabe destacar que la única emoción negativa que ha incrementado en la actualidad es la tristeza. Las familias percibían que sus hijos/as no estaban tristes durante el confinamiento, mientras que en la actualidad, el sentimiento de tristeza ha aumentado prácticamente el doble en los infantes, con una media aritmética de 1,8 de intensidad.

Figura 3.

Panorámica general de la intensidad de las emociones de los niños/as desde la perspectiva de las familias.



Tal y como se observa en la figura 3, las familias consideraban que sus hijos/as eran muy cariñosos y optimistas, y que se sentían bastante contentos y tranquilos durante la pandemia, por encima de cualquier otra emoción. En la actualidad, los niños/as siguen sintiendo esas emociones con la misma intensidad o presentan un aumento leve en relación a las mismas.

Por un lado, los menores sentían con mayor intensidad las emociones negativas durante el confinamiento que en la actualidad, puesto que las familias notaron que sus hijos/as se mostraban más enfadados, molestos, aburridos, deprimidos, desanimados, angustiados, serios, nerviosos, inquietos, pensativos, preocupados, antipáticos, confundidos, ansiosos y

pesimistas. En definitiva, en la actualidad, las emociones negativas han disminuido a excepción de la tristeza.

Por otro lado, y al contrario de lo mencionado anteriormente, las emociones positivas han aumentado en la actualidad, en otras palabras, los menores se sienten mucho más felices, cariñosos, contentos, optimistas y tranquilos hoy en día. Además, desde la perspectiva comparativa de todas las emociones, existe una gran diferencia entre la emoción de felicidad y las demás emociones. La felicidad es la emoción que más se ha incrementado en los niños en la actualidad.

Finalmente, la familia disponía de una pregunta final abierta para comentar alguna situación en la cual las emociones de sus hijos/as hayan tomado relevancia durante el confinamiento o tras el mismo de manera libre.

Entre las respuestas, una mujer de 36 años y madre de 2 hijos, opina sobre cómo la manera de afrontar los problemas puede llegar a repercutir directamente en los sentimientos y comportamientos de los menores:

“La situación solo te afecta si así lo permites, en nuestra casa durante el confinamiento y siempre estamos informados pero decidimos afrontar la vida con alegría. Durante el confinamiento aprovechamos al máximo para compartir en familia y apreciar lo que tenemos”.

Por otro lado, otra encuestada, mujer de 50 años y madre de 2 hijos, destaca el valor del apoyo familiar durante el periodo de confinamiento, no solo de padres a hijos sino también al contrario:

“Yo, su madre, me dió covid, y mi hija Laura en todo momento me apoyó e incluso me hacía reír con sus actuaciones de baile, al verme tan mal , siempre me sacaba una sonrisa”.

No obstante, algunas familias han indicado que, tras el confinamiento, sus hijos/as han experimentado una serie de reacciones emocionales mucho más intensas, e incluso, algunos niños/as han llegado a desarrollar trastornos psicológicos. Las siguientes declaraciones muestran la realidad de algunos menores:

“Mi hija de 15 al regresar a la normalidad se le desató un TCA y ataques de ansiedad... No le gusta estar frente a mucha gente”.

“Durante el confinamiento cuando se aburría o disgustaba lloraba mucho. Ahora le cuesta gestionar ciertas cosas, la rabia, la angustia, si se meten con él, etc....y su solución es llorar y gritar”.

“En el momento de la separación de su padre o madre cuando va al cole y debe separarse, le da ansiedad”.

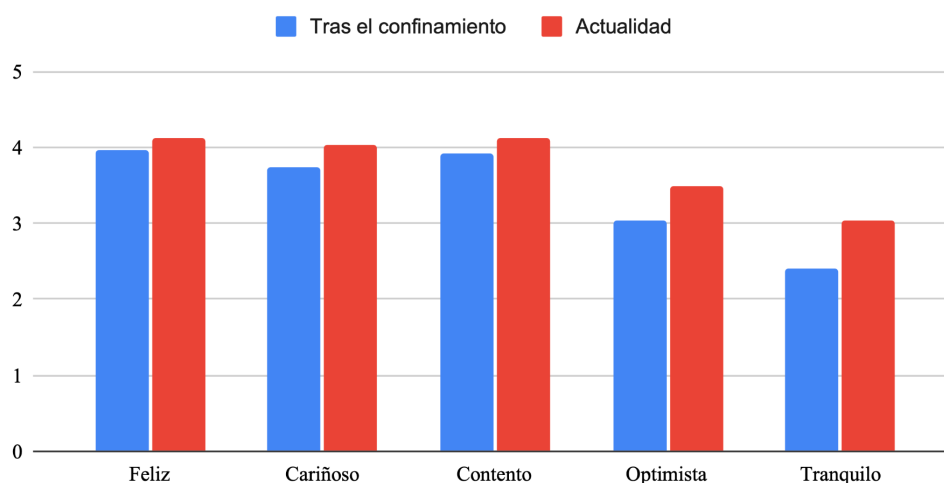
Estas aportaciones demuestran que, aunque sean casos puntuales, hay niños/as que sí han sufrido consecuencias psicológicas y sociales tras el confinamiento.

- **Análisis de los resultados ofrecidos por los/as docentes.**

Tal y como se ha analizado anteriormente, en las siguientes gráficas se mostrarán los datos obtenidos en la encuesta realizada a docentes de Educación Primaria, acerca de su percepción sobre la intensidad de las emociones del alumnado a la vuelta a los centros escolares tras el confinamiento (azul) y en la actualidad (rojo).

Figura 4.

Intensidad de las emociones positivas de los alumnos/as según docentes.



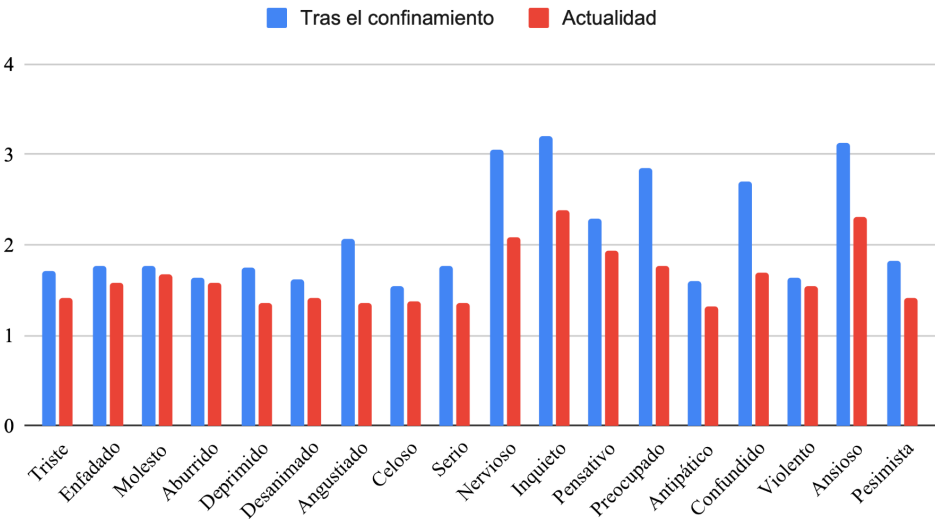
Primeramente, tal y como se puede apreciar en la figura 4, los/as docentes consideran que los niños/as se encuentran más felices, cariñosos, contentos, optimistas y tranquilos en la actualidad.

Al mismo tiempo, los maestros/as han observado que existen cambios en la intensidad de las emociones positivas en el alumnado. En la actualidad, las emociones positivas han aumentado su intensidad de manera leve, destacando la tranquilidad, puesto que consideran que los alumnos/as se presentan más tranquilos en las aulas hoy en día, con una media de 3,03, en comparación con el periodo tras el confinamiento, con una media de 2,41.

Por último, los datos obtenidos en relación a las emociones positivas en general, son valores muy elevados. Esto quiere decir que, los/as docentes consideran que los niños/as eran muy felices tras la pandemia, y actualmente, lo son más. Por ejemplo, la felicidad es una emoción que el profesorado considera que es muy intensa en el alumnado, pues le otorgan una media de 4,12 sobre 5.

Figura 5.

Intensidad de las emociones negativas de los alumnos/as según docentes.



La figura 5 muestra que los alumnos estaban bastante ansiosos, inquietos y nerviosos en el momento en el que regresaron a las aulas tras el confinamiento. En la actualidad, el nivel de ansiedad, inquietud y nerviosismo ha disminuido considerablemente pero no ha llegado a desaparecer, puesto que la inquietud presenta una media de 2,38, la ansiedad de 2,3 y el nerviosismo de 2,09. Además, los docentes consideran que su alumnado se encontraba mucho más confundido y preocupado en el regreso al colegio tras el COVID-19, que en el presente.

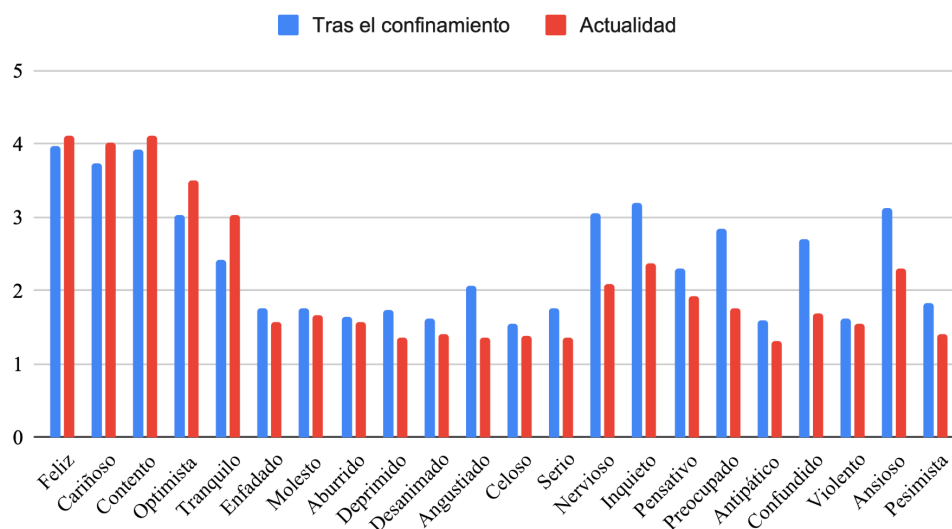
La gráfica también revela que los niños y niñas se sentían más tristes, deprimidos, desanimados y angustiados antes que en la actualidad. Además, se indica que cuando

comenzaron el colegio, el alumnado presentaba una mayor seriedad y pesimismo que hoy en día. En definitiva, los profesores coinciden en que, actualmente, las emociones negativas se sienten con menos intensidad que anteriormente.

Finalmente, y tal y como se recoge en la figura 5, el cuerpo docente que ha participado en esta investigación no considera que existan grandes cambios emocionales en la actualidad en comparación con la vuelta al colegio tras el confinamiento.

Figura 6.

Panorámica general de la intensidad de las emociones de los niños/as desde la perspectiva de los/as docentes.



Partiendo de una perspectiva más general, en la cual, se tienen en cuenta las emociones tanto positivas como negativas. Los docentes estiman que la intensidad de las emociones negativas ha disminuido desde el regreso a las aulas hasta el momento actual. Mientras que, la intensidad de las emociones positivas han aumentado en el alumnado, sobre todo, entre todas las emociones, el profesorado indica que el alumnado se sentía muy feliz, cariñoso y contento.

Para terminar con la perspectiva general de los docentes, en la figura 6 se muestra que ellos/as creen que los infantes han sufrido cambios emocionales más notorios en relación a su nerviosismo, inquietud, ansiedad, confusión, preocupación y angustia durante ese periodo de tiempo.

Con respecto a la encuesta realizada, los docentes también disponían de una pregunta final abierta, en la cual podían comentar alguna situación o circunstancia del ámbito emocional que tomara relevancia en su alumnado debido a la COVID-19.

Entre las respuestas a la pregunta planteada, algunos docentes han considerado necesario mencionar y destacar los cambios de humor que están presentando algunos alumnos/as en las aulas actualmente.

Por un lado, una maestra de infantil con una experiencia de entre 21 y 25 años, comparte su vivencia actual en el aula, y hace referencia a la importancia de la situación personal de cada alumno/a.

“Mis alumnos tienen 4 añitos y entraron con 3 y no saben lo que se vivía en los coles antes de la pandemia. Se intenta que sean felices y sí he notado por parte de algunos/as preocupación. Lo que viven y oyen en casa dependiendo de las circunstancias suma mucho a la hora de plasmar sus emociones”.

Por otro lado, una docente de primaria con una experiencia de entre 6 y 10 años, comenta la realidad de su aula desde la vuelta al colegio hasta la actualidad.

“Los momentos de cambios (vuelta al cole, protocolos y variaciones “imprevistas” en los mismos) son los que más nerviosismo e inquietud han producido en los niños (también en docentes), por la incertidumbre generada y, normalmente acrecentado por la poca previsión de los mismos. Una vez asumidas las rutinas preventivas necesarias, ha desaparecido y se han aceptado con llamativa normalidad. También las primeras apariciones de casos positivos en un GCE aumentaba la angustia y el temor en los compañeros que compartían aula y sus docentes, al igual que presentar algún síntoma compatible con la enfermedad. A día de hoy se asimila la convivencia con casos positivos con más normalidad”.

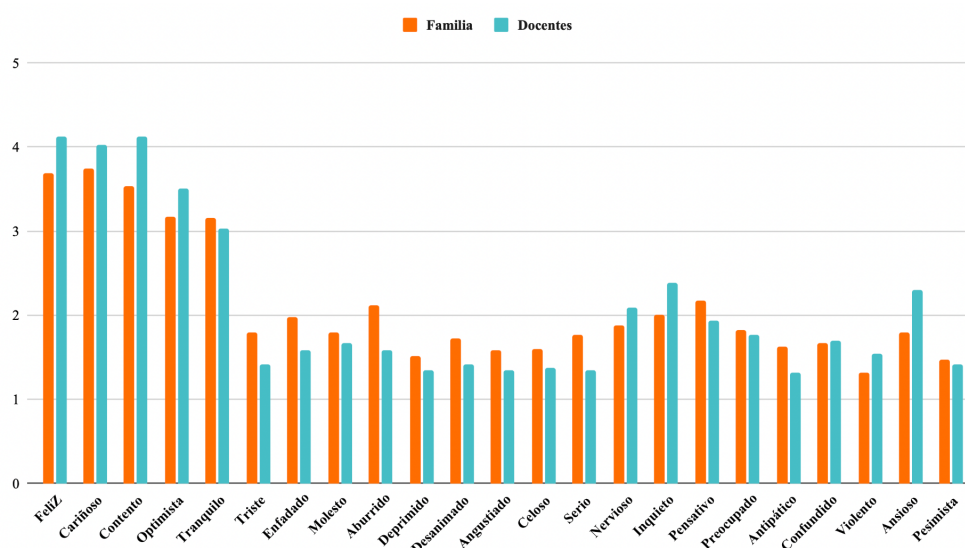
Comparando las situaciones expuestas por las docentes y los resultados obtenidos en la encuesta realizada, se confirma la presencia de emociones negativas en los niños y niñas tras el confinamiento, y la disminución de la intensidad de las mismas gracias a la normalización de la situación.

- **Comparativa de los resultados obtenidos de familiares y docentes en la actualidad.**

Tras el análisis de los cambios emocionales sufridos por los niños y niñas desde la perspectiva de docentes y familiares en dos momentos temporales diferentes, a continuación se analizarán los resultados obtenidos por ambos grupos en la actualidad.

Figura 7.

Comparación de las opiniones de familias y docentes sobre la intensidad de las emociones de los niños y niñas en la actualidad.



Teniendo en cuenta los datos recogidos en la figura 7, los docentes y familiares no presentan opiniones muy dispares en relación a la intensidad de las emociones de los menores en la actualidad, sin embargo, sí existen algunas diferencias.

Primeramente, los maestros/as, en comparación con las familias, consideran que los menores están más felices y contentos, y que son más optimistas y cariñosos en la actualidad. Mientras que, las familias en comparación con los docentes, perciben a sus hijos/as más tristes, enfadados, angustiados, desanimados, celosos, molestos, aburridos, deprimidos, serios, pensativos y antipáticos.

A grandes rasgos, los/as maestros/as opinan que los menores sienten con menos intensidad las emociones negativas que sus padres y madres, a excepción del nerviosismo, inquietud,

violencia y ansiedad. En otras palabras, los/as profesores/as han percibido que sus alumnos/as se muestran más intensos, violentos, ansiosos e inquietos en las aulas.

Finalmente, tal y como se mencionó anteriormente, docentes y familias no presentan grandes diferencias en la percepción del estado anímico actual de los menores, incluso coinciden de manera aproximada, en el grado de intensidad que presentan los niños en relación a la tranquilidad, preocupación, confusión y pesimismo.

6. Discusión y conclusiones.

Este proyecto de investigación se ha realizado con el fin de obtener información acerca de las emociones de los menores, partiendo de tres objetivos fundamentales. Tras las encuestas realizadas acerca de los posibles cambios emocionales de los niños y niñas según las perspectivas de las familias y de los docentes, se pueden extraer las conclusiones que se desarrollarán a continuación.

El primer objetivo de esta investigación consistía en *evaluar la intensidad de las emociones en los niños/as de Educación Primaria según la perspectiva de las familias en dos momentos temporales diferentes: el confinamiento y la actualidad.*

Las familias participantes han destacado que durante el confinamiento sus hijos e hijas fueron muy cariñosos. Este estado emocional es el que más acentúan los padres y, ante este dato, se debe recordar el panorama en el que acontecieron los hechos. Previamente al momento que se declara el estado de alarma en España, la escolaridad era presencial y había niños y niñas que acudían a los centros desde las 8 de la mañana hasta la 4 o 5 de la tarde aproximadamente, muchos padres y madres pasaban un número muy reducido de horas con ellos/as. Tras el estado de alarma, se pasó de este escenario a otro, en el cual, padres e hijos conviven juntos las 24 horas del día, ante esta nueva situación y el desconcierto de la pandemia, quizás, los menores se hayan adaptado al medio a través del cariño.

Además, consideran que, a pesar de la circunstancia que estaban viviendo, los niños y niñas eran optimistas y se mostraban bastante tranquilos y contentos. Incluso, una madre indicaba que su hija era la que alegraba el día a día del resto de la familia durante ese duro periodo de tiempo. No obstante, la mayoría de los padres consideran que sus hijos no eran muy felices, es más, la intensidad de felicidad en los menores estaba muy por debajo de otras emociones de

naturaleza positiva. Incluso, han indicado que sus hijos/as, durante este periodo de confinamiento, permanecían más aburridos que felices.

Por otro lado, las emociones negativas fueron menos intensas que las positivas, pero este dato no debe desplazar el foco de atención a la negación de la existencia de emociones negativas durante el confinamiento. Los resultados han revelado que las familias consideran que los menores han estado nerviosos, inquietos, enfadados, ansiosos, molestos y confundidos. Dichas emociones fueron más intensas que la propia tristeza en sí, la cual se presentaba, según los padres, con unos niveles muy reducidos.

Un hecho relevante, es que las familias notaron a sus hijos/as más ansiosos que tristes. Si se compara la tristeza, una emoción básica, con la ansiedad, un desorden emocional según la teoría de Goleman (2010), los niveles de ansiedad en los menores eran superiores que los de tristeza durante el confinamiento. Según Goleman, un desorden emocional surge a partir de una emoción primaria negativa y se mantiene en un periodo de tiempo bastante considerable. Por lo tanto, sería un objetivo de investigación el averiguar la razón por la cual las familias percibían a sus hijos/as más ansiosos que tristes.

Hoy en día, la normalidad se ha ido recuperando tanto en la sociedad en general como en las escuelas. Los niños/as han regresado a los centros escolares, han eliminado las mascarillas, ya pueden jugar y relacionarse cómo lo hacían antes, y la mayoría de familias, han recuperado sus rutinas. En el ámbito emocional, las emociones primarias de felicidad y tristeza son las que han presentado más cambios en el alumnado actualmente. Los niños/as son mucho más felices a día de hoy que en el confinamiento, al igual que ha aumentado el cariño, la tranquilidad y el optimismo en ellos/as. No obstante, al igual que ha incrementado considerablemente la felicidad, también lo ha hecho la tristeza. Es decir, que los infantes se encuentran bastante más tristes actualmente que durante el periodo de encierro, en contraste con el resto de emociones negativas, las cuales han disminuido su intensidad de una manera considerada, destacando el aburrimiento, la confusión y la preocupación.

En resumen, las familias consideran que los/as menores si presentan cambios en la intensidad de sus emociones durante el confinamiento y en la actualidad. Sobre todo, destaca que las emociones positivas han aumentado y las negativas han disminuido. La emoción que presenta una mayor diferencia es la felicidad, los niños/as ya se sentían muy felices durante el

confinamiento y actualmente ha ido in crescendo. Por último, la tristeza es la única emoción negativa que ha aumentado, es decir, los infantes en la actualidad son más tristes de lo que fueron durante el periodo de encierro.

El segundo objetivo pretendía *valorar la intensidad de las emociones en los niños/as de Educación Primaria según la perspectiva de los docentes en dos momentos temporales diferentes: la vuelta a los centros educativos tras el confinamiento y la actualidad.*

Los maestros y maestras de primaria, al igual que las familias, han considerado que alguna de las emociones positivas se han manifestado intensamente en el alumnado tanto a la vuelta a los centros escolares como en la actualidad. El profesorado destaca que el alumnado comenzó la escuela muy feliz, cariñoso y contento, mientras que el optimismo y la tranquilidad no eran tan notorias.

Por otro lado, los maestros/as participantes en esta investigación, han evaluado que su alumnado regresó al centro sintiendo con bastante intensidad algunas emociones negativas tales como la inquietud, el nerviosismo o la ansiedad. Además, también notaron que los menores se encontraban algo confundidos y angustiados. Incluso, los niños/as regresaron a las aulas más nerviosos e inquietos que optimistas y tranquilos. Todos los datos obtenidos se pueden llegar a relacionar con el estudio transversal realizado por Erades y Morales (2020), en el cual concluyeron que el confinamiento sí acarrió un incremento o aparición de reacciones emocionales negativas en los niños y niñas.

Estos sentimientos podrían haber surgido como respuesta ante un periodo de tantos cambios. Cabe recordar que una de las funciones de nuestras emociones es prepararnos ante las variaciones de nuestro ambiente. Esta función, Reeve (1994), la denominaba como adaptativa, y es totalmente necesaria para el ser humano. Quizás, la nueva situación post-pandemia, el miedo que llevaban experimentando durante meses y la incertidumbre ante el cambio, hacía que el alumnado se sintiera más inquieto, nervioso y ansioso. Por otro lado, el resto de emociones negativas tales como el enfado, la molestia, la tristeza, el aburrimiento, la depresión, los celos, la antipatía o la violencia, no alcanzan valores muy elevados de intensidad.

Posteriormente, a la misma vez que la sociedad ha ido recuperando su normalidad, también lo han hecho los centros educativos. Cabe recordar que una de las mayores preocupaciones del

profesorado de Educación Infantil y Primaria sobre las posibles consecuencias de la COVID-19 era el desarrollo de las habilidades sociales del alumnado, la gestión de sus emociones y el trabajo colaborativo. Es probable que las restricciones y normas impuestas por los colegios como medidas preventivas, hayan dificultado el fomento de esas habilidades o supuesto una imposibilidad al alumnado a la hora de relacionarse y de trabajar por equipos.

Seguidamente, las restricciones se han ido reduciendo de manera muy paulatina, y ya prácticamente se ha regresado a la normalidad. Es quizás, por esta razón, que los docentes encuestados no hayan percibido grandes cambios emocionales en su alumnado en el periodo que se comprende desde el regreso a las aulas hasta la actualidad.

A pesar de que la intensidad de las emociones de los menores no presenta grandes cambios, cabe mencionar que las emociones positivas han aumentado, sobre todo, el alumnado se muestra mucho más feliz, optimista y tranquilo. En cambio, en relación a las emociones negativas del alumnado, todas han disminuido la intensidad, aunque siguen algo ansiosos, inquietos y nerviosos. Además, la confusión y preocupación que los niños/as tienen actualmente es mucho menor que tras el confinamiento, sin embargo, no han desaparecido.

A grandes rasgos, los docentes consideran que la intensidad de las emociones negativas son bastante leves. Esto no quiere decir que los niños y niñas no las sientan hoy en día, sino que la mayoría de estas emociones se han estabilizado. La disminución y estabilización de la intensidad de las emociones negativas podría deberse al regreso paulatino a la normalidad en los centros educativos y a la adaptación del alumnado y profesorado a las nuevas rutinas, tal y cómo indicó una de las maestras encuestadas.

El tercer y último objetivo que plantea esta investigación es *analizar las diferencias de percepción de las emociones de los menores entre familias y docentes en la actualidad.*

En primer lugar, familia y profesorado consideran que los menores están muy felices, cariñosos y contentos, incluso los docentes perciben que estas emociones son más intensas que los padres y madres.

En segundo lugar, si se comparan los dos grupos encuestados, los padres y madres han notado que sus hijos/as sienten con mayor intensidad las emociones negativas. Dicho de otra manera, la familia, más que el profesorado, considera que actualmente los niños/as se sienten más tristes, enfadados, aburridos, desanimados y angustiados. Sin embargo, en otras emociones

negativas tales como el nerviosismo, la inquietud o la ansiedad, los docentes las han percibido con más intensidad en los niños, que lo que lo han hecho los familiares. A pesar de ello, los resultados revelan que estas emociones se presentan muy levemente en el alumnado.

La similitud de las opiniones y percepciones entre docentes y familiares acerca de las emociones de los menores, podrían indicar que en ambos entornos, tanto el centro educativo como el hogar, los niños y niñas se sienten y comportan de manera similar. Las posibles diferencias entre ambos grupos, podrían entenderse debido a la propia naturaleza de las condiciones de cada entorno. Teniendo en cuenta el nivel de apego, las familias estarían mucho más apegadas a sus hijos/as y podrían notar más intensas las emociones negativas, puesto que esa cuestión les preocupa más de lo que podría inquietar a un docente. Además, cabe resaltar que los familiares participantes en esta encuesta se han centrado en sólo un niño, mientras que un docente debe pensar a nivel global y obtener una respuesta en base a una generalización.

Por otra parte, los resultados de esta investigación tienden a una pluralización de las opiniones entre docentes y familiares, no obstante, no se puede obviar el hecho de que hay niños y niñas que sí han sufrido consecuencias emocionales por el confinamiento. En particular, algunas madres encuestadas indicaron que, tras la vuelta a la normalidad, se han desarrollado en sus hijos e hijas dificultades para gestionar los momentos de rabia, angustia y ansiedad, el miedo a estar enfrente de otras personas, el temor a la separación de sus progenitores, e incluso la aparición de trastornos psicológicos, en concreto, una niña de 15 años a la cual se le desató un Trastorno de Conducta Alimentaria.

En conclusión a este proyecto de investigación, cabe resaltar la idea de la importancia de la salud mental y de la educación emocional. Tal y como reconoce Bisquerra (2009), la educación emocional es un elemento esencial para las personas y una gran herramienta para prepararnos ante la vida. Los resultados de este estudio no muestran datos muy alarmantes acerca de las consecuencias emocionales tras el confinamiento en los menores, pero no se puede olvidar los casos particulares, en los cuales, la salud mental se ha visto muy afectada. Por esta razón, educar acerca del autoconocimiento emocional podría ayudarles a enfrentarse a los cambios que la vida les pueda imponer.

Por otro lado, los datos demuestran lo felices que son los niños y niñas a pesar de las circunstancias, puesto que las emociones positivas se han manifestado más intensamente que

las negativas en ellos/as. Estos resultados, pueden llegar a ser un aporte de tranquilidad para esas familias y docentes que presentaban tanta incertidumbre y preocupación por las consecuencias de la COVID-19. Aunque, cabe resaltar que entre las limitaciones de esta investigación se podría indicar la insuficiencia de datos para extraer conclusiones generalizables. Y por esa razón, es necesario no olvidar que los casos particulares son igual de importantes que los resultados generalizados de estas y otras investigaciones.

Finalmente, es fundamental insistir en la idea del poder tan significativo que puede llegar a tener la educación emocional en las escuelas para los niños y niñas. Fomentar en los alumnos/as, desde hoy, el autoconocimiento emocional y la empatía con los demás, puede llegar a solventar muchas de las dificultades con las que se enfrentarán a lo largo de sus vidas.

7. Bibliografía.

Bisquerra, R. (2009). *Educación emocional y bienestar*. Wolters Kluwer. <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/01-Educación-emocional-y-bien-estar-Indice-y-portada.pdf>

Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García-Navarro, E., López-Cassà, E., Pérez-González, J.C., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N., Planells, O. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. En R. Bisquerra. (Ed.), *¿Cómo educar las emociones?* (pp. 24-35). Faros Sant Joan de Déu.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/31817265/como_educar_las_emociones-ith-cover-page-v2.pdf?Expires=1654437224&Signature=MVjPepZdGp5etMknvZuRM1BL7~M5bLmPTQ0MXwstJWG3HYX7I7JueUplw06x1vpYoOTISo0gmBwkgXjRfjtYJZ0GUKsSUSR-vx~HI9X121G5cSoZ4FSA8N9b-KrDYoCJdkQQW43-SJYDRReQBhxRayFfMg-7Zf6Z2rOm13qpC~moU00RD-Lp5Brare7jJBkoPQyOYhW-pd1t1MDGjm8u7N1oXBwDk6wMdgbj0gNXpTvpUEB7doCeCy4uL6lKHJttRNitN5UCViIw1fFBD4T wzT0arWHbDaZtdzdzjPCPyB1PdRowbAAWW1hZrkQVN346yDFydrLQDe4OEanw__&Key-Pair-Id=APKAJ OHF5GGSLRBV4ZA#page=28

Decreto 89/2014, de 1 de agosto, *por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias*. (2014). *Boletín Oficial del Estado*, 156, de 13 de agosto de 2014, 21911 a 22582. <http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2014/156/001.html>

Erades, N., y Morales, A. (2020). Impacto psicológico del confinamiento por la COVID-19 en niños españoles: un estudio transversal. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(3), 27-34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7649329>

- Fernández-Abascal, E., García, B., Jiménez, M. P., Martín, M. D., y Domínguez, F. J. (2010). *Psicología de la emoción*. Editorial Universitaria Ramón Areces.
https://books.google.es/books/about/Psicolog%C3%ADa_de_la_Emoci%C3%B3n.html?d=-2-UDAAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&hl=es&ir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Goleman, D. (2010). Emotional Intelligence (González. D y Mora. F, Trad; 1.ª ed.). Kairos. (Original work published 1995).
<https://ebookcentral-proquest-com.accedys2.bbtk.ull.es/lib/bull-ebooks/reader.action?docID=678707>
- Lizondo-Valencia, R., Silva, D., Arancibia, D., Cortés, F. y Muñoz-Marín, D. (2021). Pandemia y niñez: efectos en el desarrollo de niños y niñas por la pandemia Covid-19. *Veritas & Research*, 3(1), 16-25.
https://www.researchgate.net/profile/Romina-Lizondo/publication/352882052_Pandemia_y_ninez_Efectos_en_el_desarrollo_de_ninos_y_ninas_por_la_pandemia_Covid-19/links/60ddd770299bf1ea9ed5c32a/Pandemia-y-ninez-Efectos-en-el-desarrollo-de-ninos-y-ninas-por-la-pandemia-Covid-19.pdf
- Mesa, J.R. (2015). *Inteligencia emocional, rasgos de personalidad e inteligencia psicométrica en adolescentes* [Tesis doctoral, Universidad de Murcia]. Archivo digital.
<https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/45889>
- Real Academia Española [RAE]. (2022, 5 mayo). *Emoción*.
<https://dle.rae.es/emoci%C3%B3n>
- Rotger, M. (2021). La educación y las emociones en pandemia. El desafío de enseñar y aprender en tiempos complejos. Editorial Brujas.
<https://elibro-net.accedys2.bbtk.ull.es/es/ereader/bull/183436>

Ruiz, G. R. (2020). Marcas de la pandemia: El derecho a la educación afectado. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3e), 45-59.
<https://doi.org/10.15366/riejs2020.9.3.003>

Trujillo-Sáez, F., Fernández-Navas, M., Montes-Rodríguez, M., Segura-Robles, A., Alaminos-Romero, F.J. y Postigo-Fuentes, A.Y. (2020). *Panorama de la educación en España tras la pandemia de COVID-19: la opinión de la comunidad educativa*. Fad.

<https://www.adolescenciayjuventud.org/publicacion/educacion-pandemia-covid-comunidad/>

8. Anexos.

Anexo 1. Cuestionario realizado a las familias.

Sexo: *

Mujer

Hombre

Otro: _____

Edad:

Tu respuesta _____

Número de hijos/as: *

1

2

3

Más de 3

¿Qué edad tiene actualmente su hijo/a? Si usted tiene más de un hijo/a, es necesario que realice el resto del cuestionario haciendo referencia solamente a uno/a de ellos/as. *

Tu respuesta _____

Puntúe del 1 al 5 (siendo 1 nada y 5 mucho) la intensidad de las emociones que vivió su hijo/a durante el confinamiento:

	1	2	3	4	5
Feliz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Triste	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enfadado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Molesto/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aburrido/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deprimido/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Desanimado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angustiado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Celoso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Serio/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nervioso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inquieto/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pensativo/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tranquilo/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preocupado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Antipático/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cariñoso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Contento/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Confundido/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Violento/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Optimista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansioso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pesimista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Puntúe del 1 al 5 (siendo 1 nada y 5 mucho) la intensidad de las emociones que viven su hijo/a en la actualidad:

	1	2	3	4	5
Feliz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Triste	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enfadado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Molesto/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aburrido/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deprimido/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Desanimado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angustiado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Celoso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Serio/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nervioso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inquieto/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pensativo/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tranquilo/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preocupado/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Antipático/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cariñoso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Contento/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Confundido/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Violento/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Optimista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansioso/a	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pesimista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Si lo considera relevante, puede comentar alguna situación en la cual las emociones de su hijo/a tomen importancia durante el confinamiento o tras el mismo:

Tu respuesta

Anexo 2. Cuestionario realizado a los/as docentes.

Sexo: *

- Mujer
- Hombre
- Otro: _____

Marque el rango de edad en la cual se encuentra: *

- 22- 26 años
- 27- 30 años
- 31- 35 años
- 36-40 años
- 41- 45 años
- 46-50 años
- 51-55 años
- 56-60 años
- 61- 65 años.

Número de años que lleva ejerciendo la profesión docente: *

- Entre 1-5 años
- Entre 6-10 años
- Entre 11- 15 años
- Entre 16-20 años
- Entre 21- 25 años
- Entre 26-30 años
- Entre 31- 35 años
- Otra...

En el curso 2020-2021, el alumnado se reincorporó a las aulas de forma presencial tras meses de confinamiento. Puntúe del 1 al 5 (siendo 1 nada y 5 mucho) la intensidad de las emociones que vivieron sus alumnos y alumnas, en general, tras regresar a la escuela después del confinamiento:

	1	2	3	4	5
Felices	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tristes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enfadados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Molestos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aburridos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deprimidos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Desanimados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angustiados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Celosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Serios/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nerviosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<hr/>					
Inquietos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pensativos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tranquilos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preocupados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Antipáticos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cariñosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Contentos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Confundidos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Violentos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Optimistas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansiosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pesimistas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Puntúe del 1 al 5 (siendo 1 nada y 5 mucho) la intensidad de las emociones que viven sus alumnos y alumnas, en general, en la actualidad:

	1	2	3	4	5
Felices	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tristes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enfadados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Molestos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aburridos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deprimidos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Desanimados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angustiados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Celosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Serios/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nerviosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inquietos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pensativos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tranquilos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preocupados/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Antipáticos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cariñosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Contentos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Confundidos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Violentos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Optimistas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansiosos/as	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pesimistas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Si lo considera relevante, puede comentar alguna situación en la cual las emociones de sus alumnos/as tomen importancia como consecuencia de la COVID-19:

Texto de respuesta larga
