

El control emocional en el segundo curso de Educación Primaria como medida de prevención de conductas disruptivas

Autor: Martínez Sánchez, José Carlos (Maestro de Educación Primaria, Maestro de Audición y Lenguaje).

Público: Maestros de Educación Primaria. **Materia:** Educación en valores. **Idioma:** Español.

Título: El control emocional en el segundo curso de Educación Primaria como medida de prevención de conductas disruptivas.

Resumen

En edades tempranas los alumnos no suelen tener los instrumentos necesarios para expresar de forma correcta la emoción que sienten, la tristeza puede convertirse entonces en causa de desmotivación o la ira y el enfado en conductas disruptivas en el aula. Por lo tanto, el buen funcionamiento de un aula requiere crear situaciones, instrumentos o recursos para propiciar la expresión de esas emociones, de forma pausada, buscando alternativas a través de un diálogo constructivo donde se practique la escucha activa. En ocasiones, el profesorado considera esta problemática como algo pasajero y no da la importancia que debería tener.

Palabras clave: Emociones, comportamiento, conductas disruptivas.

Title: Emotional control in the second year of Primary Education as a measure to prevent disruptive behavior.

Abstract

At early ages students do not usually have the necessary instruments to express correctly the emotion they feel, sadness can then become a cause of demotivation or anger and anger in disruptive behavior in the classroom. Therefore, the proper functioning of a classroom requires creating situations, instruments or resources to promote the expression of those emotions, slowly, seeking alternatives through a constructive dialogue where active listening is practiced. Occasionally, the teacher considers this problem as temporary and does not give the importance it should have.

Keywords: Emotions, behavior, disruptive behaviors.

Recibido 2018-12-13; Aceptado 2018-12-19; Publicado 2019-01-25; Código PD: 103049

1. INTRODUCCIÓN

El aula es un lugar de encuentro entre diferentes alumnos con distintas características y necesidades. En la actualidad, los docentes abordan situaciones complicadas en el comportamiento del alumnado y en la medida de lo posible se intenta erradicar cualquier conducta no deseada.

Al situarnos en el segundo curso de Educación Primaria, observamos como los alumnos saben identificar las diferentes expresiones de alegría, tristeza, ira, sorpresa, etc. Pero no saben empatizar con ellas, por tanto, consideramos que el conocimiento y expresión sobre las emociones puede ayudar en las conductas disruptivas que se están llevando a cabo por el alumnado.

1.1. Conceptualización de la inteligencia emocional

Goleman (1995) define la inteligencia emocional como la capacidad que poseen las personas para controlar sus impulsos. En concreto se refiere a la capacidad de desenvolverse en situaciones con distinta índole o al control victorioso y satisfactorio de saber controlarse a uno mismo en situaciones de estrés, ansiedad o depresión. También podríamos definir la inteligencia emocional como la capacidad de comprender, manejar y trabajar las propias emociones y las de los demás generando un resultado positivo. Además, afirma que la inteligencia emocional es “un conjunto de competencias a través de las cuales el individuo será capaz de manejar sus emociones”. Con este autor podemos ver la influencia que poseen las emociones en nuestra vida diaria y la importancia del control de ellas en el ámbito educativo para el progreso en la vida de la persona, ya que es uno de los principales medios donde se crea la competencia social y ciudadana, valorando el enriquecimiento y bienestar del alumnado durante su aprendizaje. Actualmente, autores como Cohen (2003) definen la inteligencia emocional y social como la capacidad de comprender, procesar y expresar los aspectos emocionales y sociales

de nuestra vida, y afirma que la forma en la que somos capaces de hacerlo determina la productividad y satisfacción que se obtiene en la vida. Según este autor da por concluido que *quién trabaja con niños ve con suma claridad que lo que estos sienten respecto de sí mismos y de los demás condiciona su capacidad de aprender.*

Habitualmente las emociones más comunes son la alegría, la tristeza, la ira o el miedo. Sin embargo, existen otro tipo de emociones a trabajar como son la tensión, la melancolía, la admiración, la euforia, el asco, la decepción, la culpa, etc. Todo el conjunto de emociones o sensaciones que las personas experimentamos son de vital importancia para conseguir un bienestar consigo mismo y fomentar el control y resolución eficaz de problemas (Cohen, 2003).

La persona inteligente es aquella capaz de llegar a ser feliz, integrando las emociones y la razón para resolver conflictos (Armas 2007).

Según Casassus (2007) somos seres emocionales y racionales al mismo tiempo, ya que las emociones y los aspectos cognitivos van a dar como resultado la conducta del individuo. Nuestra capacidad de aprendizaje va a depender de las emociones, debido a que son una gran influencia para recordar y cuestionar nuestra enseñanza. Si el individuo no está emocionalmente preparado para llevar a cabo el aprendizaje, difícilmente este será recordado. Es por ello que se observa, la importancia de crear un ambiente motivador y sin conflictos donde el aprendizaje pueda fluir con armonía, puesto que dependerá de nuestro estado emocional el aprendizaje que llevaremos a cabo a lo largo de nuestra vida. De ahí, la importancia que tiene saber controlar nuestros impulsos y cuando debemos estar preparados para afrontar distintas situaciones conflictivas, es decir, el ámbito educativo debe contribuir a combatir los estados emocionales negativos y facilitar el conocimiento de sí mismo.

Según Gardner(1983) la inteligencia emocional es “la capacidad mental de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o varias culturas”. Con su teoría de las inteligencias múltiples afirma que las personas poseen diferentes tipos de inteligencia y, entre ellas, la inteligencia emocional, que la define como la capacidad de dirigir nuestra propia vida de manera satisfactoria y la convierte en una destreza que se puede desarrollar.

1.2. Implicaciones prácticas en el aula

El desarrollo de las competencias emocionales se desarrolla desde el nacimiento hasta la pubertad. Las relaciones que el profesor toma con sus alumnos poseen un gran papel influyente en el aprendizaje de ambos. Con esto hacemos alusión a que el comportamiento que el profesor adopte influirá en el comportamiento de las emociones de los alumnos y viceversa (Cabello, Ruiz y Fernández (2009).

Siguiendo el modelo de inteligencia emocional (IE) de Mayer y Salovey (1997) nos habla de cuatro habilidades básicas para trabajar las emociones:

“La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual”. p.p. 68

Tal y como establecen estos autores, una de las implicaciones prácticas que deben llevar a cabo también los profesores es que apliquen su inteligencia emocional durante la actividad docente para orientar con éxito tanto sus propias emociones como la de sus alumnos.

Salovey (1997) nos habla de que el alumnado tiene que recurrir a sus habilidades emocionales para adaptarse al contexto. Sin embargo, también lo debe hacer el docente, ya que debe saber utilizar su inteligencia emocional para guiar con éxito tanto sus emociones como las de sus alumnos.

Estos autores defienden que trabajar la percepción, evaluación y expresión de las emociones nos va a posibilitar a conocer nuestras propias emociones, a identificarlas en otras personas o diferentes medios, como sería el arte, y a expresar nuestros sentimientos y nuestras necesidades. Por otro lado, afirman que el conocimiento de las emociones facilita al pensamiento de dirigir la atención a la información importante, además de considerar numerosos puntos de vista, facilitando un razonamiento inductivo. También aseguran que la comprensión y análisis del conocimiento emocional posibilita a reconocer las relaciones entre la palabra y su significado, a entender las emociones en diferentes contextos y las transiciones de las emociones de unas a otras. Además, sostienen que la regulación de las emociones nos permite estar abiertos tanto a los estados emocionales positivos como negativos, a reflexionar sobre las emociones y el por qué de ellas para saber llevar cada momento y no exagerar ni minimizar cada situación.

Todos estos aspectos son bien recibidos para trabajarlos en el aula, ya que pueden dar conocimiento y resultado en la práctica docente evitando así medidas de castigo o refuerzo sin un sentido educativo. Además, puede servir para evitar diferentes tipos de conductas disruptivas influyentes en todo el alumnado y en los docentes.

Sin embargo, según Muñoz (2007) defiende que la influencia de la inteligencia emocional en las familias es primordial, ya que es junto a la escuela uno de los principales ámbitos educativos para los niños. Destaca la importancia de que los padres sepan llevar a cabo una correcta educación emocional y afirma que “si tú manejas mejor tus sentimientos; tus hijos también lo harán”.

Resulta imprescindible destacar por lo tanto que la colaboración conjunta entre las familias y la escuela es imprescindible, ya que constituyen dos pilares fundamentales para el aprendizaje del alumno. Además, se considera que es de gran importancia que los padres sean conscientes y formados sobre una correcta educación emocional como medio para mejorar el funcionamiento general del aula (Muñoz, 2007).

1.3. Beneficios del entrenamiento de la expresión emocional para la prevención de las conductas disruptivas en el aula

Según Casassus (2006) el aprendizaje depende de las emociones. Estos aprendizajes son determinantes para valorar u obstaculizar el proceso de enseñanza. Es por ello que, se debe considerar que el aprendizaje va a depender de dos posiciones, por un lado, el aspecto racional, unido a la cognición y, por otro, el aspecto emocional, ligado a los sentimientos. Cuando una persona consigue realizar con éxito un problema, esto le produce un bienestar consigo mismo, mientras que si fracasa también le producirá unas emociones distintas. Es por ello, la importancia de saber controlar las emociones y garantizar un equilibrio psicológico donde no se vea afectado el rendimiento académico (García, 2012).

La capacidad para identificar, comprender y regular las emociones es primordial entre los profesores, debido a que estas habilidades van a influir en los procesos de aprendizaje y en la salud mental y física del alumnado (Cabello, Ruiz y Fernández, 2010). Debido a esto, es fundamental que el profesorado se gane la confianza de sus alumnos, ya que ello facilitará ganar el control de la razón y emociones de su alumnado con el fin de perseguir, educar y conocer las emociones del sujeto para orientar en ellas.

Según Armas (2007) una de las alternativas más interesantes para la resolución de conflictos en el aula podríamos destacar un cambio en el currículo, los materiales y la metodología con el fin de que las clases respondieran a las necesidades e intereses que presentan los alumnos.

La enseñanza tiene que dejar de ser una profesión y convertirse en *una misión de transmisión de estrategias para la vida*. Se necesita de aquello que no está escrito en ningún manual, del deseo y placer de transmitir, del amor por conocer y el amor por los alumnos (Morin, Ciurana y Motta, 2003).

Los docentes deben tener una actitud abierta, reflexiva y cooperante donde se elijan las normas más viables antes que planificar sanciones o castigos. Se debe dar a entender que es aquello que entendemos por conducta disruptiva para que el alumnado sea consciente de las consecuencias que puede traer consigo el hecho (Mérida 2012).

Los beneficios que existen para prevenir las conductas disruptivas que existen en el aula, dar atención y explicación de cómo abordar ciertas situaciones, podemos hacer alusión y llevarlo a la práctica a través del “principio de Premack” para casos donde el alumno no responde o no interactúa con el profesor y sus compañeros. Este principio consiste en reforzar la conducta preferida por los niños para llevar a cabo la conducta menos preferida del niño. Es decir, “la respuesta más probable reforzará a la conducta menos probable; la respuesta menos probable no reforzará a la conducta más probable”.

Para aquellos alumnos que poseen falta de interés se puede llevar a cabo la estrategia de “economía de fichas” que consiste en entregar un estímulo que actúa de reforzador simbólico inmediatamente después de la conducta que queremos reforzar. El estímulo puede ser fichas, estrellas, puntos y cuando se llega al número pactado se le refuerza con un pequeño premio. Esta serie de ejercicios ayuda a crear situaciones de control ante problemas de conducta.

Para aquellos alumnos que presentan diferentes conductas de ira o trastornos de aprendizaje, etc. Un buen recurso para trabajar serían los procedimientos operantes: refuerzo – castigo. Resulta útil para controlar ciertas conductas que se necesiten de manera inmediata. Es decir, todo aquello que suponga un beneficio será reforzado, mientras que si se lleva a cabo una conducta inadecuada será castigado. Este aspecto actúa sobre la conducta que se manifiesta sin tener en cuenta otros factores, como los ambientales o los emocionales.

Todo esto posibilita a que se pueda llevar a cabo un control en el aula y donde se fomente el respeto y el diálogo, con el fin de que cada alumno se comprenda y sepa asumir las consecuencias y beneficios de los hechos.

Posteriormente, el profesorado debe ser consciente del estado del alumno para dialogar y orientar en su enseñanza. Posicionándose el profesor desde una perspectiva cercana capaz de resolver cualquier situación en la vida del sujeto y dando a entender al alumno que puede contar con él para su ayuda, advirtiéndolo a partir de las conductas del alumnado, ya que debe ser consciente de lo que hace para poder erradicar la conducta no deseada y, con ello, que los alumnos se comprendan y conozcan a sí mismos.

1.4. Revisión de los principales proyectos y programas sobre el entrenamiento de las emociones

Uno de los proyectos pioneros en el entrenamiento de la educación emocional es el Programas AES (*Aprendizaje Emocional y Social*) basados en fomentar todas las conocimientos y potencias del alumnado para lleguen a conocerse a sí mismos, además nos ayudan a crear una amplia gama de aptitudes emocionales y sociales. Estos programas se centran en determinadas habilidades, nociones y valores que pretenden enriquecer la comprensión e inculcar valores emocionales y socialmente inteligentes. Los programas variarán según los conceptos, habilidades necesarias y características de los niños.

Defienden que aprender de nosotros mismos y de los otros nos hace desarrollar habilidades, conocimientos y valores que aumentan nuestra capacidad para resolver problemas con flexibilidad y creatividad (Cohen, 2003).

Los programas AES (*Aprendizaje Emocional y Social*) afirman que la escuela debe ser una comunidad, ya que, si el alumno la percibe así, se sentirá más motivado para tener en cuenta sus valores. Estos programas pueden ser aplicados en un curso académico en sí mismo utilizándose de forma transversal en las asignaturas o integrarse en cualquier actividad que el maestro lleve a cabo. Por ejemplo, a través de la educación artística sobre cómo usar el análisis y la imaginación para aprender acerca de nosotros mismos mediante diferentes actividades. Programas para el desarrollo de la sensibilidad en clase, ya que nos ayudarán a comprendernos, respetarnos y ayudarnos a nosotros mismos con el fin de descubrir más sobre nuestros pensamientos y sentimientos, debido a que nos facilitará desarrollar nuestra capacidad de descubrir el sentido de las situaciones y llegar a resolver problemas de manera más eficaz.

Estos programas están diseñados para promover fortalezas. Ayuda a desarrollar la prevención de problemas y contribuir a un desarrollo sano posibilitando al alumnado a adquirir y desarrollar la competencia “aprender a aprender”. Nuestra capacidad de reflexionar sobre la situación que experimentamos nos va a ayudar a desenvolvernos en los problemas que esta conlleve.

También los programas AES ayudan al docente a descubrir cuál es la situación que le impide dar la clase correctamente y dar respuesta a la situación problemática. Es de gran importancia que todos los miembros de la comunidad escolar (padres, profesores y alumnos) se comprometan con el AES para que este tenga un buen resultado y, con ello, poder paliar cualquier conducta no deseada (Cohen, 2003).

Pretenden desarrollar o fomentar la capacidad reflexiva acerca del conocimiento de nosotros mismos y de los demás, ya que es primordial para un correcto desarrollo del aprendizaje, este conocimiento debe ser aplicado a nuestra capacidad de resolver problemas, de aprender y ser creativos. Es de suma importancia para que todo esto se pueda llevar a cabo, la creación de un ámbito seguro y amable donde todo proceso de aprendizaje se pueda desenvolver, de ahí la importancia de darle seguridad al alumnado. Por último, la colaboración entre la escuela, el hogar y la comunidad tienen que formar parte de estos programas para obtener beneficios a largo plazo.

1.5. Revisión de la legislación actual

La actual Ley Orgánica 8/2013, 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (BOE núm.295, de 10 de diciembre de 2013), hace alusión a la necesidad del desarrollo emocional. En el artículo 71 en el primer apartado defiende la importancia del desarrollo personal, intelectual, social y emocional del alumno, donde las administraciones educativas dispondrán de los medios necesarios para conseguirlo. Tal y como se especifica, la ley contempla aquellas iniciativas dirigidas al desarrollo de las emociones. A pesar de hacer alusión a ella no se especifica de forma concreta en ninguna de las áreas.

De acuerdo con el Decreto n.º 198/2014, de 5 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia podemos observar como la competencia emocional es evaluada en distintos estándares de aprendizaje y a lo largo de todos los cursos. Además de ello, encontramos que es uno de los contenidos que se trabaja en varias áreas destacando comprensión lectora, educación física, educación artística y valores sociales y cívicos.

Con esto se puede comprobar como la educación en las emociones ayuda al alumnado a desarrollar sus capacidades sobre los contenidos y el conocimiento de sí mismo, ya que pone de manifiesto en distintos apartados la importancia de la educación emocional para la resolución de conflictos o para el crecimiento personal y profesional.

Se afirma que el conocimiento y expresión sobre las emociones posibilita a una integración con éxito en la sociedad, así como del desarrollo del autoconcepto y reconocimiento de la expresión de las emociones de los demás.

2. OBJETIVO GENERAL

Trabajar la expresión emocional en el segundo curso de educación primaria como método de prevención de conductas disruptivas en el aula.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Crear espacios de diálogo como medio de expresión de las emociones.
- Poner en práctica estrategias que favorezcan su control y que contribuyan a mejorar el clima del aula.
- Reconocer y comprender las distintas emociones

4. METODOLOGÍA

La metodología que llevaremos a cabo será activa y participativa, en la que todos los alumnos se sientan protagonistas de su propio aprendizaje y aprendan a convivir, reconocer y expresar sus emociones y sentimientos. Es de suma importancia considerar a los alumnos como sujetos activos dentro de nuestra sociedad y escuela y, por ello, debemos formar a personas capaces de decidir y aportar juicios.

El programa de innovación “El control emocional en el segundo curso de Educación Primaria como medida de prevención de conductas disruptivas” pretende favorecer el clima de aula y personal del alumnado para dar regulación, comprensión, expresión y conocimiento del mismo, con el fin de ayudar y controlar las diferentes conductas de los alumnos.

Se persigue que el alumno adquiera un buen control emocional y, con ello, poder integrarse en la sociedad en un futuro y de manera satisfactoria. Es por ello que, el trabajo del contenido emocional puede ser trabajado en las diferentes áreas de forma transversal.

- La importancia de saber educar en las emociones y ayudar al alumnado a conocerse es fundamental para enfrentarse a un mundo laboral tan competitivo y basado en los resultados. De ahí, la importancia de crear personas autónomas y autosuficientes capaces de defenderse en las barreras que la vida les ponga en su camino, creando personas tolerantes y pacíficas. Es por ello que, el alumno debe adquirir un buen dominio de sus conductas para garantizar un buen control emocional tanto en lo madurativo como en lo educativo y cuya finalidad es alcanzar los siguientes objetivos: reconocer y comprender las distintas emociones, crear espacios de diálogo como medio de expresión de las emociones y poner en práctica estrategias que favorezcan su control y que contribuyan a mejorar el clima del aula.

Estos objetivos podrán ser alcanzados gracias a la conexión de todo el trabajo, ya que pretende garantizar la formación del alumno en todos sus ámbitos para poder sacar el máximo provecho de él y ayudar a que este se conozca y sepa valorar las diferentes circunstancias.

Este proyecto comenzará en el primer trimestre y se evaluará a lo largo de los cuatro meses, decidiéndose si se modifica para años posteriores o se observa la necesidad de ampliar el proceso de trabajo y evaluación. Para detectar cualquier cambio necesario se debe decir que todo esto se identificará a través de las distintas actividades propuestas, además del seguimiento que se realizará en actividades como la asamblea de clase, cuando contamos alguna historia y en

la forma de expresar y regular los sentimientos. Esto nos posibilitará a evaluar el control emocional en el alumnado y a comprender y identificar sus conductas, donde se valorará en todo momento el progreso en su expresión y comportamiento.

Para llevar a cabo el trabajo y control sobre las emociones, debemos decir que estas actividades nos darán la posibilidad de crear aulas dinámicas donde se utilice el juego como recurso educativo, actividades basadas en la observación y en la experimentación. Por otro lado, será de vital importancia la organización de los espacios, los materiales y el tiempo y la creación de un clima de bienestar, afecto y confianza, es decir, hacer de la escuela un espacio dedicado a la convivencia.

Como recurso principal utilizaremos uno de los libros más emblemáticos de este tema, llamado el *emocionario*, ya que esto nos posibilitará a tocar los diferentes sentimientos y sensaciones que el alumno/a pueda tener sin limitar nuestra educación emocional. Este libro nos muestra la cantidad de emociones y sensaciones que podemos percibir, de ahí su gran valor, debido a que nos ayudará a que el alumno sea consciente de lo que siente y capaz de controlar esa sensación, además, es un libro adaptado al vocabulario de los niños, por lo que les resultará de fácil comprensión.

Haciendo mención a las actividades que serán trabajadas con el alumnado, podríamos incluirlas de forma más específica en el bloque 3 de los contenidos de Ciencias Sociales: Vivir en sociedad.

Resulta de vital importancia destacar que este proyecto parte desde la cercanía con el alumnado con el fin de que este se sienta participe y valorado en el aula para dar paso a su confianza, además de iniciar un aprendizaje constructivista partiendo de los conocimientos previos del alumno para adquirir los nuevos conceptos, creando el alumno su propio significado y acomodando la nueva información.

No debemos olvidar que la posibilidad de aprender en el aula lleva a cabo un aprendizaje por descubrimiento, puesto que el alumnado será consciente de lo que siente y tendrá él mismo el control, con la ayuda de los demás para identificar sus sensaciones.

4.1. Contenidos

Para la realización de este proyecto de innovación, donde hemos seleccionado de forma específica el área de Ciencias Sociales, los contenidos serán trabajados a partir de diferentes actividades con las que se quiere alcanzar los objetivos previstos en el apartado 3 y 4 de este TFG. A continuación, se presenta una tabla donde se hace una valoración y conjunto de cómo serán trabajadas las actividades haciendo una comparativa con los contenidos curriculares.

Me gustaría destacar que los contenidos serán divididos por meses, para beneficiar y ampliar el nivel de aprendizaje, conocimiento y progreso que tenga el alumno, es decir, el alumno será el que marcará el ritmo. Además, esto beneficia a una mayor organización. Con esto se pretende garantizar que el alumno adquiera un correcto desarrollo de sí mismo y del entorno que le rodea.

Para ello, es fundamental hacer una comparativa de los contenidos propios del proyecto junto con los contenidos curriculares, ya que debemos partir desde estos últimos para realizar este proyecto, además de favorecerlos incrementando aún más su importancia y resultando fundamentales en el aprendizaje de los alumnos.

| Tiempo | CONTENIDOS DIDÁCTICOS DEL PROYECTO | CONTENIDOS CURRICULARES (Área de Ciencias Sociales) |
|--------|---|--|
| 1ª mes | 1. Desarrollo de la autoconciencia y la autoconciencia social: basada en identificar los sentimientos propios y ponerse en el lugar de los demás. | 1. Utilización de las normas de convivencia y valoración de la convivencia pacífica y tolerante. |
| 2ª mes | 2. Desarrollo de la autogestión: basada en controlar nuestros sentimientos y superar los obstáculos. | 2. Utilización de fuentes orales familiares para reconstruir el pasado. |
| 3ª mes | 3. Toma de decisiones y desarrollo de habilidades interpersonales. | 3. La vivienda. La calle |

La selección de los contenidos didácticos y la comparativa con los contenidos curriculares es debida a que como bien se ha mencionado en apartados anteriores, los contenidos se trabajarán en el área de Ciencias Sociales de forma transversal para involucrar al alumnado en su propio aprendizaje.

En los contenidos número 1 del área de Ciencias Sociales resulta fundamental trabajar el “Uso de normas de convivencia y valoración de la convivencia pacífica y tolerante” y, es por ello que se ha seleccionado como contenido didáctico del proyecto “El desarrollo de la autoconciencia y la autoconciencia social”, debido a que ambos contenidos pretenden crear personas tolerantes, pacíficas y respetuosas que posean un autocontrol donde las personas puedan posicionarse en el lugar de los demás y garantizar así un continuo respeto de las normas de convivencia.

En los contenidos número 2 del área de Ciencias Sociales, como contenido curricular ha sido seleccionado “La utilización de fuentes orales familiares para reconstruir el pasado” y como contenido didáctico el “Desarrollo de la autogestión: basada en controlar nuestros sentimientos y superar los obstáculos”, a través de estos contenidos se pretende que el alumno adquiera un control sobre sus conductas y autogestione sus propios sentimientos recordando formas de cómo solucionar los posibles problemas a los que se enfrente en su día a día, como a través del diálogo o el respeto de turno, para posibilitar a que el alumnado pueda controlarse cuando posea sensaciones que le impidan llevar unas conductas apropiadas y respetadas por todos.

En los contenidos número 3 del área de Ciencias Sociales, se ha seleccionado como contenido curricular “La vivienda. La calle” y como contenido didáctico la “Toma de decisiones y desarrollo de habilidades interpersonales”. A través de estos contenidos se pretende que el alumno ya haya adquirido un auténtico control de sus conductas y sensaciones para que por sí solo pueda integrarse de manera satisfactoria en la sociedad, para dar ejemplo y donde de respuesta a sus sentimientos en todo momento, mostrando autocontrol y habilidades en la forma de solucionar problemas.

4.2. Temporalización

El presente trabajo de innovación tendrá una duración de cuatro meses con el fin de garantizar un correcto funcionamiento y control acerca del conocimiento emocional. Será llevado a cabo a lo largo del primer trimestre y se realizará una actividad por semana, las actividades se repartirán en tres bloques:

- Bloque 1, *Desarrollo de la autoconciencia y la autoconciencia social*: estas actividades se llevarán a cabo durante el primer mes de septiembre y se realizarán de forma rutinaria junto con los contenidos curriculares. Partiremos de que los alumnos se conozcan entre si y compartan experiencias con el fin de garantizar en nuestro alumnado una relación positiva.
- Bloque 2, *Desarrollo de la autogestión*: estas actividades se llevarán a cabo a lo largo del segundo mes de octubre para valorar y observar el progreso y enriquecimiento del alumnado. Las actividades se realizarán junto con los contenidos curriculares.
- Bloque 3, *Toma de decisiones y desarrollo de habilidades interpersonales*: estas actividades se llevarán a cabo a lo largo del mes de noviembre para comprobar si ha tenido éxito el proyecto y evaluar así todo el recorrido llevado. También, las actividades se realizarán de forma rutinaria junto con los contenidos del currículum.

| Bloque | Mes | Forma de realizar las actividades | ¿Qué se valora? |
|---|------------|-----------------------------------|------------------------|
| 1. Desarrollo de la autoconciencia y la autoconciencia social | Septiembre | Una actividad por semana | Compartir experiencias |

| | | | |
|---|-----------|--------------------------|--|
| 2. Desarrollo de la autogestión | Octubre | Una actividad por semana | Observar el progreso y enriquecimiento del alumnado |
| 3. Toma de decisiones y desarrollo de habilidades interpersonales | Noviembre | Una actividad por semana | Comprobar el éxito el proyecto y evaluar así todo el recorrido llevado |

4.3 Recursos empleados

Para realizar estas actividades necesitaremos recursos materiales, temporales, espaciales y humanos con el fin de garantizar un buen desarrollo y resultado de estas.

Los recursos materiales serán todos aquellos que se encuentran en el aula y de fácil adquisición, ya que no se pretende que haya un gasto económico. En todo esto entrarían las revistas, periódicos, cartulinas, bolígrafos, lápices, goma, proyector.

Respecto a los recursos espaciales debemos decir que la mayoría de las actividades serán llevadas a cabo en el aula ordinaria excepto la actividad de musicoterapia, que será necesaria el aula de música para que el alumnado pueda moverse libremente sin dificultad.

El horario en el que se llevarán a cabo las actividades será en horario escolar, adaptando el material a las actividades propuesta, ya que uno de nuestros objetivos es que se trabaje el contenido emocional en todas las áreas pero de forma transversal.

Por último, no es necesario de más profesores, ya que con el profesor de aula es suficiente para impartir las actividades y que los alumnos adquieran un buen resultado en su aprendizaje y, con ello, que ayude al bienestar personal del alumnado

4.4. Actividades

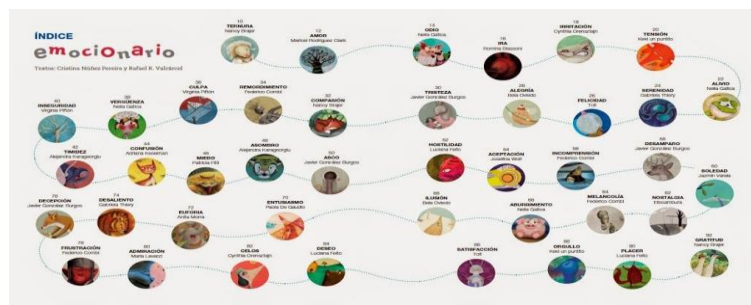
1. Desarrollo de la autoconciencia y la autoconciencia social: basada en identificar los sentimientos propios y ponerse en el lugar de los demás.

Para llevar a cabo una correcta educación emocional y que el alumno adquiera un control y autoconciencia es fundamental empezar por la práctica de este tema, es por ello que, hemos seleccionado las siguientes actividades.

1. ¡Experimentando!

Con esta actividad se pretende fomentar en el alumnado el conocimiento acerca de las emociones y sentimientos para llevar a cabo una pequeña introducción en lo que ellos experimentarán y sepan dar respuesta a sus sensaciones.

Para ello, el docente trabajará con uno de los libros más profesionales y emblemáticos del control emocional llamado el “emocionario”. Este libro nos hace posible un aprendizaje de las emociones más dinámico, ya que en el apartado del índice nos ofrece un juego que consiste en recorrer cada casilla donde aparece la definición de una emoción. Para ello, se utilizará un dado y diferentes fichas haciendo un recorrido por todo el contenido emocional, los alumnos se dividirán por grupos de 4 personas.



2. Simulando e interpretando rostros

A través de esta actividad se pretende que el alumno se pueda ver reflejado en sus compañeros y sepa detectar cuales son los sentimientos que el otro siente, con el fin de que el alumno comprenda y tome control y respeto sobre los sentimientos del otro. Para ello, esta actividad consistirá en el famoso juego llamado el role-playing donde el alumno tendrá que interpretar cada una de las sensaciones o emociones que el profesor le diga a través del rostro facial. Mientras, sus compañeros serán los encargados de adivinar que emoción o sensación está experimentando. Además, esta actividad nos ayudará a que el alumno pueda posicionarse en el lugar del otro y detectar herramientas para trabajar esas sensaciones.

Esta actividad también nos posibilita a que el alumno haga suposiciones del por qué se siente así y su influencia en el entorno.

3. El espejo

A veces vemos reflejado en otras personas lo que sentimos, es por ello que, esta actividad irá destinada al arte, debido a que el alumno tendrá que dibujar como se siente. El profesor será el encargado de guiar para que el alumno pueda encontrar y representar la sensación que siente. Para ello, se les repartirá a los alumnos un folio con un espejo dibujado donde los alumnos tendrán que dibujar sus sentimientos a través del rostro humano y como se siente en la sociedad. Esta actividad persigue detectar el estado emocional del alumnado y poner en principio cuales son los síntomas de sus conductas disruptivas. Todo el alumnado la llevará a cabo para conocerse y ver en el otro las sensaciones con las que se podría reflejar.

4. ¡Conociendo y comprendiendo!

A través de esta actividad pondremos en práctica la famosa actividad de musicoterapia. Con esto se persigue que el alumno se posicione en el lugar de los demás y observe el apoyo y necesidad de estar con otras personas, además de experimentar distintas sensaciones dependiendo de la música que el profesor dará a conocer. A parte de fortalecer los sentimientos, ayuda al alumno a fomentar la amistad con sus compañeros de clase. De este modo promueve tener un grupo de clase más homogéneo en el que todos se respetan y comprenden, donde se verá reflejada la necesaria educación y respeto en la sociedad.

La actividad consiste en que los alumnos cerrarán los ojos y deberán moverse en silencio y sin obstáculos por toda el aula. El profesor pondrá distintos tipos de música para que comprueben los sentimientos que la música nos puede ocasionar y mientras los alumnos tendrán que abrazar y encontrar a un compañero que se convertirá en su pareja durante toda la actividad. Mientras suene música alegre los compañeros podrán estar unidos, mientras que conforme se vaya pasando a música triste se tendrán que ir separando hasta quedarse solos como al principio habían empezado. Posteriormente se les preguntará que han sentido en cada una de la música puesta en clase, donde podrán describir sus sentimientos y sensaciones.

2. Desarrollo de la autogestión: basada en controlar nuestros sentimientos y superar los obstáculos.

Para abordar problemáticas y dotar a los alumnos de un buen control y manifiesto emocional es fundamental trabajar actividades donde el alumno se haya visto alguna vez reflejado.

1. ¿Por qué?

Con esta actividad se pretende acercar al alumnado a situaciones vividas para que reflexione sobre los sentimientos y sensaciones provocadas. Para ello, se les repartirá a los alumnos una ficha con diferentes imágenes expresando una sensación y el alumno tendrá que relacionar el texto con el pictograma, y decir en qué momento experimentó ese sentimiento y por qué. Esto nos ayuda a que el alumnado tenga presente sus sentimientos y se conozca a sí mismo sobre las circunstancias que les ocurrieron y que les ocurrirán, con el fin de concienciar al grupo de cómo debemos tratar a las personas, favoreciendo el respeto y la ayuda.



2. ¡Reconstruyendo lo ocurrido!

Para que el alumno ponga en práctica situaciones vividas y darles control a estas, esta actividad irá destinada a trabajar la reconstrucción de lo ocurrido a través de distintas imágenes en las que se puedan percibir distintas emociones. El alumno tendrá que imaginar lo que ha ocurrido y darle una posible solución. Para ello, observarán los siguientes pictogramas donde tendrán que dialogar y ser consciente de que es lo mejor para incorporarse a la sociedad.

3. Si alguna vez...

A través de esta actividad se persigue que los alumnos empaticen con diferentes cortos animados para dar conciencia y valor a situaciones que ocurrieron y que ocurrirán. Es fundamental que el docente haga reflexionar a los alumnos sobre los diferentes cortos haciéndoles preguntas y, posteriormente, el alumnado diga posibles soluciones que podían haber evitado el problema. Los siguientes cortos que visualizarán serán los siguientes.

<https://www.youtube.com/watch?v=LAOICln3MM>

<https://www.youtube.com/watch?v=N9rI8EhLomU>

<https://www.youtube.com/watch?v=xBMFyuDKRa4>

4. ¡Imagina!

Con esta actividad se pretende que el alumno invente y reconstruya la historia, ya que a través de ello se posibilita a que el alumnado imagine distintas soluciones para evitar el conflicto tomando control de la situación. Para ello, se repartirá al alumnado una ficha con los distintos dibujos, pero sin el texto, puesto que son ellos los encargados de inventarlo.



3. Toma de decisiones y desarrollo de habilidades interpersonales.

Para finalizar con el control emocional es fundamental que el alumno sea capaz de tomar sus propias decisiones y poner pausa a distintos conflictos. Es por ello que vemos fundamental el trabajo de este tema para incorporarse de manera satisfactoria a la sociedad.

1. ¡Las emociones!

Para dar imagen al control emocional y a los recuerdos, esta actividad irá destinada a la visualización de la película “Del revés” ya que nos muestra el funcionamiento de nuestros sentimientos con distintos personajes representando las emociones.

Con esta actividad se persigue que los alumnos sean conscientes y sepan controlar sus impulsos, debido a que podrán visualizar las consecuencias y toma de decisiones que los protagonistas realizan. Además, también nos posibilitará a que el profesor lance preguntas sobre las situaciones vividas por los personajes y a pedirle al alumno que se ponga en el lugar de los personajes para saber cómo reaccionaría.

También favorecerá a la dinámica de grupo y a visualizar como serían sus sentimientos, algo complicado para los niños de los primeros cursos de primaria, debido a que son conceptos muy abstractos.

2. Las posibles soluciones

En algunas ocasiones, el control emocional se vuelve muy rígido y es difícil de modificar en el momento ocurrido. Para facilitar esta toma de decisiones y recordar al alumnado las pautas a seguir hasta conseguir un control adecuado, es imprescindible que en el aula exista una actividad dedicada a controlar esos sentimientos en los momentos de confusión. Por ello, se ofrecen distintas alternativas que los alumnos realizarán sobre sus conductas en la llamada rueda de opciones. Esto consistirá en una cartulina que el alumno habrá realizado de forma individual y que tendrá por escrito en el aula para dar control a esas sensaciones o sentimientos cuando lo necesite.



3. Busca y encontrarás

Con esta actividad se persigue que el alumnado sea capaz de razonar sobre diferentes noticias de revistas o periódicos y sepa clasificarlas según los sentimientos que les causan. Este recurso facilita a que los alumnos a parte de identificar las emociones en las imágenes de personas, interactúen entre ellos y también lo sepan hacer a partir de una noticia leída, lo que ayudará a crear una opinión crítica y reflexione sobre lo ocurrido.

Esta actividad se realizará a través de una cartulina y en grupos de 4 personas. Los alumnos serán los encargados de encontrar las noticias que ellos creen que son idóneas para la actividad y que posteriormente pegarán en la cartulina para crear un mural con todas las actividades realizadas por los alumnos.

4. Dame una razón para...

Con esta actividad se persigue que el alumno dé posibles soluciones a distintas problemáticas. Para ello, el docente expondrá una noticia y los alumnos tendrán que decir que sensaciones o sentimientos creen que han experimentado, ¿cuáles son las posibles soluciones que ellos darían al problema? ¿Cuál fue la causa del problema?

Esta actividad pretende reforzar el pensamiento del alumno, así como el control de sus conductas y la toma de decisiones frente a distintas circunstancias. Para ello, el profesor leerá una noticia sobre la sociedad en voz alta y los alumnos serán los encargados de prestar atención para dar respuesta a las preguntas anteriormente mencionadas.

5. EVALUACIÓN

Una vez finalizada nuestra propuesta de trabajo es necesario realizar una evaluación, donde se evaluará tanto el diseño como la puesta en práctica del proyecto para dar respuesta a las necesidades detectadas.

Para tener un buen control sobre el progreso del alumno y garantizar un buen funcionamiento individual se realizará una hoja de observaciones donde el docente será el encargado de valorar el progreso del alumno y facilitar así el seguimiento de su aprendizaje. Estas evaluaciones serán de carácter formativo, ya que perseguimos que el alumno adquiera al final del proceso un correcto control emocional y que sea capaz de adaptarse a la sociedad donde se observará si los objetivos han sido alcanzados por el alumno.

La hoja de observaciones o registros que realizaremos será distribuida por meses con el fin de que se haga una comparativa de cómo empezaron los alumnos y cuál es el resultado final. Con esto se persigue que el docente y las familias sean conscientes de valorar el esfuerzo del alumnado y garantizar una correcta educación emocional.

La evaluación llevada a cabo será inicial, donde se partirá de los conocimientos que el alumno posea sobre el tema para partir hacia un aprendizaje constructivista, será continua donde se valorará el trabajo y el progreso del alumno durante todo el primer trimestre y realizará los cambios necesarios y, por último, una evaluación final donde se observará las características y el conocimiento que el alumno ha adquirido sobre la enseñanza para valorar si se debe seguir incidiendo sobre el tema.

El material para llevar a cabo la evaluación será a través de las tablas de observación que hemos realizado de forma individual para cada alumno, durante el trabajo del estudiante en las diferentes materias, la observación directa e indirecta y la implicación de los alumnos en la temática.

Me gustaría destacar que antes de comenzar con la evaluación del alumnado se observarán las ideas previas que tienen los alumnos sobre sus sentimientos y si saben asociarlos a diferentes circunstancias, ya que resulta fundamental tener un control sobre el manejo que el alumno posee sobre estos temas para partir hacia un aprendizaje significativo y constructivista

Hoja de evaluación del alumno.

Tabla 1: 1ª MES

| INDICADORES | SI | NO | A VECES | OBSERVACIONES |
|--|----|----|---------|---------------|
| Sabe identificar que son las emociones | | | | |
| Identifica las emociones en pictogramas | | | | |
| Pide disculpas cuando ha insultado o empujado | | | | |
| Es consciente de sus actos | | | | |
| Sabe interactuar con sus iguales | | | | |
| Participa en las actividades de clase de forma natural | | | | |
| Sabe expresar lo que siente a través del dibujo | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| Se relaciona y participa en actividades dinámicas | | | | |
|---|--|--|--|--|

| | |
|----------------------------|--|
| Aspectos a mejorar: | |
|----------------------------|--|

Hoja de evaluación del alumno

Tabla 2: 2ª MES

| INDICADORES | SI | NO | A VECES | OBSERVACIONES |
|---|----|----|---------|---------------|
| Empieza a expresar sus sentimientos y sensaciones | | | | |
| Empieza a controlar sus impulsos en situaciones de estrés | | | | |
| Valora las consecuencias antes de actuar | | | | |
| Empieza a ser capaz de comprender los sentimientos del otro | | | | |
| Tiene conocimientos sobre sus sensaciones o sentimientos | | | | |
| Relaciona los actos con las consecuencias | | | | |
| Dialoga y reconstruye significados | | | | |
| Posee autocontrol de sus actos y de los demás | | | | |

| | |
|----------------------------|--|
| Aspectos a mejorar: | |
|----------------------------|--|

Hoja de evaluación del alumno

Tabla 3: 3ª MES

| INDICADORES | SI | NO | A VECES | OBSERVACIONES |
|---|----|----|---------|---------------|
| Comprende las emociones en textos siendo capaz de reconstruirlos | | | | |
| Resuelve conflictos de forma pacífica | | | | |
| Es capaz de posicionarse en el lugar de los demás para favorecer el respeto | | | | |
| Analiza y escucha las diferentes actividades llevadas a cabo | | | | |
| Dialoga y da su opinión | | | | |
| Toma control de las consecuencias | | | | |
| Sabe expresar e identificar sus sentimientos y sensaciones | | | | |
| Valora la enseñanza como un recurso positivo | | | | |

| | |
|----------------------------|--|
| Aspectos a mejorar: | |
|----------------------------|--|

A través de las tablas de registro u observación durante el primer trimestre, se hará posible que el docente cree una visión y tome conciencia sobre el progreso del alumno. También ayudará a mejorar aspectos durante el curso y para el próximo año valorando la enseñanza del alumnado.

Para garantizar un buen desarrollo en el alumno se debe valorar todo su progreso de aprendizaje desde sus exposiciones orales hasta las anécdotas personales, ya que ello nos hace posible ser más exhaustivos en el proceso de enseñanza y evaluación.

No debemos olvidar que el profesor debe dar respuesta y evaluar el proyecto para observar si ha cumplido con los objetivos propuestos y si ha habido algún tipo de error o de control durante el transcurso de las actividades. De esta forma, garantizamos un bueno dominio y desarrollo del tema para cursos posteriores. Para ello, realizaremos la siguiente tabla para que el profesor pueda evaluar el trabajo de este.

Tabla 4. Evaluación del proyecto

| INDICADORES | 1ª MES | 2ª MES | 3ªMES | GLOBAL |
|---|--------|--------|-------|--------|
| Están distribuidos los contenidos de forma adecuada y se relacionan con los conocimientos previos del alumnado. | | | | |
| Los objetivos son acordes a las capacidades que el alumnado debe adquirir. | | | | |
| Se utilizan recursos didácticos (informáticos, audiovisuales, etc). | | | | |
| Se estructura el tiempo, se explica los contenidos y se realizan las actividades. | | | | |
| Se realizan grupos de cooperación entre el alumnado para desarrollar el conocimiento y crear un buen clima de aula. | | | | |
| Se realizan actividades acordes a las necesidades del alumnado. | | | | |
| Se evalúa el aprendizaje del alumnado y el profesor es un guía en todo el proceso. | | | | |

| | |
|---------------------------|--|
| Aspectos a mejorar | |
|---------------------------|--|

| | | | | |
|-------------------|-------------------|---------------|----------------|--------------------|
| Valoración | 1-Muy mala | 2-Mala | 3-Buena | 4-Muy buena |
|-------------------|-------------------|---------------|----------------|--------------------|

Para un correcto proceso de evaluación es de vital importancia un seguimiento en el proceso de enseñanza-aprendizaje a lo largo de todo el trimestre, ya que es posible que este proyecto de innovación pueda tener influencia en las áreas de los objetivos académicos.

Por último, destacar que el proyecto se llevaría a cabo de forma pautada y relajada sin la necesidad de contar con recursos ni personal extra, ya que la mayoría de este trabajo se realizará en el aula ordinaria. Es por ello que, se trata de un proyecto flexible y dinámico que se adapta al ritmo de aprendizaje del alumno ayudando en cada una de sus necesidades y evaluando su progreso.

6. REFLEXIÓN Y VALORACIÓN PERSONAL

La importancia de crear personas autónomas y maduras cada vez se observa más temprano, el alumnado en muchas circunstancias tiene que madurar antes de tiempo y en ese progreso se encuentra con barreras y experiencias difíciles de asumir. Todo esto se debe a la forma de vida que las personas tenemos tan estresantes y dominadas por el trabajo. Por tanto, desde el primer momento se observa la necesidad de afecto y atención que los alumnos tienen en la escuela, ya que padres y madres no se le hace posible llevar a cabo un correcto cuidado del alumno.

No solo esto nos sirve para reflexionar acerca del afecto y atención del niño/a sino que estas circunstancias se ven reflejadas en el aprendizaje de todos los alumnos, ya que si emocionalmente no está preparado para asumir una mañana tras otra el aprendizaje, difícilmente tendrá buenos resultados. Es por ello que, se observa la necesidad cada vez más anticipada de crear a personas que sean capaces de empezar a dominar lo que sienten desde los primeros cursos, ya que solo con ello, serán capaces de comprender el ritmo de vida y crecimiento que vemos en los niños.

Todo esto beneficia a que familias y escuela puedan ser compatibles en la educación del alumno, donde se dé respuesta a cada una de las necesidades que el alumno presenta en la escuela si la familia no es capaz, y donde el aprendizaje del alumno se vea beneficiado en todo momento. Cuando educamos a un niño/a es fundamental que la familia se implique en su proceso y haya una cooperación entre escuela y familia, sino difícilmente se conseguirán los objetivos propuestos.

Además, este proyecto nos posibilita a que el alumno observe la implicación e importancia de la escuela, ya que, si la escuela ayuda a controlar y expresar lo que el alumno siente, este se sentirá motivado y comprendido para dar un significado a esas sensaciones. Desde el momento de nuestro nacimiento llegamos a un mundo sin conocimientos y todo pasa por la experiencia, de ahí la importancia de que se atienda aquello que imposibilita que el alumno siga avanzando.

Ahora que se han dado por finalizadas las prácticas, durante todo el curso he podido observar esa necesidad que los alumnos traían a clase sobre la necesidad de ser escuchados y atendidos. Donde expresarle al alumno tus sentimientos y hacerle sentir cercano a ti para que se comprenda y sepa que tiene a un adulto de referencia dispuesto a escucharle y ayudarle. Porque solo a través de una educación cercana donde el alumno se sienta comprendido y valorado se observará como diferentes problemáticas de acoso, intolerancia o respeto se verán beneficiadas.

En una educación que hace por comprender al alumno se observarán mejores resultados, capaces de adaptar y valorar la tan preciada educación en valores, donde se creen a personas que respeten la diferencia, toleren y se ayuden entre ellos. Porque con esto daremos respuesta a temas tan oscuros como el bullying donde en muchos casos se deben estudiar las circunstancias del acosador y el acosado, donde se comprenda y se dé respuesta a las necesidades educativas que el alumno posee para poder paliar todo tipo de conductas disruptivas que encontramos en el aula y fuera de ella, y donde se creen ciudadanos capaces de enfrentarse al mañana.

También me gustaría destacar la importancia de la existencia de un profesor actualizado en el aula, ya que solo a través de ello podremos abordar situaciones de este tamaño y donde se valore a todo alumno por igual con más o menos problemáticas y se atiende a la diversidad que el alumno posee en nuestras aulas, dejando un poco de lado una enseñanza basada en los resultados, donde se valore a la persona, se ayude en momentos de debilidad y donde se observe una enseñanza enriquecida y pacífica.

8. ANEXOS

Anexo 1: el “emocionario”

Este libro nos ofrece un vocabulario adaptado a los niños donde se le da una imagen a cada una de las emociones y donde no hay una limitación de emociones, ya que a través de él podemos estudiarlas todas y no limitarnos a las sensaciones que la persona posee en concreto. Nos ayuda a dar una explicación del control de cómo las personas sienten y padecen. Es un libro mágico que nos hace involucrarnos en él desde el primer momento por su gran atractivo lúdico e interesante de comprender.



Bibliografía

- Armas, M. (2007). *Prevención e intervención ante problemas de conducta: estrategias para centros educativos y familias*. Madrid: Wolters Kluwer España.
- Cabello, R., Ruiz-Aranda, D., y Fernández-Berrocal, P. (2009). Docentes emocionalmente inteligentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 13 (1), 41-49.
- Casassus, J. (s.f.). El aprendizaje depende de las emociones. *Revista de educación*, 18-20.
- Cohen, J. (2003). *La inteligencia emocional en el aula*. Capital Federal: Troquel.
- Fernández, P., y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2009). La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 85-108.
- Fundacióncadah. (2014). *Fundacióncadah.org*. Recuperado el 4 de Mayo de 2017, de <https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/la-importancia-de-las-emociones-en-el-aprendizaje-y-su-relacion-con-el-tdah.html>
- Fundacioncadah.org. (2010). *Economía de Fichas: Como convertirlo en un sistema eficaz para modificar la conducta*. Recuperado el 4 de Mayo de 2017, de <https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/tdah-estrategias-para-la-conducta-economia-de-fichas-como-convertirlo-en-un-sistema-eficaz-para-modificar-la-conducta.html>
- García, J. Á. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Educación*, 36 (1), 1-24.
- Morin, E., Roger, E., y Domingo, R. (2002). *Educación en la era planetaria*. Recuperado el 4 de Mayo de 2017, de <http://programa4x4-cchsur.com/wp-content/uploads/2016/11/64291196.Morin-Ciurana-Educacion-en-La-Era-Planetaria-1.pdf>
- Muñoz, C. (2007). *Inteligencia Emocional: el secreto para una familia feliz*. Recuperado el 4 de Mayo de 2017, de Fapaes: <http://www.fapaes.net/biblio/Guiainteligenciaemocional.pdf>
- Núñez Pereira, C., y Valcárcel, R. (2014). *Emocionario*. Madrid: Palabras Aladas, S.L.
- Ontinyent psycho-logo. (6 de Agosto de 2014). *Conductas deseables en el aula. Intervención principio de Premack*. Recuperado el 4 de Mayo de 2017, de <https://ontinyentpsicologo.wordpress.com/2014/08/06/conductas-deseables-en-el-aula-intervencion-principio-de-premack/>
- Santos, M. (Septiembre de 2012). *Técnicas para modificación conductual en el aula*. Recuperado el 4 de Mayo de 2017, de <https://es.slideshare.net/grazzibel/estrategias-para-la-conducta-disruptiva-en-el>
- Shapiro, L. (2002). *La salud emocional de los niños*. Madrid: Edaf.