

TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL

TÍTULO

“LA EDUCACION EMOCIONAL EN EDADES TEMPRANAS”

MODALIDAD

PROYECTO DE INNOVACIÓN

VANESSA SANTANA JUSTO

TUTOR

J. MIGUEL FERNÁNDEZ CABRERA

CURSO ACADÉMICO 2016/2017

CONVOCATORIA: JULIO 2017

RESUMEN

El objetivo principal de la Educación Infantil es lograr el desarrollo integral de cada uno de sus alumnos; ello incluye, por tanto, trabajar también en las habilidades emocionales de los niños. El presente Trabajo de Fin de Grado, pretende innovar en este campo de la educación emocional en las aulas, ofreciendo ejemplos de tareas que pueden ser llevados a la práctica y valorar así los efectos que produce en el alumnado. Para apoyar este proyecto de innovación, se muestran aportaciones de autores que evidencian la importancia de trabajar la educación socioafectiva desde las escuelas, como medio para lograr una correcta construcción de la personalidad, y se proporcionan, además, herramientas que pueden ser tomadas por los docentes para favorecer un clima afectivo en los centros, mejorando con ello los procesos de enseñanza-aprendizaje y el conocimiento de sí mismos por parte del alumnado.

PALABRAS CLAVE: Educación Emocional; Educación Socioafectiva; Inteligencia Emocional.

ABSTRACT

The main objective of Early Childhood Education is to achieve the integral development of each of its students; This includes, therefore, also working on the emotional abilities of the children. The present Work of Degree aims to innovate in this field of the emotional education in the classrooms, offering examples of tasks that can be put into practice and to evaluate the effects that it produces in the students. In order to support this innovation project, contributions are presented by authors that demonstrate the importance of working with socio-affective education from schools, as a means to achieve a correct personality construction, and also provide tools that can be taken by teachers to favor an affective atmosphere at schools, improving with it the teaching-learning processes and the self-knowledge of the students.

KEY WORDS: Emotional Education; Socioaffective Education; Emotional Intelligence.

ÍNDICE

I. Introducción y justificación	3
II. Objetivos	7
III. Marco teórico	7
III.A. Educación socioafectiva y su relación con la Inteligencia Emocional.....	8
III. B. Educación Emocional en el Currículo.....	9
III.C. La importancia de la Educación Emocional en el alumnado.....	13
III. D. La educación emocional en el profesorado.....	15
IV. Propuesta de innovación sobre la educación socioafectiva	23
IV.A. Objetivos.....	23
IV.B. Metodología.....	23
IV.C. Sesiones.....	25
IV.D. Evaluación.....	29
V. Conclusiones	31
VI. Limitaciones y perspectivas	31
VII. Bibliografía	32
VIII. Anexos	33

I. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo de innovación surge de la curiosidad por mostrar la repercusión que tiene la educación socioafectiva como agente de equilibrio emocional, construcción de la propia personalidad y mejora de las relaciones sociales, con el fin de que se incremente el interés por llevarlo a las aulas desde edades tempranas. Para ello, se ofrecen también dos modelos de sesión que pueden emplearse para la puesta en práctica en aulas del segundo ciclo de Educación Infantil de cinco años, y valorar los efectos que se obtienen de ello.

La Real Academia Española (RAE) hace alusión al término innovar como la acción de modificar algo o introducir alteraciones. Este es, sin duda, el objetivo principal de este documento; aumentar el interés de los docentes por adquirir herramientas para mejorar la enseñanza de la educación emocional, y brindarles ejemplos que les puedan servir para, posteriormente, ir elaborando sus propias dinámicas de trabajo.

Las emociones suponen un elemento inherente al propio ser humano; somos emociones y actuamos en base a ellas. Es por ello que no se puede hablar del desarrollo integral de la persona sin hacer mención a su mundo emocional.

Con el paso de los años, la Escuela y la Educación han visto ampliados sus ámbitos de actuación ante las demandas de la sociedad y, donde antes tenían como único objetivo desarrollar el conocimiento teórico –y, en ocasiones, práctico- de su educando, ahora le compete afrontar la compleja tarea de lograr el correcto desarrollo integral del alumnado, por lo que, naturalmente, ello incluye también su dimensión socioafectiva.

Bisquerra (2000) plantea la educación emocional como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, con la finalidad de afrontar los retos de la vida y aumentar su bienestar personal y social. Esto significa que, para este autor, la educación emocional no reside solo en las aulas, sino que ha de ser un proceso que permanezca a lo largo de toda la vida del individuo, con la intención de proporcionarle herramientas que le permitan mantener un control emocional, previniendo así conductas autodestructivas como el consumo de drogas, anorexia, comportamientos sexuales de riesgo, violencia, ansiedad,

depresión, suicidio, etc. Asimismo, el autor habla de la inteligencia emocional como factor indispensable del desarrollo integral de la persona, y que guarda estrecha relación con la adquisición de competencias emocionales que doten a la persona de estabilidad emocional y social.

Muchas de estas consideraciones serán las empleadas para guiar la elaboración de esta propuesta de innovación educativa, por considerarlas las más óptimas y adecuadas a los objetivos propuestos. El autor hace referencia a la educación emocional como un elemento más, no sólo de la Educación, sino también del propio devenir de la vida de la persona, presente en todos y cada uno de los contextos en los que se mueve, y que por ello se le ha de dotar de las habilidades necesarias para poder solventar de manera positiva las distintas situaciones que se pueden plantear, pudiendo mantener tras ello su equilibrio emocional y, por ende, su sentimiento de estabilidad.

Para poder actuar de una manera más efectiva o guiada sobre todos los aspectos del mundo socioemocional, muchos autores han establecido una distribución o categorización de las áreas de intervención de la Educación emocional. De entre todos ellos, destacamos a Rodríguez (2001), cuya clasificación parece aportar argumentos importantes relacionados con nuestra propuesta de innovación (ver tabla 1).

Tabla 1: Categorías propuestas por Rodríguez (2006) para la Educación Emocional.

CATEGORÍAS O FINES	DEFINICIÓN
AUTO-CONCIENCIA PERSONAL	Formada por los siguientes aspectos: Retroalimentación emocional: ser conscientes de qué sentimos, reconocer la emoción, la intensidad de la misma, y atribuirle un significado y una acción ante ello (relacionado con la autorregulación) Autoconciencia del yo: ser capaz de comprender nuestro mundo interior (acciones, valores, metas, capacidades, limitaciones,...) y actuar en consecuencia (guarda relación con la autovaloración). Honradez emocional: saber establecer una relación coherente entre nuestros valores, ideas o convicciones, y nuestro comportamiento
AUTO-CONFIANZA	Supone tener seguridad en uno mismo y en nuestra capacidad para obtener el éxito, siempre que éste dependa de nuestros esfuerzos.
AUTONOMÍA PERSONAL	Implica ser capaz de realizar por uno mismo tareas o resolver problemas sin solicitar ayudas en primera instancia. Supone adoptar el rol de “protagonista del yo”, ser uno mismo quien vaya haciendo las cosas por sí solo.

<p>AUTO-REGULACION PERSONAL</p>	<p>Compuesto por los siguientes elementos:</p> <p>Autocontrol impulsivo: conlleva la capacidad para controlar impulsos y necesidades, y poder posponer la consecución inmediata de necesidades o deseos. Requiere capacidad de reflexión, de solución de problemas y tolerancia a la frustración.</p> <p>Ajuste emocional: supone regular los propios sentimientos para poder mantener un equilibrio y satisfacción emocional. Gestionar el miedo, la ira, la ansiedad o la tristeza, entre otros.</p>
<p>AUTO-VALORACIÓN</p>	<p>Hace alusión a la capacidad para valorarse a uno mismo y sus posibilidades de una manera constructiva, identificando aquello que le obstaculiza en su desarrollo personal y valorando nuestros puntos fuertes.</p>
<p>ESTÉTICO-CORPORAL</p>	<p>Implica disfrutar del propio cuidado corporal, tanto en salud como en estética. Recoge todo lo relacionado con la alimentación, el descanso, la prevención de enfermedades, la no hipocondriasis y el mantenimiento de la imagen estética.</p>
<p>REALIZACIÓN SOCIOPERSONAL</p>	<p>Se rige por dos vertientes:</p> <p>Realización individual: capacidad y motivación por intentar mejorar como persona. El autor distingue tres fases: proyecto (elaborar un plan anticipado), trayecto (los pasos empleados para llegar al fin deseado) y auto-perfeccionamiento (ser capaz de orientarse y actualizarse para continuar mejorando).</p> <p>Realización colectiva: comprometerse con una o más personas para realizar proyectos interpersonales o de mejora social, bien sea por amistad, altruismo/cooperación o intereses sociales colectivos.</p>
<p>RELACIÓN CON LA INSTITUCIÓN</p>	<p>Conlleva controlar y ajustar los comportamientos a las normas y valores de la institución escolar y a los representantes de la misma. Recoge tres aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto a las personas (cualquier miembro de la comunidad educativa). - Respeto por las normas y criterios éticos de la escuela. - Compromiso con la institución (siempre que sea justa y no discriminatoria).
<p>RELACIÓN CON LA TAREA</p>	<p>Recoge aquellos aspectos relacionados con la motivación, dedicación y realización del aprendizaje y las tareas escolares. Implica concentración, constancia, implicación, planificación, capacidad de conclusión de la tarea, entre otros.</p>
<p>RELACIÓN CON LOS DEMÁS</p>	<p>Estimula relaciones sociales a nivel cuantitativo (sociabilidad) y cualitativo (la calidad de las relaciones. Este último aspecto requiere, según el autor, de: cordialidad inteligente (sentimientos de afecto y consideración), credibilidad (confianza bidireccional entre los demás y uno mismo), empatía, comunicación (verbal y no verbal), capacidad de trabajo en equipo y capacidad de liderazgo e influencia social sin necesidad de autoritarismo.</p>

En base a esto, podemos decir que la educación emocional no implica solo conocer las emociones y gestionarlas, sino también conocerse a uno mismo, valorarse, y ser capaz de establecer relaciones positivas con los demás –pudiendo ponerse en el lugar del otro-, con las normas sociales e institucionales, así como con las metas que uno mismo se marca. Y qué

importante resulta ser capaz de controlar cada uno de estos aspectos para poder gozar de estabilidad emocional y social, que nos permita ser capaces de afrontar los diferentes retos que nos depare la vida cotidiana.

Resulta entonces evidente que todo docente debe ayudar a todos y cada uno de sus alumnos a conocerse, aceptarse, quererse, empatizar, controlarse, mejorar sus capacidades relacionales tanto consigo mismo como con los demás, comprender la importancia de la introspección y el reconocimiento de las distintas emociones que podemos sentir en determinados momentos, para aprender a gestionarlas, a no reprimirlas y, de ese modo, ayudarles a crecer en todas sus vertientes.

Pero si a todo maestro o maestra se le exige que impulse el desarrollo integral de los niños y, por ende, su inteligencia emocional, ¿no resulta un tanto contradictorio que no haya enseñanza de este ámbito en la formación inicial de los futuros docentes? ¿Sobre qué bases didácticas se fundamentará la enseñanza emocional?

La realidad a la que nos enfrentamos, es que se suele carecer de estrategias y recursos específicos para afrontar el proceso de enseñanza-aprendizaje de este tipo de contenido. Es por ello que nace esta propuesta didáctica destinada principalmente al segundo ciclo de Educación Infantil, pretendiendo paliar la situación actual y con el objetivo de mejorar el conocimiento y gestión de la afectividad en el alumnado, para lograr formar a niños más capaces, más felices, más autónomos y más emocionales.

Todo lo expuesto anteriormente hace evidente la necesidad de trabajar en las aulas este tipo de contenido. Como se ha mencionado, este proyecto de innovación pretende hacer visible la necesidad de mejorar la Educación Emocional, no solo mediante tareas puntuales sino también como parte del propio proceso educativo y social en general, y de esta manera, evitar comportamientos o actitudes docentes que, sin considerarlas negativas, podrían estar perjudicando el correcto desarrollo del conocimiento y expresión emocional del alumnado.

El Trabajo consta, por tanto, de tres partes bien diferenciadas: en primer lugar, se plantea un marco teórico de referencia donde se muestra la relevancia de la Educación Emocional en distintas áreas y en el que se analizan las aportaciones de distintos autores sobre el tema. Seguidamente, se presenta la propuesta de innovación, que recoge dos

modelos de sesión aplicables a grupos de alumnos de cinco años, así como una evaluación de las mismas. Para finalizar, se exponen las reflexiones finales, donde se pueden encontrar las conclusiones del trabajo, limitaciones y perspectivas de futuro que se pretenden con el proyecto, así como las referencias bibliográficas que se han utilizado para realizar este trabajo de innovación.

II. OBJETIVOS

Para la realización del Proyecto de innovación nos hemos propuesto los siguientes objetivos:

- Sensibilizar a los docentes acerca de la necesidad de mejorar la educación emocional en el contexto de las clases de educación infantil.
- Ofrecer argumentos para mejorar de la formación inicial y permanente del profesorado en el ámbito de la educación socio-afectiva, justificándose la necesidad de trabajar estos aspectos desde la práctica educativa.
- Plantear modelos metodológicos de intervención en el ámbito emocional que posibiliten la adopción de estrategias para afrontar la educación socioafectiva desde la diversidad.

III. MARCO TEÓRICO

En este apartado se mostrará la influencia que tiene la Educación Emocional en distintos agentes, como los el alumnado, profesorado, currículo y mundo laboral, así como su estrecha relación con la Inteligencia Emocional de la que anteriormente también nos hablaba Bisquerra (2000), y todo esto apoyado por las ideas de diferentes autores que han dedicado su campo de estudio a la influencia que guarda la adquisición de habilidades emocionales o afectivas para el desarrollo integral de la persona, tanto en sí misma como en su relación con la sociedad y, en consecuencia, la necesidad de trabajar esta dimensión en las primeras edades de la vida. Para ello, se han consultado una serie de libros y artículos a los que se alude más adelante.

III. A. Educación socioafectiva y su relación con la Inteligencia Emocional

La educación socioafectiva nos brinda competencias para enfrentarnos de manera equilibrada a posibles conflictos de la vida cotidiana, aportándonos las herramientas necesarias para auto-ajustar nuestra respuesta al contexto, evitando actitudes negativas que podrían comprometer nuestra estabilidad emocional. De todo ello deriva un concepto al que se ha definido como Inteligencia Emocional. La Real Academia Española (RAE) habla de este concepto como la capacidad de percibir y controlar los propios sentimientos, y saber interpretar los de los demás que, como vemos, guarda estrecha relación con la educación emocional o socioafectiva. Los precursores de este término fueron Jack Mayer y Peter Salovey, quienes en 1990 lo definieron como la “habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (cit. Fernández, Palomero & Teruel, 2009). No obstante, el concepto de Inteligencia Emocional se hizo viral a partir de Goleman (1996), que plantea la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades (concretamente autocontrol, entusiasmo, perseverancia y automotivación) que permiten sacar el máximo rendimiento posible al potencial intelectual determinado por la genética. Constituye un vínculo entre los sentimientos, el carácter y los impulsos morales. Según este autor, las actitudes éticas se fundamentan en las capacidades emocionales con las que cuenta el individuo, por lo que la diferencia entre una persona altruista y otra mezquina, radica en su mundo emocional. Asimismo, quien carece de inteligencia emocional se encuentra a merced de sus impulsos, y “si hay algo que nuestro tiempo necesita con urgencia, son el autocontrol y el altruismo” (Goleman, 1996, p.13).

Señala también que resultan inquietantes los resultados de la investigación llevada a cabo a padres y profesores, según la cual los problemas emocionales de la infancia de 1995, habían aumentado, incrementando consigo el aislamiento infantil, la depresión, la ira, la falta de disciplina, la ansiedad, la agresividad,... y con ello, hace una crítica a la forma en la que el sistema educativo separa mente y corazón, dejando “al azar” la educación emocional del alumnado.

Podríamos decir entonces que la inteligencia emocional es aquello que adquirimos tras obtener las competencias básicas para reconocer, gestionar y modular las emociones propias y las ajenas. Eso quiere decir que el fin de la educación socioafectiva es lograr desarrollar en

los alumnos la inteligencia emocional necesaria para ser capaz de ajustarse a las distintas situaciones, personales y sociales, que se le presentan, y poder afrontar así los posibles conflictos con equilibrio emocional y bienestar, como forma de prevención de las emociones a las que hacía alusión Bisquerra (2000): estrés, ansiedad, consumo de drogas, suicidio, etc.

Todo ello nos lleva a considerar la Inteligencia Emocional como una meta de la Educación Socioafectiva, de manera que se ha de tomar como objetivo a la hora de planificar un proyecto de intervención o de, simplemente, guiar la propia actividad docente en base a esta dinámica emocional. El fin que se pretende es desarrollar en los pequeños las habilidades que le permitan enfrentarse a los retos de la vida, asumir, discriminar y gestionar sus emociones, para poder mantener un estado del bienestar y un correcto equilibrio emocional.

III. B. Educación Emocional en el Currículo

Para la elaboración de nuestro proyecto de innovación, nos centraremos en los aspectos curriculares de la ley en vigor que hacen referencia a la educación emocional. Del mismo modo, esto nos servirá para apoyar la necesidad de trabajar estos contenidos socioafectivos en las aulas, en base a una legislación que lo exige.

Si analizamos el Decreto 201/2008, de 30 de septiembre, por el que se establecen los contenidos educativos del primer ciclo de Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias, encontramos que, en su artículo cuarto, correspondiente a los objetivos generales del currículo para esta etapa, se recogen como tal el desarrollo de habilidades socioafectivas del niño, entre las cuales se hallan el reconocimiento de sí mismo, de sus emociones, construcción de vínculos sociales y afectivos adecuados, y control de su propia conducta. Se establecen, además, objetivos y contenidos destinados a trabajar las habilidades emocionales de los niños en cada área del desarrollo (Ver tabla 2).

Tabla 2: Objetivos y contenidos curriculares relacionados con la educación emocional. Primer ciclo.

Área	Objetivos	Contenidos
Conocimiento de sí mismo, la autonomía personal, los afectos	Reconocer la importancia de los aspectos emocionales y la relación social en el desarrollo del niño,	Adquisición de autonomía, conocimiento y aceptación de sí mismos, establecimiento de los primeros vínculos afectivos con el centro y los

y las primeras relaciones sociales.	constituyendo las bases de seguridad para descubrir el mundo. Por ello se pretende crear procesos de identidad propia donde el alumnado elabore una imagen ajustada de sí mismo, sus capacidades y limitaciones, y se promueva la autonomía del niño.	compañeros. Reconocimiento y gestión de las propias emociones, así como respeto y valoración de las expresiones emocionales de los demás.
Descubrimiento del entorno	Mejorar las relaciones sociales tanto en el centro, como la familia y la comunidad.	Comprensión y aceptación de las normas básicas de convivencia social, así como mostrar interés por las distintas relaciones y sucesos del entorno.
Los diferentes lenguajes: la comunicación y representación.	Desarrollar y aumentar las experiencias creativas (artística, musicales, literarias,...) que le permitan ir progresivamente incrementando su capacidad de expresión.	Adquisición de habilidades comunicativas que permitan la relación con los demás y la expresión de las propias emociones y necesidades básicas.

Por su parte, en el DECRETO 183/2008, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo del 2º ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias, podemos observar que esta etapa tiene como fin promover el desarrollo afectivo y social del alumnado, ayudándole a construir vínculos y relaciones, así como a elaborarse una imagen ajustada de sí mismos, tal y como se refleja en la p. 15978 del citado decreto: “Es necesario poner en juego los recursos formativos adecuados que capaciten a las personas para afrontar satisfactoriamente su vida afectiva, social y profesional”. Uno de los fines que establece esta etapa, recoge que “se atenderá al progresivo desarrollo afectivo, facilitando la construcción de nuevos vínculos y relaciones. Se facilitará que los niños y las niñas elaboren una imagen positiva y equilibrada de sí mismos, así como que adquieran autonomía personal y hábitos de control corporal” (p. 15979). Se realiza también una clasificación que determina, para cada área del conocimiento, los objetivos y contenidos emocionales pertinentes (ver tabla 3).

Tabla 3: Objetivos y contenidos curriculares relacionados con la educación emocional. Segundo ciclo.

Área	Objetivos	Contenidos
Conocimiento de sí mismo y autonomía personal	Identificar sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, realizar, de forma cada vez más autónoma, tareas sencillas, adecuar su	Se proponen contenidos que desarrollen la valoración ajustada de sí mismo y el respeto a las otras personas; la aceptación de las diferencias; la confianza en las posibilidades

	comportamiento a las necesidades y requerimientos de otras personas, desarrollando actitudes de respeto, ayuda y colaboración.	de acción; el esfuerzo por vencer las dificultades superables; la colaboración y la iniciativa en las actividades que se llevan a cabo.
Conocimiento del entorno	Configurar progresivamente la identidad del alumnado, y sintiéndose capacitados para actuar de modo más autónomo. Desarrollar las capacidades que les permitan la relación con otras personas y el aprendizaje de pautas elementales de convivencia, ayuda y colaboración.	Se proponen contenidos que trabajen la toma de conciencia de su lugar en la vida en colectividad y la necesidad de incorporar actitudes de cooperación, ayuda, respeto a las normas, resolución pacífica de los conflictos, asunción de pequeñas responsabilidades, etc.
Lenguajes: comunicación y representación.	Emplear la verbalización, la explicación en voz alta de lo que están aprendiendo, de lo que piensan y lo que sienten los niños y las niñas, como instrumento imprescindible para configurar la identidad personal, para aprender, para aprender a hacer y para aprender a ser.	Expresión de las emociones, pensamientos y vivencias; establecimiento de vínculos y relaciones constructivas con las otras personas y con el entorno; capacidad de escuchar, exponer y dialogar, iniciándose en el respeto por las normas y convenciones socialmente establecidas para el intercambio comunicativo.

Podemos concluir entonces en que la legislación actual recoge en el Currículo del Segundo Ciclo de Educación Infantil gran cantidad de contenidos socioemocionales. Se pretende que durante esta etapa se trabajen las habilidades socioafectivas de los niños a partir de tareas prácticas que contemplen la interacción con los demás, el reconocimiento de los sentimientos propios y ajenos, desarrollo de la empatía, capacidad para expresar y gestionar las emociones, incremento de la autonomía, autoestima, elaboración de una imagen ajustada de sí mismos. Podría considerarse que la Ley reconoce la importancia de este campo en el desarrollo de los educando, y que la educación emocional se encuentra muy presente en las exigencias curriculares y los objetivos que se deben haber obtenido al finalizar la educación infantil.

Sin embargo, esto no ha sido siempre así. Siguiendo el análisis que realizan Fernández et al. (2009) acerca de la presencia de la educación socioafectiva en el currículo, y centrándonos en las etapas de infantil y primaria, podemos concluir en los siguientes aspectos:

- No fue hasta 1990, con la Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE), que se comenzó a apreciar la introducción de la inteligencia y educación emocional en el currículo de Educación Infantil y Educación Primaria. Esta ley recogía para Infantil, como objetivos relacionados con el área de la educación socioafectiva, el desarrollo de la personalidad del niño, así como su capacidad de relación, su conocimiento de las normas sociales del medio en el que vive, adquisición progresiva de autonomía personal, y elaboración de una imagen positiva y ajustada de sí mismo. En cuanto a la educación primaria, se centra más en el establecimiento de relaciones sociales positivas, mediante el conocimiento de las normas y valores básicos de convivencia.
- Sería por tanto deducible que la formación de los maestros en base a esta nueva ley, establecería también principios o didácticas básicas que debería seguir el personal docente para aplicar esta educación emocional y conseguir así los objetivos propuestos en el currículo. No obstante, nada más lejos de la realidad, la preparación que recibían los futuros maestros seguía estando más encaminada a lograr objetivos meramente académicos, de enseñar a los niños a saber y a saber hacer, restando a los saberes esenciales como la reflexión, la convivencia y el ser persona, entre otros, la importancia que tienen.
- En 2006 y gracias a la Ley Orgánica de Educación (LOE), la educación socioafectiva da un paso más allá y toma un mayor protagonismo en la legislación curricular. En ella se hace alusión explícita a la dimensión afectiva como agente de desarrollo en las aulas, al igual que ocurre con las dimensiones cognitiva y axiológica –donde se incluyen los valores. Asimismo, se pretende trabajar en todas las capacidades del niño o niña, incrementando su autonomía, sus habilidades sociales, cognitivas, y siendo capaz de conocerse a sí mismo, a los demás e ir elaborando una autoimagen adecuada, positiva y equilibrada. Menciona continuamente la importancia de trabajar la afectividad del alumno como elemento indispensable para el desarrollo del resto de las áreas.
- Respecto a la educación primaria, la LOE establece que la educación ha de proveer al alumnado de las pautas y normas sociales y de convivencia, aportándoles además las herramientas necesarias para actuar en consecuencia a ellas. Por otro lado, esta etapa ha de constituir el marco sobre el que los niños afiancen su propia personalidad, mediante el

conocimiento de sí mismos, su correcto bienestar, autoconfianza, autocrítica y adecuadas capacidades afectivas y sociales.

Tras esto llegamos a la actual Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) cuyas aportaciones al campo de la educación socioafectiva quedan recogidas al inicio del apartado.

Como se puede observar, cada ley educativa ha incrementado el interés, el estudio y la aplicación de la afectividad en las aulas. Las primeras apariciones de la educación emocional, en la LOGSE, apenas se mencionaba este concepto y comenzaban a introducirse pequeñas pinceladas de estos contenidos. Desde entonces hasta día de hoy, con la actual LOMCE, la educación socioafectiva ha cobrado mayor relevancia, convirtiéndose en un elemento más de la enseñanza en la escuela. Pese a que queda aún mucho camino por recorrer, especialmente y como se verá a continuación, en la formación de maestros y en didácticas que aporten estrategias metodológicas de este tipo de educación, parece que poco a poco se va abriendo paso en la comunidad educativa, otorgándosele el peso que merece y reconociendo cada vez más su carácter indispensable en el desarrollo de la propia personalidad.

III.C. La importancia de la Educación Emocional en el alumnado.

Habiendo mencionado las áreas o ámbitos de actuación que abarca la educación socioafectiva, resulta innegable la importancia que ésta tiene en la enseñanza y el desarrollo del alumnado.

La educación emocional o socioafectiva favorece el correcto desarrollo del niño, permitiéndole asentar las bases de la estabilidad emocional, creer en sí mismos y, en consecuencia, mantener relaciones sociales y afectivas positivas y de calidad. Por tanto, el no dar a esta área la importancia que merece, puede desembocar en consecuencias totalmente contrarias: falta de autoestima, incapacidad para reconocer y gestionar las emociones propias y de los otros, y tendencia a mantener relaciones tóxicas de sometimiento o incapacidad para reconocerlas, entre otros. Es por ello que, tras programas de aplicación de la educación socioafectiva, se observa que los niños son capaces de gestionarse, reduciéndose el riesgo de

ansiedad y depresión, y mejorando considerablemente la estabilidad emocional y la percepción de sí mismos.

Pero ya que la Educación parece dar más importancia a los resultados académicos que a la situación emocional de su educando, Goleman tiene también una respuesta para esto, asegurando que las emociones negativas son capaces de absorber casi la totalidad de la atención del individuo, impidiéndole prestar atención a los nuevos conocimientos que se le pretenden transmitir y, en consecuencia, siendo incapaz de procesar la información de manera correcta (Goleman, 1996). Es por eso que el equilibrio o desequilibrio emocional de los niños influye en todos los aspectos de su vida, incluyendo por tanto el ámbito académico. He aquí otra razón más que apoya la necesidad de impartir en la Escuela la educación emocional.

A este carro se suman también Fernández-Berrocal y Extremera (2003), quienes recalcan la conexión que se establece entre los resultados académicos y la educación emocional, pues los niños se muestran más interesados y predispuestos al aprendizaje en un contexto donde se sienten queridos, integrados y aceptados incondicionalmente, donde se toma en cuenta su opinión, sus particularidades y sus emociones. El niño que sabe sus limitaciones y posibilidades, que cree en sus capacidades y que está dotado de las habilidades y herramientas necesarias para reconducir la frustración, tendrá mayor predisposición a arriesgarse en la vida, a no renunciar a aquello que le motiva por miedo o inseguridad, y a no sentirse abatido o desorientado tras las primeras negativas.

En la vida nos enfrentamos continuamente a situaciones que requieren que controlemos nuestras emociones. Si nos paramos a pensar en lo que sentimos en cada momento, a muchos de nosotros nos costará exteriorizarlo, porque no nos han ayudado a adquirir las competencias para reconocer y distinguir qué sentimos, o para aprender a no confundir emociones. Necesitamos saber cómo poder gestionar el dolor, la ira, o la tristeza entre otros, como medio de prevención de posibles depresiones, ansiedad y, en los casos más severos, acabar con la propia vida.

Los maestros de educación infantil trabajamos en unas edades especialmente susceptibles en las que el niño está construyendo su propia personalidad, y es ahora cuando debemos darles las herramientas para poder establecer una imagen adecuada de sí mismos que resulta difícilmente modificable –que no imposible- en los años posteriores.

No obstante, se ha de señalar también que la educación socioafectiva no solo pretende que el usuario se conozca a sí mismo, sino que sea capaz de conocer las emociones de los demás, desarrollar la empatía para ponerse en la piel del otro y hacerse una idea sobre cómo le puede estar afectando una situación; por lo que la educación emocional es una herramienta fundamental como prevención de ese gran problema de las aulas como es el acoso o *Bullying*. Como hemos visto, muchos autores como Bisquerra (2000) o Goleman (1996) entre otros, asumen que uno de los efectos negativos que se obtienen de no ayudar a los jóvenes a gestionar su mundo emocional, pasa por el incremento de la violencia y un precario desarrollo de la empatía; todo ello deriva en situaciones de acoso que se ven cada vez más en las aulas.

Si trabajamos la Educación Emocional en las aulas, tal como pretende este Proyecto de Innovación, no solo favorecemos la disminución de estas situaciones de acoso, sino también ayudaremos a los niños a desarrollarse totalmente como personas, a mantener relaciones de retroalimentación positiva, a comprender y ser capaces de ponerse en el lugar del otro, a regularse y, en definitiva, a darles las herramientas para mejorar su aprendizaje y poder ser un poco más felices.

III. D. La educación emocional en el profesorado.

Una vez vista la necesidad de llevar a las aulas la dinámica de la educación socioafectiva, se ha de analizar también al personal docente encargado de impartirla, pues será éste el agente capaz de perpetuar -o no- una enseñanza emocional de calidad y, con ella, un nuevo concepto de Escuela (Fernández et al., 2009). Es importante que los maestros asuman la influencia que tiene la educación socioafectiva en todos y cada uno de nosotros, pues solo de esa manera serán capaces de llevarlo a las aulas con convencimiento e interés, y no como un mero contenido teórico exigido por el BOC. En la medida en que el docente asuma esta premisa, las interrelaciones emocionales que se sucedan en el aula permitirán el aprendizaje mutuo y crecimiento personal de todos los implicados (maestro-alumno/alumno-alumno) o, por el contrario, provocará desgaste y sufrimiento en ambas partes (Fernández et al., 2009).

Si bien la enseñanza ha cambiado al considerar las necesidades del niño y se ha visto obligada, como se mencionaba anteriormente, a asumir roles que antes le eran ajenos, también la figura del profesorado ha tenido que moldarse para responder a estos cambios. Por todos es sabido que, como tantas otras, la labor del maestro es mantenerse en continua formación, con el fin de adaptarse a los cambios sociales y teóricos que se presentan. Sin embargo, esta premisa se hace aún más notable en la actualidad, pues su rol ha pasado significativamente de ser un mero transmisor de conocimientos a encargarse del desarrollo integral de la personalidad del alumnado, por lo que no se recogen solo los aspectos cognitivo sino también el amplio mundo de las emociones.

Por tanto tenemos, por un lado, el reconocimiento de la educación socioafectiva como elemento fundamental del desarrollo humano que los maestros han de trabajar en las aulas, apoyados también por los requerimientos del Currículo; y, por otro lado, un personal docente que, en su preparación como tal, no recibe –al menos de manera obligatoria- formación o didáctica que le permita tener nociones básicas relacionadas con este ámbito. Con esto nos referimos al Grado de Maestro de Educación Infantil impartido por la Universidad de La Laguna, que ofrece como optativa la asignatura de Psicología de la Educación Socioafectiva. Sin embargo, en el Grado de Maestro en Educación Primaria de esta misma institución, encontramos como obligatoria la asignatura Educación Emocional, impartida durante el tercer curso del Grado.

Numerosos autores han respondido a esta incongruencia, apoyando la necesidad latente por parte del profesorado, de recibir formación obligatoria en sus procesos de formación inicial, especialmente los maestros de Educación Infantil y Primaria. Filella et al. (2002) defienden la necesidad de formación docente –tanto inicial como permanente- por parte de un especialista asesor en el campo de la educación socioafectiva, que les brinde un programa de educación emocional aplicable a todos los ciclos de educación infantil y primaria, y habilidades o didácticas que les permitan afrontar y desempeñar una correcta educación emocional en las aulas.

Todo docente debe pretender siempre el mejor desarrollo personal posible de su alumnado, así como la máxima consecución de sus competencias y habilidades. Tomando como referencia los estudios realizados por Fernández-Berrocal & Extremera (2003), que señalan la importantísima correlación entre el mundo emocional del alumnado y su capacidad

de aprendizaje, resulta obvio considerar que el docente ha de, no solo tener en cuenta el desarrollo emocional en el que se encuentran sus alumnos, sino también pretender trabajar en él y hacer conscientes a los niños de qué sienten, porqué lo sienten y cómo poder regularlo, con el fin de favorecer una mayor calidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Pero para poder hablar de la puesta en práctica docente, debemos hablar primero de su experiencia en este campo, pues es imprescindible que los docentes hayan pasado por este aprendizaje emocional y se conozcan a sí mismos en todas las áreas que la educación socioafectiva recoge, ya que esto les permitirá valorar la importancia que tiene en el desarrollo y crecimiento personal, le brindará las pautas para enseñarlo de manera efectiva y le proporcionará habilidades para afrontar con equilibrio emocional los retos que supone la enseñanza. Podríamos decir entonces que la educación socioafectiva comienza con la propia formación del personal docente encargado de impartirla. Un maestro emocional será capaz de analizarse a sí mismo y a sus alumnos, favoreciendo un clima de comprensión en el aula y ajustando su respuesta educativa a las necesidades de su alumnado (Fernández et al., 2009).

Tras un estudio realizado sobre los cursos de formación permanente impartidos en los CFIEs (Centro de Formación del Profesorado e Innovación Educativa) de Burgos y Miranda de Ebro (2017), se observó que, de los cursos ofrecidos a los docentes de educación infantil y primaria, el 69,9% guardan relación con la educación emocional o inteligencia emocional (Escolar et al., 2017). Esto significa que, en los últimos años, la demanda por parte del personal docente ha sido tal, que la oferta se ha visto triplicada, lo que supone esos pequeños “brotes verdes” de los que nos hablaban Fernández et al. (2009). Para la comunidad educativa resulta cada vez más evidente la importancia de trabajar en las aulas la educación emocional con los más pequeños, aunque se siga considerando como una “materia aislada” y no como un elemento integrado e indivisible de la propia enseñanza. Es por ello que algunas editoriales –también impulsado por la inclusión de esta disciplina en el Currículum- ha comenzado a crear propuestas didácticas con actividades específicas de trabajo, pero se ha de concienciar a los maestros de que no solo se trabaja la educación emocional mediante dinámicas, sino que es un proceso continuo que debe estar presente en las tareas cotidianas del centro, como impulsarlos a que se expresen, intentar que reconozcan sus emociones tras diferentes situaciones (ira, felicidad, miedo,...), o incluso no restarle importancia a cosas que sí la tengan para el niño, solo porque a los adultos nos parezca un hecho insignificante.

Bisquerra (2000) ofrece una serie de consideraciones para la puesta en práctica de la Educación Emocional. Entre ellas, encontramos que este proceso de enseñanza de las emociones ha de comenzar desde las edades más tempranas y extenderse a lo largo de la vida a través de los contenidos y estrategias adaptados a la edad evolutiva del grupo al que se imparte (pues, de lo contrario, puede atrofiar el desarrollo del alumnado en ese campo) y donde intervengan:

- 1) La familia, dado que, consciente o inconscientemente, transmite al niño experiencias emocionales que éste interioriza, conformando así su patrón habitual de comportamiento.
- 2) La comunidad, mediante redes de apoyo a las que pueda acudir en caso de necesitarlo.
- 3) El personal docente, que ha de contar con formación previa que le permita sentirse cómodo hablando de las emociones, y que comprenda que la coerción no es la mejor forma para impartir disciplina en el aula. Además de ello, asegura que la clave del éxito de la educación emocional reside en hacer de ella una asignatura transversal al resto de áreas explícitas en el currículo, tomando los comportamientos inadecuados de los pequeños como lecciones que doten a los niños de las habilidades emocionales de las que carecen.

Cabe destacar que la educación socioafectiva no es una materia que se trabaje simplemente por sesiones o incluyendo sus contenidos de manera global con el resto de materias. Los maestros o maestras deben conocer y seguir una serie de estrategias metodológicas que le permitan crear en todo momento un clima de afecto en las aulas. Estas estrategias o pautas de acción, suponen renunciar a ciertas prácticas que suelen darse en los centros educativos, como por ejemplo:

- Pasar por alto las emociones que afloran, con respuestas como *“no te enfades, que no pasa nada”* o *“deja de llorar, que nadie te ha hecho nada”*.

Alternativa de acción: se ha de aprovechar la aparición de estas emociones, usándolo como agente de aprendizaje significativo, enseñándoles que las emociones deben ser experimentadas, reconociendo su origen y cómo nos hacen sentir, así como de qué manera podemos modificarlas. Para ello se debe hacer preguntas al niño o niña, ayudándole a descubrir su mundo emocional: *“¿qué te ha hecho enfadar? ¿por qué estás triste? ¿cómo te sientes? ¿qué podría ayudar a sentirte mejor? puedes llorar si lo necesitas”*.

- Cuando unos niños pelean, castigarlos u obligarlos a perdonarse sin indagar en el problema.

Alternativa de acción: se puede trabajar en pequeño grupo, únicamente con los niños implicados, o aprovechar la situación para trabajar con toda la clase. Lo primero es indagar en cuál ha sido el detonante, y pedir a cada uno de los niños que explique cómo se ha sentido. Seguidamente, ir haciendo preguntas a los niños que permitan ponerse en el lugar de su compañero, desarrollando así sus habilidades sociales y su empatía, entre otros: “¿cómo te has sentido tú en esta situación? ¿sabías que tu compañero se sentía así? si te hubiera hecho él o ella lo que has hecho tú, ¿cómo te sentirías? ¿cómo podemos solucionar el problema? ¿estás de acuerdo en hacer lo que dice tu compañero/a?”.

Con respecto a estas estrategias metodológicas, Bisquerra (2011, p. 72-73) afirma que el adulto o docente debe ser quien ofrezca “un clima de seguridad, respeto y confianza ante los niños. Es capaz de contagiar su estado emocional y anímico a través de su tono de voz, gestos, contacto físico, etc.”. Así pues, el autor reúne una serie de estrategias que ha de procurar el maestro o maestra, a fin de favorecer las condiciones óptimas para que se pueda dar en las aulas una educación socioafectiva de calidad (ver tabla 4).

Tabla 4: Estrategias metodológicas, Bisquerra (2011).

ESTRATEGIA	DESCRIPCIÓN
Permitir la expresión emocional.	Se deben admitir las expresiones del niño sobre sus propias emociones, toda persona tiene derecho a expresar sus sentimientos, sean cuales sean.
Aceptar todas las emociones	Todas las emociones son válidas y, por tanto, merecen ser sentidas, tanto las consideradas positivas como negativas, para alcanzar un adecuado aprendizaje emocional. No se deben eliminar las emociones negativas en el aula, sino aprovecharlas para poder trabajarlas.
Naturalidad	Hablar de todas las emociones con naturalidad, sin dramatizaciones. Expresarlas claramente nos permite abrirnos a los demás y conocernos mejor como personas.
Reconocimiento emocional	El docente debe reconocer sus propias emociones, así como identificar y respetar las de sus alumnos, incrementando así las relaciones personales y la autoestima propia y de los educandos.
Demostrar afecto al	Es importante que los niños comprendan que los seguimos queriendo, sientan la

niño/a	emoción que sientan. De esta manera se evita el establecimiento de significados incorrectos en el pequeño (si se enfada, o el adulto se enfada con él, deja de quererle) y le permite comprender y aceptar sus emociones.
Contemplar el lenguaje emocional	Se realiza mediante la observación corporal y verbal del alumno. Esto permitirá al maestro o maestra conocer el estado emocional del niño y actuar en consecuencia.
Fomentar el bienestar	Proporcionar a los niños el mayor número de estrategias posibles que les sirvan como vías para canalizar los sentimientos y alcanzar bienestar y equilibrio: masajes relajantes, cantar, bailar, reír, hablar,...
Permitir errores	Mediante los errores, los alumnos van aprendiendo y ganando autonomía, de esta manera serán más capaces de poder reconocer, gestionar y modular sus emociones sin necesidad de ayuda externa del adulto.
Desligar la asociación emoción-reacción	Para ello, se ha de trabajar en distintas sesiones, especialmente en la autorregulación, de manera que los pequeños comprendan que de la ira no siempre deriva la violencia, sino que pueden modificar esas emociones y los compartimientos que de ellas derivan.
Ayudar al niño a tener en cuenta a los demás	Guarda relación con el desarrollo de la empatía. Supone colocar al niño en situaciones que le permitan experimentar cómo se sienten los demás, sus puntos de vista, sus sentimientos,... de esta manera se mejoran la convivencia y la relación con los demás.
Enseñar significativamente	Para ello se requiere trabajar los contenidos emocionales en acciones de la vida cotidiana, aprovechando también las situaciones espontáneas que puedan surgir en el aula: una pelea, hacer sentir mal a otro compañero, tener puntos de vista diferentes, enfadarse y no saber controlar la ira,...
Recursos	Se destacan cuatro recursos fundamentales que favorecen en gran medida la puesta en práctica de la educación emocional: <u>La música:</u> ayuda a aflorar emociones. <u>Los títeres:</u> permiten establecer vínculos emocionales con ellos. <u>Los cuentos:</u> ayudan a los niños a comprender distintos puntos de vista, ponerse en el lugar de los demás, identificarse con los personajes, canalizar emociones. <u>El juego:</u> permite la interacción y libre expresión emocional.
Agrupamientos	La formación de los niños en círculo o semicírculo y cerca del maestro o maestra permite el contacto visual y corporal, incita al diálogo, permite sentirse escuchado y acogido; favorece el bienestar individual y colectivo.

Todas estas pautas resultan fundamentales a la hora de poder llevar a las aulas la educación socioafectiva ya que, como se ha mencionado, no se trata de tareas aisladas o sesiones concretas. La educación emocional pasa por respetar todos estos momentos y particularidades de los niños, sin limitar su libertad de expresión y ayudándoles a adquirir progresivamente mayor autonomía, autoestima, autoconocimiento, reconociendo y modulando sus propias emociones, con el fin de favorecer el establecimiento de relaciones sociales sanas y de calidad, así como un correcto equilibrio y bienestar emocional. Estas estrategias son las que van a dar fundamento a la metodología y a la acción docente en este proyecto de innovación.

Para finalizar, se presenta un esquema-resumen con la aportación de los autores a los que se ha hecho referencia a lo largo de los distintos apartados del marco teórico, así como las ideas principales que apoyan el desarrollo de este trabajo. Estas aportaciones han sentado las bases para poder realizar la propuesta de tareas que se plantea en nuestra propuesta de innovación.

Autor/es	Ámbito	Aportaciones
Goleman, D. (1996)	Inteligencia emocional	La inteligencia emocional son esas habilidades socioafectivas que determinan la personalidad del individuo. Se liga a sus valores éticos y morales, a su carácter, sentimientos y comportamiento. Es lo que diferencia a las personas.
Bisquerra, R. (2000)	Bienestar emocional	La educación emocional ha de dotar al alumnado de competencias que le permitan mantener un adecuado equilibrio y bienestar emocional. Los agentes de intervención son la familia, el personal docente y la Comunidad.
Filella et al. (2002)	Formación docente	Los docentes deben recibir una formación inicial y permanente de la educación socioafectiva. Para ello deben contar también con un especialista que les guíe y proponga mecanismos o estrategias de acción.
Fernández-Berrocal & Extremera (2003)	Resultados académicos y educación emocional	Los niños aprenden más y mejor cuando lo hacen en un clima de afecto y comprensión. La escuela debe tratar la educación emocional para lograr también así el incremento de las adquisiciones de conocimientos de los niños.

Rodríguez (2006)	Fines socioemocionales	La educación emocional presenta diez ámbitos de actuación sobre los que se debe intervenir para lograr un adecuado desarrollo afectivo.
Fernández et al. (2009)	Leyes de Educación	Fue la LOGSE quien comenzó a introducir los contenidos socioafectivos en el Currículo Educativo. En las posteriores legislaciones, se ha ido profundizando cada vez más en la importancia de trabajar la educación emocional desde las aulas.
Bisquerra, R. (2011) (Coord.)	Formación emocional	No vale solo con trabajar sesiones de contenido emocional. La educación socioafectiva se encuentra en las acciones y conductas que tenemos con los niños. Se requiere conocer estrategias que fomenten la aparición de las habilidades socioafectivas del niño.
Escolar et al. (2017)	Formación docente	El personal docente tiene un mayor interés e implicación por adentrarse en el mundo de la enseñanza emocional. Esto puede verse en el incremento de la demanda y, por tanto, de la oferta de cursos relacionados con este campo (estudios en Miranda de Ebro y Burgos, 2017)

Las consideraciones anteriores aportan argumentos fundamentales que se han tenido en cuenta para la elaboración de este Proyecto de Innovación, atendiendo no solo a las necesidades del alumnado, sino también a las del docente, a cómo ha de ser su actuación para comportarse en base a unas estrategias emocionales que fomenten la aparición y el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños. Esto solo se puede lograr habiendo experimentado lo que la educación emocional implica, teniendo la inteligencia emocional para poder afrontar sus propios conflictos y ser capaz de transmitirlo a su alumnado, considerando que las emociones son un elemento decisivo en las acciones y decisiones de los pequeños, así como en su capacidad de atención. Por lo que han de ser trabajadas para permitirles la oportunidad de ser ellos quienes controlen sus sentimientos.

IV. PROPUESTA DE INNOVACIÓN SOBRE LA EDUCACIÓN SOCIOAFECTIVA

A continuación, se muestran los diferentes apartados que compondrán nuestro proyecto de intervención y que nos han permitido estructurar y guiar la elaboración de los modelos de sesión.

IV.A. Objetivos

Los objetivos que nos hemos propuesto, son los siguientes:

- Incrementar las habilidades sociales y afectivas del alumnado.
- Aportar al personal docente modelos de Educación emocional aplicables a las aulas de cinco años.

IV.B. Metodología

La metodología que se expone a continuación, no solo irá destinada al desarrollo de las sesiones, puesto que se ha de aplicar la educación emocional no como una materia, tal como se explicó en el apartado de estrategias docentes, sino como una forma de entender la Educación, englobándolo en todo momento con el resto de actividades y situaciones que se presenten en el aula. Esto guarda relación con la transversalidad de la que nos hablaba anteriormente Bisquerra (2000).

Lo que se pretende es trabajar, entre otros, las capacidades sociales de relación, ayuda y expresión de las propias emociones, por lo que, como norma general, las sesiones de intervención se realizarán en la zona de la asamblea y en gran grupo, escuchándonos y ayudándonos entre todos.

En cuanto a las estrategias metodológicas que se van a emplear, las predominantes serán la emancipativa y participativa, favoreciendo que sean los propios niños quienes guíen en cierto modo las tareas, tengan libertad de decisión, de expresión y vayan incrementando sus niveles de autonomía. Además de ello, esto les permite ayudarse unos a otros, evitando juzgarse y estrechando las relaciones sociales entre los compañeros.

Durante las sesiones se emplearán los tres mecanismos de procesamiento de la información: ejecución, percepción y decisión. Sin embargo, serán estos dos últimos los utilizados en mayor medida, pues de esa manera se refuerza aún más el desarrollo de la autonomía.

Se trata, por tanto, de una perspectiva globalizadora, que parte de los conocimientos previos y de los intereses de los niños, y que unifica todas las materias y valores que se desean impartir, de manera que se produce un aprendizaje significativo para los pequeños, pudiendo aplicar lo aprendido a diferentes situaciones de la vida cotidiana.

Asimismo, se trata de una metodología activa y vivencial, donde son los propios alumnos quienes elaboran su propia construcción de aprendizajes y adquieren los conocimientos de manera significativa, mediante la experimentación, la observación, la comprensión de uno mismo y de los demás,... Sólo de esta manera, la enseñanza en valores socioafectivos proporcionará los resultados esperados.

Se promoverán en todo momento el debate y la expresión en sus distintas formas (oral, plástica, gestual) de las emociones, el respeto por las opiniones ajenas (coincidan o no con las propias), la tolerancia, la empatía, aprender a escuchar, aprender a esperar, aprender a valorar hechos o situaciones relevantes para los otros.

El docente, por su parte, ha de favorecer en el aula un clima de aceptación, escucha, y comprensión, que invite a los niños a expresarse sin ser juzgados. Es posible que al comienzo de las tareas, los niños se muestren inseguros a participar, por lo que será el maestro o maestra quien deberá comenzar la dinámica poniéndose como ejemplo de los niños. No obstante, en la medida en que los pequeños comiencen a participar, se mantendrá al margen y permitirá que sean ellos quienes debatan y se ayuden entre ellos. Para aprovechar al máximo la actividad, podrá intervenir haciendo preguntas a los niños, que sirvan para favorecer la dinámica de la sesión o el establecimiento de relaciones de cooperación entre los alumnos.

Durante las actividades específicas de educación socioafectiva, se evitará en la medida de lo posible el uso de mesas y sillas, colocándonos en la zona de la asamblea donde los niños puedan verse los unos a los otros y se favorezca la expresión y la ayuda.

Cabe mencionar también que se ha de respetar en todo momento las características individuales del alumnado, atendiendo a la diversidad que encontramos en el aula. De este modo, se tendrán en cuenta las decisiones de cada uno de los alumnos; si decide intervenir o no, si encuentra un tema del que prefiere no hablar, o incluso si siente interés por expresar en cada momento sus emociones. No obstante, se establecerán unas normas que regulen y favorezcan el clima de diálogo, expresión y ayuda de las sesiones, como son el respeto por la expresión de las emociones y pensamientos de los compañeros, valorar las intervenciones de los demás como queremos que valoren las nuestras, ayudarnos entre todos, o respetar el turno de palabra.

IV.C. Sesiones

Debido a la gran cantidad de aspectos que recoge la educación socioafectiva, resulta muy difícil poder establecer una sesión donde se trabajen de manera simultánea todos los fines recogidos por Rodríguez (2006), en cuya distribución de áreas de intervención nos centraremos para la elaboración de las sesiones. No obstante, pese a planificar unas tareas encaminadas a trabajar un fin determinado, es habitual que surjan otros aspectos emocionales durante la puesta en práctica, que nos permitan incorporar y trabajar de forma paralela otras categorías socioafectivas. Se deben aprovechar estas situaciones para tratar el mayor número posible de fines y proporcionar así una experiencia más completa a los niños.

A continuación se muestran dos modelos de sesión que pueden tomarse para ser llevado a las aulas de tercero del segundo ciclo de Educación Infantil; niños de 5-6 años. Pese a suponer una pequeña guía, se han de tener en cuenta para su aplicación los demás elementos que se han mencionado en anteriores apartados, como son la formación previa del maestro o adaptar lo trabajado en las sesiones a los intereses y necesidades del grupo clase al que se le imparten. La estructura de las sesiones seguirá, por norma general, la misma línea:

Primera fase: asamblea. Se recuerdan las normas y se introduce al tema que se va a trabajar

Segunda fase: desarrollo de la sesión. Reúne una serie de tareas que permitan trabajar el contenido seleccionado. Por norma general, se utilizarán cuentos, canciones, títeres, etc.

Tercera fase: cierre de la sesión. Se realizará mediante una reflexión final de lo trabajado y lo aprendido, que ayude a afianzar los conocimientos adquiridos.

Se debe tener en cuenta que la Educación Emocional no se limita a la aplicación de sesiones aisladas, sino que recoge también un amplio abanico de actitudes que se han de llevar a cabo en las aulas por parte del profesorado y que, de esa manera, incrementan y favorecen el desarrollo de las habilidades socioafectivas del alumnado. Debido a que se pretende que los niños adquieran también habilidades sociales, de cooperación, empatía y abrirse a los demás, las tareas se realizarán en gran grupo, surgiendo así un mayor número de opiniones diferentes que nos pueden ayudar a trabajar también la tolerancia y a comprender que hay tantos puntos de vista como personas en la sala.

Primera sesión				
TAREAS		TP.	PL.	AG.
Asamblea	Al inicio de la sesión se realizará la asamblea, donde recordaremos a los pequeños las normas e introduciremos el tema que vamos a tratar. En esta sesión se trabajarán principalmente las emociones de tristeza e ira, y su habitual confusión, por lo que preguntaremos a los niños qué es estar triste, y qué es estar enfadado. Se han de respetar todas las opiniones de nuestros compañeros, sean o no iguales a las nuestras. - <u>Materiales</u> : no se precisan	10/15 min	C	GG
	Cuento “Elena y el dragón melancólico”. Una vez hayan dado su opinión, les diremos que en el día de hoy se va a contar la historia de “Elena y el dragón melancólico” (anexo 2) (Peñalver y Sánchez, 2014). Este cuento habla sobre cómo a veces confundimos la tristeza con la ira, y nos ayuda a reconocer y diferencias ambas emociones, así como la alegría - <u>Materiales</u> : libro <i>Cuentos para educar con Inteligencia Emocional</i> .	5/7 min	S	GG
Desarrollo	Reflexión sobre la historia. Tras leer la historia, se preguntará a los niños qué ha pasado y si se han sentido así en algún momento o si, en ocasiones, confunden estar triste con estar enfadado. Seguidamente, se les preguntará qué les pone tristes,	10/15	C	GG

	<p>enfadados y felices. En algunos momentos puntuales podemos tomar la situación que ha explicado uno de los niños y decir “¿Alguien más se siente como Pedro? ¿Qué hacemos cuando nos sentimos así?”. De este modo, no solo se ofrecen alternativas de acción entre los propios niños, sino que también se genera un sentimiento de unidad, de formarse parte de la sociedad, una conciencia en los niños que podría interpretarse como “No soy el único, a muchos nos pasa lo mismo”.</p> <p>- <u>Materiales</u>: no se precisan.</p>	min		
	<p>Así soy yo.</p> <p>Esta tarea se enlaza directamente con la anterior. Consiste en repartir a los niños una ficha donde deban dibujar en cada uno de los recuadros que aparecen (anexo 3): Lo que más me gusta de mí, mis miedos, lo que me hace feliz, lo que me calma, lo que más me gusta hacer, lo que me enfada. De esta manera, se trabajan el reconocimiento de las emociones y el autoconcepto que, como hemos visto, supone conocerse a uno mismo, sus puntos fuertes, sus debilidades, sus gustos,...</p> <p>- <u>Materiales</u>: Ficha <i>Así soy yo</i>.</p>	25/30 min	S C	I GG
Reflexión final	<p>Para cerrar la sesión y a modo de resumen, se preguntará a los niños si les han servido las tareas, si les ha gustado y qué han sacado en claro de ella.</p> <p>- <u>Materiales</u>: no se precisan.</p>	5 min	S	GG

*TP: Temporalización; PL: planteamiento de la actividad; S: simultánea; C: consecutiva; A: alternativa; AG: agrupamientos; I: individual; GG: gran grupo.

Segunda sesión				
TAREAS		TP.	PL.	AG.
Asamblea	<p>Como cada apertura de sesión, comenzaremos con una asamblea donde introduzcamos a los niños, mediante preguntas y pequeño debate, al tema que se va a trabajar. En este caso se trata del miedo y la vergüenza, y de cómo tenemos que superarlo para poder cumplir nuestros sueños y ser felices. Preguntaremos también a los niños qué es la vergüenza, en qué ocasiones sienten vergüenza, y cómo actúan; si lo enfrentan, si evitan la situación,... Seguidamente, haremos lo mismo con el miedo. Por tanto, estaremos actuando sobre las áreas de Autoconciencia (qué siento), autoconfianza (tener seguridad en uno mismo y en sus capacidades de obtener éxito) y autorregulación personal (ajuste emocional: gestionar los sentimientos).</p> <p>- <u>Materiales</u>: no se precisan.</p>	10/15 min	C	GG

Desarrollo	<p>Cuento “Chema y el duende del Puzle”</p> <p>Tras haber escuchado las situaciones ante las que los niños sienten estas emociones, se les leerá el cuento de <i>Chema y el duende del puzle</i> (anexo 4) (Peñalver y Sánchez, 2014). En él se cuenta la historia un niño de nueve años que decide renunciar a su sueño por ser invadido por la vergüenza y el miedo. Tras una serie de acontecimientos, el niño decide retomar su sueño, cambiando las emociones negativas por valentía.</p> <p>- <u>Materiales</u>: libro <i>Cuentos para educar con Inteligencia Emocional</i>.</p>	5/7 min	S	GG
	<p>Reflexión sobre la historia.</p> <p>Tras la lectura del cuento, se le preguntará a la clase qué ha pasado en el cuento, por qué Chema quería dejar de tocar guitarra y qué hubieran hecho ellos en su lugar. Asimismo, se recurrirá a la parte de la historia en la que el niño pensaba que a nadie le había gustado su actuación cuando realmente era al contrario, para explicar a los pequeños que, en ocasiones, creemos que los demás tienen una imagen negativa de nosotros o de lo que hacemos, cuando realmente no es así, y que en todo caso, debemos tener en cuenta nuestra opinión y lo que nos hace felices, independientemente de que les guste a los demás o no. Un agente positivo de enseñanza, puede ser que el propio docente se ponga de ejemplo, diciendo a los pequeños cosas como: “A mí me gusta esta chaqueta, y aunque Sara venga y me diga que a ella no, yo me la voy a seguir poniendo, porque a mí me gusta”, o “Si a mí me hace feliz pintar, ¿voy a dejar de hacerlo porque alguien me diga que pinto mal?”.</p> <p>- <u>Materiales</u>: no se precisan.</p>	10 min	C	GG
	<p>El puzle de la valentía</p> <p>Esta tarea surge con el fin de favorecer que los niños puedan superar el miedo o la vergüenza en situaciones de su vida cotidiana. Para ello, se le entregará a cada uno una pieza de un mismo puzle (se ha de pretender que el puzle tenga tantas piezas como alumnos, o la cantidad más ajustada posible). En el centro de la asamblea, se colocará una base donde está dibujado el puzle final, de manera que los niños sepan dónde tienen que colocar su pieza. A continuación, los pequeños deben decir, uno a uno, alguna situación que les genere uno de estos sentimientos, mientras que el resto de compañeros le ofrecerá alternativas de actuación que puede realizar para superar ese sentimiento, o formas de interpretar la situación que le ayuden a verlo de otra manera. Una vez que el niño ha</p>	25/30 min	C	GG

	<p>considerado que tiene consejos suficientes como para superar la situación, colocará su pieza del puzle sobre la base que se ha colocado en el centro de la asamblea. Una vez que todos hayan colocado su pieza, diremos a los pequeños que tengan en cuenta los consejos de sus compañeros y que tomen aquellos que creen que les pueden ayudar, y haremos una pequeña reflexión sobre lo que nos pueden ayudar otras personas cuando tenemos un problema, aportándonos posibles soluciones o puntos de vista diferentes. De esta manera se incita también al establecimiento de relaciones sociales y a la búsqueda de ayuda.</p> <p>- <u>Materiales</u>: un puzle.</p>			
Reflexión final	<p>Para cerrar la sesión y a modo de resumen, se preguntará a los niños si les ha servido la tarea, si les ha gustado y qué han sacado en claro de ella.</p> <p>- <u>Materiales</u>: no se precisan.</p>	5 min	S	GG

IV.D. Evaluación

La evaluación de las sesiones tiene como propósito valorar la adquisición de los objetivos propuestos para el proyecto de intervención. A través de ella se valorará el impacto que éste ha tenido en los alumnos, al tiempo que ofrece una retroalimentación docente sobre si la práctica es o no la adecuada, y qué elementos se deberían modificar.

En este caso contaremos con tres tipos de evaluación:

- **Evaluación inicial**: consiste en valorar las habilidades afectivas con las que cuenta el grupo antes de la intervención. Esto se realizará mediante la observación de la conducta de los niños en diferentes situaciones cotidianas del centro que requieran de habilidades socioafectivas. A través de ella se podrán establecer los objetivos y contenidos del proyecto, basándonos en los intereses y las principales necesidades de los niños. De esta manera, podremos intervenir con mayor hincapié en aquellas áreas del desarrollo emocional que presenten más carencias. Será el punto de partida y el punto de retorno para valorar, en la evaluación final, si se han alcanzado y suplido estas necesidades.

- **Evaluación procesual:** en cada una de las tareas se valorará la respuesta del alumnado, sirviendo como *feedback* al propio docente. Mediante esta evaluación se considerará si las actividades propuestas se ajustan a la edad de los niños, a las necesidades, si son comprensibles, si permiten al alumnado adquirir los objetivos deseados o si, por el contrario, se requiere de ajustes o adaptaciones.
- **Evaluación final:** constará de un informe final donde se recojan los aspectos más significativos del proyecto y se valore la adquisición de los objetivos propuestos. Para ello se contará con una hoja de registro (anexo 4). Se contará, además, con una autoevaluación docente (anexo 5) que sirva como introspección pedagógica, que ayudará al docente a reflexionar sobre la propia intervención, si se ha ajustado a la metodología, y donde se valorará si la estructuración del proyecto se ha adaptado en objetivos, contenidos y tareas a las características del alumnado al que se aplica.

Para elaborar esta evaluación final se tendrán en cuenta los objetivos que se había propuesto para el desarrollo del proyecto de intervención, así como los criterios de evaluación estipulados por el Currículo del segundo ciclo de educación infantil para las distintas áreas del desarrollo:

- Conocimiento de sí mismo y autonomía personal. Criterio nº 4: Mostrar confianza en sus posibilidades para realizar las tareas encomendadas.
- Conocimiento del entorno. Criterio nº 11: Mostrar tolerancia y respeto hacia la diversidad cultural y social manifestando.
- Lenguajes: comunicación y representación. Criterio nº 10. Expresarse y comunicarse utilizando medios, materiales y técnicas propios de los diferentes lenguajes artísticos y audiovisuales, mostrando interés por explorar sus posibilidades, por disfrutar con sus producciones y por compartirlas con los demás.

V. CONCLUSIONES

Tras analizar la importancia que tiene la educación emocional para el desarrollo personal, se defiende que la educación socioafectiva debe ser un aspecto imprescindible e inseparable del propio proceso de enseñanza aprendizaje, pero para ello es necesario tener un personal bien formado en el campo, a fin de brindar unas experiencias emocionales de calidad.

Asimismo, la metodología resulta un elemento de vital importancia para la correcta adquisición de un clima de confianza que lleve a los niños a abrirse en las sesiones y poder alcanzar los objetivos que la educación emocional se propone, por lo que conocer las estrategias y pautas de interacción adecuadas es tan importante como la propia aplicación de los contenidos.

Finalmente, este proyecto pretende ofrecer a los docentes herramientas para complementar y, si es posible, mejorar la educación emocional y socioafectiva en la práctica educativa de la Educación Infantil.

VI. LIMITACIONES Y PROSPECTIVAS

Durante la elaboración de este trabajo de fin de grado, se han presentado algunos elementos que han podido dificultar o retrasar la creación del mismo. Estas circunstancias recogen tanto aspectos personales como institucionales y de conocimientos previos. Algunas de ellas pueden ser:

1. Inexperiencia sobre la elaboración de este tipo de documentos, puesto que a lo largo de mi experiencia académica, pocas han sido las ocasiones en las que se me han pedido trabajos de un rigor similar al presente.
2. Tiempo reducido desde la puesta en marcha hasta la entrega del mismo.
3. Solapamiento con otras actividades institucionales de la Universidad, como Prácticum II, Prácticum de Mención, exámenes y entrega de trabajos finales.

4. Escasos conocimientos sobre métodos de búsqueda, selección e interpretación de la información, así como de la normativa adecuada para plasmarlo.

La primera toma de contacto con el Trabajo no parecía demasiado alentadora, pero pese a ello, con implicación, correcciones y progresivos avances en el mismo, fue tomando forma y adquiriendo sentido, incrementando así mi motivación por ampliar tanto mis conocimientos sobre el tema, como el propio documento en sí. Finalmente, me hallo muy satisfecha no solo del resultado final del Trabajo, sino también de los conocimientos adquiridos y del sentimiento de superación que conlleva mirar atrás y recordar los primeros intentos por embarcarme en este proyecto, y la gran diferencia que se puede observar entre aquellos primeros esbozos y la entrega final.

En cuanto a las perspectivas de futuro, se pretende que el proyecto sirva como aliciente para motivar a un mayor número de maestros y maestras a formarse y llevar a sus aulas la educación emocional, una vez valorados los efectos positivos que ésta tiene sobre el desarrollo y estructuración de la propia personalidad. Se espera también que la propuesta sirva como modelo para poder valorar la propia acción docente e ir ajustando progresivamente los procesos de enseñanza-aprendizaje a las necesidades e intereses que presente el grupo.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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

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

Decreto 183/2008, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo del 2º ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias. Boletín Oficial de Canarias, Canarias, 14 de agosto de 2008, núm. 163.

Decreto 201/2008, de 30 de septiembre, por el que se establecen los contenidos educativos del primer ciclo de Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Canarias. Boletín Oficial de Canarias, Canarias, 9 de Octubre de 2008, núm. 203.

Diccionario Electrónico de la Real Academia Española

Consultado en: <http://www.rae.es>

Escolar, M.C., De la Torre, T., Huelmo, J., Palmero, C. (2017) Educación emocional en los profesores de educación infantil. Aspectos clave en el desempeño docente. *Contextos educativos*, 20 (2017), 113-125.

Recuperado de: <http://doi.org/10.18172/con.2994>

Fernández, M. R., Palomero, J. E. & Teruel, M. P. (2009) El desarrollo socioafectivo en la formación inicial de los maestros. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 12 (1), 33-50.

Fernández-Berrocal & Extremera (2003) La inteligencia emocional en el contexto educativo. Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, núm. 332 (2003) pp. 97-116. Málaga.

Filella, G., Ribes, R., Agulló, M.J., y Soldevita, A. (2002) Formación del profesorado. Asesoramiento sobre educación emocional en centros escolares de infantil y primaria. *Educar* 30, 2002, 159-167.

Recuperado de: educar.uab.cat/article/download/318/292

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

Peñalver, C. y Sánchez, S. (2014). *Cuentos para educar con inteligencia emocional. Los niños de colores*. Barcelona. Beascoa.

Rodríguez, A. (2006). Más allá de la inteligencia emocional. La educación de la socioafectividad. *Revista Recre@rte*, nº6. Diciembre 2006.

Recuperado de: <http://www.iacat.com/Revista/recreate06.htm>

VIII. ANEXOS

Anexo 1: Cuento “Elena y el dragón melancólico”.

Aquel día, Elena llegó a casa enfadada, enfurecida, rabiosa, encolerizada, iracunda... ¡Y totalmente indignada! El mundo, de pronto y sin venir a cuento, se había convertido en un lugar injusto y traicionero.

-¿Te pasa algo, Elena? -le preguntó su madre al verla llegar así a casa.

- ¡Que Alba es tonta, mamá! ¡Eso me pasa! -respondió ella nada más entrar. Tras aquellas palabras, dio un tremendo portazo y subió las escaleras corriendo hacia su cuarto-. ¡Es tonta! ¡Tonta! ¡Tonta! ¡Más que tonta! ¡La más tonta del planeta! -y pasados unos minutos...- Alba es tan tonta que... ¡Es tonta hasta la eternidad!

Después de un buen rato de escandaloso desahogo, parecía que Elena estaba algo más calmada. Y digo <<parecía>>, porque cuando vio sobre la mesa el regalo que su ya-no-mejor-amiga Alba le había hecho por su cumpleaños, todo el mal humor reapareció. Se levantó de la cama como un torbellino, dispuesta a coger aquella muñeca de trapo y hacerla pedazos. Por suerte, el Hada de las Emociones llegó en el momento adecuado. Con un golpe de varita, detuvo el tiempo y se quedó un rato mirando a la niña enfadada.

-¿Y esto? ¿A qué viene esta rabieta? Pero si Elena y Alba son las mejores amigas. Al menos, ayer lo eran.

El Hada de las Emociones, que conoce a todos los niños del mundo, solo aparece cuando algunos de ellos tiene una emoción que no le corresponde. Por supuesto, ella supo enseguida que aquello que sentía Elena hacia su amiga Alba no era ni ira ni rabia, sino algo mucho más profundo; una emoción que, casi sin darte cuenta, puede hacer brotar las lágrimas de los ojos.

-Me parece a mí que a esta niña le hace falta un paseo por la Esfera de las Emociones -concluyó el hada-. Pero, ¿a qué rinconcito mágico la podría mandar? El Manantial de las Lágrimas no sería un buen lugar. Con lo enfadadísima que está, podría asustar a todas las pequeñas mentes del lugar.

El Hada de las Emociones no se dio ninguna prisa en pensar. Después de todo, el tiempo seguiría congelada hasta que ella decidiera, con un golpe de varita, hacerlo andar de nuevo.

-¡Ya lo tengo! -Exclamó el hada muy contenta-. ¡Tengo el sitio perfecto para ella! -con un <<ejem, ejem>> el Hada de las Emociones se aclaró la garganta y comenzó a agitar la varita mágica- <<Ejem, ejem>> - se aclaró la garganta de nuevo-. A la de una, mi varita mágica te hará flotar; a la de dos, mi varita mágica te hará volar; a la de tres... Ejem, ejem... ¡Al temible Dragón Melancólico visitarás!

Y de ese modo, como por arte de magia, Elena desapareció de su dormitorio.

-¿Dónde estoy? -preguntó la niña en voz alta al verse, de repente, en aquel lugar extraño-. Vaya sitio más raro -observó.

Árboles descansando plácidamente sobre la hierba y remojando sus raíces en el agua fresquita del río, alegres flores con pétalos de mil colores disfrutando el buen tiempo, nubes volando felizmente por el cielo... Aquel lugar era realmente peculiar.

-Debo de estar soñando -concluyó Elena. De pronto se dio cuenta de que aún llevaba la muñeca que su ya-no-mejor-amiga le había regalado. Y, claro, aquello no recordó enfadada, enfurecida, rabiosa, encolerizada, iracunda y totalmente indignada que estaba-. ¡Pienso romperte, muñeca tonta!

Estaba dispuesta arrancarle la cabeza a la pobre muñeca cuando...

-¡Buaaaaaaaa! ¡Buaaaaaaaa!

...Unos llantos lastimeros llegaron hasta sus oídos y la distrajeron.

-Alguien está llorando -dijo la niña-. Pero ¿por qué? En este mundo de sueños todos parecen realmente contentos.

-¡Buaaaaaaaa! ¡Buaaaaaaaa!

Elena se olvidó de la muñeca por un momento y decidió ir a buscar el origen del llanto.

-¡Buaaaaaaaa! ¡Buaaaaaaaa!

No tuvo que explorar demasiado. Unos cuantos pasos y, detrás de los girasoles sonriente, descubrió algo que la dejó sin aliento.

-¿Un dragón? ¡¿Un dragón llorando?! -exclamó al ver a aquel inmenso dragón verde, con sus escamas y sus puntiagudos dientes, llorando a moco tendido en el suelo-. Está claro, esto es un sueño.

Puede que por eso, por creerse dentro de un sueño, Elena se acercara sin una pizca de miedo al dragón.

-¿Por qué lloras, dragón? -preguntó.

El enorme reptil la miró con lágrimas en los ojos y contestó:

-Porque estoy triste, ¿por qué iba a llorar si no?

-Pues no sé -contestó la niña-. Eres grande y fuerte, ¿por qué ibas tú a estar triste?

-¡Precisamente por eso! -Exclamó el dragón, y continuó con su llanto-. ¡Buaaaaaaaa! ¡Buaaaaaaaa!

La niña no daba crédito. Si aquel dragón quisiera, podría ser el amo del lugar.

-Pues no lo entiendo -le dijo ella con sinceridad-. ¿Lloras por ser fuerte y poderoso? Pero ¿no te das cuenta de que, siendo como eres, podrías tener lo que quisieras?

El Dragón Melancólico se levantó de repente con cara de enfadado.

-Sí -afirmó el dragón-. Soy fuerte y poderoso, enérgico y vigoroso, por la boca escupo fuego y con mis alas conquisto todo el cielo. Escamas verdes y duras, ojos rojos y dientes grandes y puntiagudos. ¡Todo lo que soy da miedo! -le explicó el reptil a Elena mostrando cada parte de su cuerpo-. Tú dices que podría tenerlo todo si quisiera, pero solo quiero una cosa y no la tengo.

Ahogado en su tristeza, el dragón se sentó en el suelo de nuevo. Estaba a punto de echarse a llorar cuando Elena le dijo algo que él no esperaba:

-Yo puedo ser tu amiga si quieres. A mí no me das ningún miedo.

Al oír aquello, el Dragón Melancólico abrió su boca y sus ojos rojos de par en par. ¿Había oído bien o se lo estaba imaginando? ¡Una niña quería ser su amiga!

Por supuesto, el aceptó con ilusión aquella inusual oferta y, como nuevos amigos que eran, pasaron un largo rato hablando y jugando. Estaban tan a gusto juntos que Elena casi había logrado olvidar por completo aquella muñeca de trapo, y el Dragón Melancólico parecía estar dejando atrás su pesada melancolía.

-Creo que esto que siento es alegría, querida amiga -le dijo el enorme reptil a Elena-. Tengo en la panza una especie de torbellino retozón y lo único que me apetece ahora es jugar, saltar y reír... jajajajaja

Las carcajadas del dragón llegaron a todos los rincones de aquel mundo de colores. Al cabo de un rato, el Hada de las Emociones reapareció. Algo le decía que el momento había llegado; la niña había ayudado al dragón a descubrir la felicidad y el dragón estaba a punto de ayudar a la niña entender qué era la tristeza.

-Es muy bonita tu muñeca. ¿Quién te la ha regalado? -le preguntó el Dragón Melancólico a Elena.

La niña, de repente, reparó en la muñeca de trapo. Después de tanto rato jugando, aún la sujetaba fuertemente con la mano.

-Me la ha regalado Alba, pero ella ya no es mi amiga -respondió muy enfadada.

-¿Qué ha pasado? ¿Le dabas miedo? -quiso saber el dragón.

Elena se quedó mirando la muñeca. Quiso arrojarla al río, pero no lo hizo. Ya no tenía tantas ganas de romperla.

-Alba se marcha -le confesó la niña a su nuevo amigo-. Se va y no va a volver nunca más. Su padre ha encontrado trabajo en otro país, muy lejos de aquí.

-¿Y por eso ya no sois amigas? -el dragón no lo entendía.

-¡No somos amigas porque es tonta! ¡Porque no se puede ir! -gritó entre enfadada y...-. No somos amigas porque la voy a echar de menos.

El Dragón Melancólico nunca había tenido un amigo hasta aquel momento y no sabía demasiadas cosas sobre la amistad, pero lo que sí tenía muy claro era que si Elena alguna vez se marchaba para no volver jamás, antes de separarse de ella le diría lo mucho que le iba a extrañar.

-¿Y no habría sido más fácil decirle que la vas a echar de menos y que no se olvide de escribir? -le preguntó el dragón-. Si yo fuera tú, estaría ahora mismo llorando.

-En realidad no sé qué me pasa. Me he portado mal con mi amiga y le he dicho cosas muy feas. Ojalá pudiera pedirle perdón y despedirme de ella -admitió Elena mientras dos lagrimones resbalaban por sus mejillas.

-¿No será que estás triste?

Al oír aquello, Elena miró a su nuevo amigo el dragón con los ojos muy abiertos. ¡Por fin comprendía lo que le pasaba! Solo era tristeza. Una profunda pena por la marcha de su amiga.

En ese mismo instante, el Hada de las Emociones detuvo el tiempo de nuevo. Si Elena se daba prisa, aún podría llegar a la fiesta de despedida de Alba. Ya tendría tiempo de visitar a su amigo el dragón cuando todo aquello hubiera pasado.

-Ejem, ejem -se aclaró la garganta el hada-. A la de una, mi varita mágica te hará flotar; a la de dos, mi varita mágica te hará volar; a la de tres... Ejem, ejem... ¡A tu mundo regresarás!

Y así fue como, gracias al Hada de las Emociones y al feliz Dragón Melancólico, Elena recuperó a su amiga Alba y aprendido que, por muy fuerte y valiente que seas, siempre es bueno dejar un huequecillo para la tristeza. A veces, llorar un poquito es bueno, nos ayuda a pensar, a seguir adelante y nos hace más fuertes.

Anexo 2: Ficha “Así soy yo”.

Lo que más me gusta de mí



¿Cómo soy?

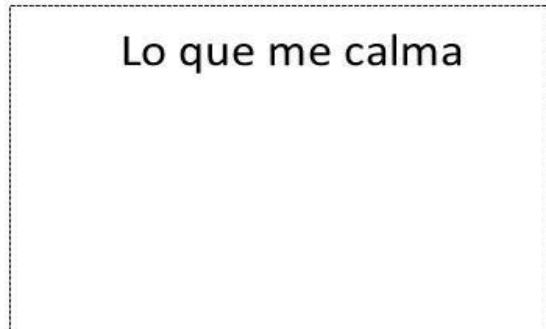
Mis miedos



Lo que me hace feliz



Lo que me calma



Lo que más me gusta hacer



Lo que me enfada



Anexo 3: Cuento “Chema y el duende del puzle”

Chema era un niño de 9 años con una bonita relación con la música. Desde muy pequeño, cuando apenas sabía hablar, ya tocaba sus primeros acordes con la guitarra y, pocos años después, sería uno de los alumnos más aventajados del Conservatorio. Sin lugar a dudas, aquel niño tenía cualidades suficientes para convertirse en un músico excepcional y eso era lo que él quería. Chema deseaba ser uno de los mejores guitarristas de todos los tiempos. Y no cualquier tipo de guitarrista; él soñaba con convertirse en el guitarrista de un gran grupo de heavy metal. Pero, claro, para cumplir un sueño de esas características, lo primero que necesitaba era paciencia.

Cada semana, Chema acudía al Conservatorio para aprender los secretos de la guitarra. La tocaba tan bien que su profesor lo incluyó aquel año en el concierto de Navidad, y no le dio una pieza cualquiera, sino un solo de guitarra del *Concierto de Aranjuez*.

Justo antes de que presentaran su actuación, Chema asomó la cabeza desde detrás del telón.

- Hay un montón de gente -dijo en voz baja.

Al principio se puso muy nervioso y temió no ser capaz de tocar delante de tanta gente. Sin embargo, cuando se sentó en la silla con la guitarra, se olvidó de la gente. Pensó en Paco de Lucía y en aquel tema. Y se emocionó. Se emocionó tanto que, lo que había comenzado siendo una tranquila pieza del *Concierto de Aranjuez*, acabó convirtiéndose en algo de lo más cañero. Chema se levantó de golpe de la silla y terminó haciendo un punteo de guitarra al más puro estilo metalero. Al final de su interpretación se tiró de rodillas al suelo y grito a pleno pulmón: << ¡Que viva el heavy metal!>>.

Al abrir los ojos, vio a todo el mundo en silencio en el Auditorio. Chema pensó que lo había hecho fatal y se sintió tremendamente avergonzado. Salió corriendo del escenario antes de que el público pudiera reaccionar. Cuando llegó a casa, cogió su guitarra y la llevó al sótano. Dijo a sus padres que se había cansado de ella y que ya no le apetecía volver a tocar. Solo fue sincero con Dicky, su indispensable compañero.

- No me mires así, no pienso volver a tocar la guitarra -le dijo al gato nada más entrar en su dormitorio-. No sabes lo mal que lo he pasado. Me ha dado muchísima vergüenza estar delante de tanta gente mirándome así y no quiero que me vuelva a pasar. ¡No quiero, Dicky!

Aquel gato conocía muy bien a su dueño. Chema era tan cabezota que, si había decidido dejar la guitarra, no volvería a tocarla por muchas ganas que tuviera. A no ser que... Los ojos redondos y marrones de Dicky se iluminaron de repente.

-¡Miau-miau-miau-miau! -maulló el gato, y salió corriendo.

Chema pensó que le habían entrado ganas de hacer pis, pero nada más lejos de la realidad. Dicky fue hasta la cocina y salió por la trampilla de la puerta. Una vez en la calle, echó correr en busca del único ser capaz de hacer reaccionar a su querido dueño. Cuando llegó al parque de atracciones, busco el carrito del algodón de azúcar. El Duende del puzle era muy goloso y Dicky sabía que estaría allí a esas horas.

-¡Miau-miau-miau! ¡Miau-miau! ¡Miau-miau-ramiau! ¡Ramiau-miau! -comenzó a maullar el gato en cuanto vio al duende zampándose una manzana caramelizada.

-¡Espera, gato, espera! -le pidió el duende -. Ahora estoy comiendo y, además, hablas demasiado rápido. Hace siglos que no hablo el idioma gatuno y no es fácil entenderos. A ver, un poquito más despacio y respetando los momentos en que estoy masticando, que tampoco te escucho con el crujir del caramelo -le pidió el duende y, después, le dio a la manzana otro mordisco.

Con mucha paciencia, Dicky explicó al duende del puzle lo que había pasado a su dueño.

- Mmmmmm... Interesante -dijo al fin el duende-. ¿Y dices que no va a volver a tocar? puede que sea eso lo que tiene que pasar.

Dicky se negaba creerlo. Él sabía muy bien que Chema podía llegar a ser el mejor guitarrista de todos los tiempos y, por eso, no dejó tranquilo al duende hasta que le hizo caso.

-Está bien, echaré un vistazo al rompecabezas de tu dueño -aceptó finalmente el duende. Después de chuparse bien los dedos para no dejar rastro alguno del dulce sabor de la manzana caramelizada, el duende del puzle chasqueó los dedos e hizo aparecer un pequeño saco de color azul-. A ver, gato, piensa en tu dueño con todas tus fuerzas y toca con una de tus patas el saco mágico.

Cuando Dicky tocó el saco, el duende lo abrió inmediatamente y miró en su interior.

-Mmmmmm... Interesante -concluyó el pequeño ser después de un rato-. ¡Muy interesante!

El gato que quiso saber por qué, pero no obtuvo respuesta.

-¡Vamos! ¡No hay tiempo que perder! Este niño debe enfrentarse esta misma noche a su pasado, su futuro y su presente. Si no lo conseguimos, amigo mío, será demasiado tarde para él y para su sueño.

Y... ¡Flop! El Duende desapareció de repente, dejando a Dicky solo en el parque de atracciones.

-Miau -maulló indignado.

Cuando el pobre gato llegó a casa con la lengua fuera, el duende del puzle ya estaba hablando con Chema.

-No lo entiendes, niño -dijo el pequeño ser al borde del ataque de nervios-. Si no vienes conmigo, ¡¡vas a echar por tierra uno de los mejores rompecabezas que he visto jamás!!

Aquella era la reacción que Dicky había esperado. ¿Si es que nadie ganaba a Chema en lo referente a cabezonería!

-Si voy contigo y hago lo que me dices, ¿me dejarás dormir en paz? -preguntó el niño, para sorpresa de su gato. ¡Pues sí que era cabezota el duende!

-¡Por supuesto que sí! -exclamó pequeño ser.

Después chasqueó los dedos y... ¡flop! duende y niño desaparecieron, dejando al gato solo de nuevo.

-Miau –maulló otra vez, indignado.

Viajaron a través de un alocado torbellino de piezas de puzle de miles de colores y formas. Chema no entendía nada y se estaba poniendo algo nervioso con tanto desorden. ¿Es que nadie iba a unir aquellas piezas? De repente se quedaron quietos, como flotando en el aire.

-¡Primera parada! El pasado de tu rompecabezas. Míralo bien, porque hay demasiada ilusión en estas piezas como para olvidarte siempre de ella.

Chema se vio a sí mismo, con apenas tres años, tocando algunos acordes con la guitarra de su padre. También vio sus primeros días en el Conservatorio, los amigos con los que tocaba cada semana y alguien que siempre lo había animado: su profesor. Un lagrimón resbaló por la cara del niño, pero, por más que quiso disimularlo...

-Si lloras ahora, no te quiero contar cómo te vas a poner cuando lleguemos a la siguiente parada -dijo el duende. Antes de que Chema pudiera reaccionar, estaban de nuevo viajando por aquel torbellino sin sentido.

-¡Segunda parada! El futuro de tu rompecabezas. Aquí puedes ver lo que te pasará si renuncias a tu sueño.

En aquellas piezas, Chema se iba haciendo mayor. Superaba con buenas notas el instituto y se licenciaba en Ingeniería Aeronáutica. Acaba consiguiendo un buen trabajo y una buena casa, pero, pese a tener muchas cosas, su sonrisa ya no estaba y, además...

-¡No puede ser! ¡Me voy a quedar calvo por no cumplir mi sueño? -preguntó el niño anonadado.

-No, Chema, te quedarás calvo igual que se quedaron calvos tu padre y tu abuelo. ¡Pero eso no es lo importante! lo importante de verdad es que, a pesar de tenerlo todo en el futuro, en tu cara se ve claramente que no has conseguido lo que siempre habías querido.

El niño volvió a mirar atentamente aquellas piezas. ¿Sería infeliz por haber renunciado a su sueño? No estaba seguro de si aquello se haría o no realidad, pero lo que sí tenía muy claro era que llevaba tres horas lejos de su guitarra y la echaba mucho de menos.

-No quiero volver a pasarlo tan mal. He sentido muchísima vergüenza y tengo miedo a hacerlo mal de nuevo -le confesó el niño al duende.

-Mmmmm... Interesante -dijo el duende-. ¿Abandonas tu sueño sólo porque te has sentido avergonzado y porque tienes miedo? pues a ver si te vas enterando de que la vergüenza desaparecerá cuando vuelvas a confiar en ti mismo y de que el mayor fracaso para tus sueños es no haber intentado cumplirlos. Imagina por un momento: ¿y si tu rompecabezas se hiciera realidad?

Chema pensó en aquellas palabras y decidió que ya no necesitaba ver más piezas. El duende del puzle tenía razón, no podía rendirse a la primera de cambio. ¡Constancia e ilusión a partes iguales! ¡Ese era el secreto!

-Llévame a casa, por favor, que quiero bajar al sótano a por mi guitarra.

El Duende hizo caso a la petición del niño y lo llevó de vuelta a su dormitorio sin haber pasado antes por la tercera y última parada: el presente de su rompecabezas. Como regalo de despedida, el pequeño ser le regaló aquel trocito de presente al mejor amigo del niño, y cuando Dicky lo vio, ronroneó de gusto un buen rato.

Curiosamente, Chema había decidido recuperar su guitarra sin ver aquellas últimas piezas en las que aparecían sus compañeros de conservatorio, y todos los asistentes al concierto, comentando lo maravillosa y sorprendente que había sido la actuación de aquel niño de tan solo nueve años.

Anexo 4: Hoja de registro. Evaluación final.

EVALUACIÓN FINAL DEL POREYECTO DE INTERVENCIÓN			
Elementos a evaluar	Sí	No	P*
Es capaz de reconocer la emoción que siente en cada momento.			
Expresa sus sentimientos a los demás			
Sabe gestionar sus emociones y comportamientos			
Es capaz de reflexionar sobre lo que está sintiendo			
Se muestra autónomo y decidido en la elaboración de sus tareas			
Reconoce sus capacidades y limitaciones de manera constructiva			
Establece relaciones positivas con los otros			
Muestra empatía hacia las situaciones que le ocurren a los demás			
Reconoce los sentimientos de los demás y se interesa por ellos			
Muestra interés por las expresiones de los demás			
Ofrece ayuda a sus compañeros			
Respeto las normas establecidas			

*P: en proceso.

Anexo 5: Autoevaluación docente.

AUTOEVALUACIÓN DOCENTE			
Elementos a evaluar	Sí	No	A veces
Los objetivos marcados se adaptan a las necesidades del grupo			
Cumple con las pautas metodológicas planteadas			
Es capaz de abrirse a su alumnado			
Expresa sus propias emociones, sirviendo así de guía para los alumnos			
Las tareas marcadas resultan efectivas (duración, aprendizajes obtenidos,...)			
Mantiene el interés y la atención del alumnado			
Presenta competencias para modificar, suprimir o añadir tareas cuando las propuestas no resultan efectivas			
Aprovechas las situaciones de aprendizaje que aparecen de manera espontánea			
Favorece el clima de afecto, seguridad y confianza en el aula			