

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD  
CATÓLICA DEL PERÚ**

**Facultad de Educación**



Importancia de la educación emocional en la educación infantil, según el modelo de  
Rafael Bisquerra

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
EDUCACIÓN CON ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN INICIAL**

presenta:

*Cindy Johana Espinal Velasquez*

Asesora:

Carmen Rosa Mesinas Pachas

Lima, 2022

## AGRADECIMIENTOS

A mis padres, Teófilo y Lucy, quienes, con su vida y lucha constante, desde que llegaron a Lima, han hecho todo esfuerzo necesario para brindarme una vida llena de amor y educación. Ustedes son mi mayor ejemplo, mi orgullo y luz que me motiva y guía a seguir adelante. Como bien dicen “Kanan punchaimantan ñaupankin”.

A mis hermanos, Gerson y Jerry, quienes siempre me acompañan con sus ocurrencias y su forma peculiar de hacerme sentir amada y acompañada. A Mónica y Miriam, mis hermanitas menores, quienes siempre están alentando y celebrando cada paso que doy.

A Christian, por su amistad incondicional, por nuestras charlas interminables, por sostenerme e impulsarme a seguir adelante, a pesar de mis aciertos y desaciertos en el camino. Y a mi Makita quien solo me brinda amor puro y sincero.

A mis amigos, Ivette, Patricia y Kathy por siempre motivarme y acompañarme a lo largo de mi carrera.

A mi asesora, Carmen, por su comprensión, paciencia, apoyo y exigencia durante todo este proceso de investigación.

## RESUMEN

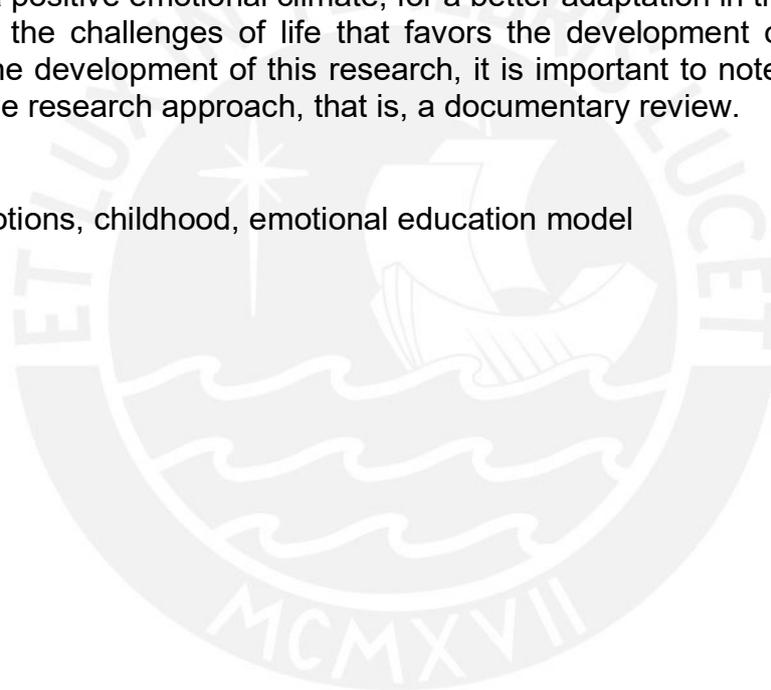
El presente estudio plantea como problema “¿Cuál es el aporte del modelo de Rafael Bisquerra a la educación emocional en la educación infantil?”. Ante el desarrollo de un conjunto de problemas sociales y un gran índice de violencia se evidencia una falta de manejo y control de las emociones, que no están siendo suficientemente atendidos por el sistema educativo, ni por la sociedad. De acuerdo a esta necesidad surgen los aportes realizados por Bisquerra, quién a partir de su línea de investigación relacionada a las emociones plantea que las emociones al ser tan complejas y teniendo un enfoque multidimensional, es necesario educarlas desde la infancia y a lo largo de toda la vida. De acuerdo a este apartado, se plantean dos objetivos, el primero es fundamentar la importancia de la educación emocional en la educación infantil y el segundo describir los principales aportes del modelo de la educación emocional de Rafael Bisquerra a la educación infantil. Como parte de este estudio se evidencia el reconocimiento e importancia de las emociones en el desarrollo evolutivo desde la infancia, como el desarrollo de un modelo basado en cinco competencias que permitirán un clima emocional positivo, para una mejor adaptación en el contexto social y afrontamientos de los retos de vida que favorezcan en el desarrollo de la personalidad de los niños y niñas. Para el desarrollo de esta investigación es importante señalar que la presente tesina tiene un enfoque de investigación cualitativa, es decir una revisión documental.

*Palabras clave:* emociones, infancia, modelo de educación emocional

## ABSTRACT

The present study proposes as a problem "What is the Rafael Bisquerra's model contribution to the emotional education in early childhood education?". Given the spread of a set of social problems and a high rate of violence, there is evidence of a lack of management and control emotions, which are not being sufficiently heeded by the educational system, nor by society. According to this need, the contributions made by Bisquerra become relevant, who from his line of research related to emotions states that, being emotions so complex and having a multidimensional approach, it is necessary educate them from childhood and throughout life. According to this section, two objectives are proposed, the first is set the importance of emotional education in early childhood education and the second, describe the main contributions of Rafael Bisquerra's emotional education model to early childhood education. As part of this study, the recognition and importance of emotions in evolutionary development from childhood is highlighted, as the development of a model based on five competencies that will allow a positive emotional climate, for a better adaptation in the social context and overcome the challenges of life that favors the development of personality of children. For the development of this research, it is important to note that this thesis has a qualitative research approach, that is, a documentary review.

*Keywords:* emotions, childhood, emotional education model



## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>CAPÍTULO I: EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL</b> .....	3
1.1. Concepto de emoción .....	3
1.2. Emociones en la infancia .....	5
1.3. Educación emocional .....	7
1.3.1. Concepto de educación emocional .....	8
1.3.2. Fundamentos teóricos que influyen en la educación emocional.....	10
1.3.2.1. Aportes teóricos de Jean Piaget.....	10
1.3.2.2. Aportes teóricos de Howard Gardner.....	11
1.3.2.3. Aportes teóricos de Mayer y Salovey.....	12
1.3.2.4. Aportes teóricos de Daniel Goleman.....	14
1.3.3. Importancia de la educación emocional en la primera infancia.....	17
<b>CAPITULO II: LA EDUCACIÓN EMOCIONAL SEGÚN EL MODELO DE RAFAEL BISQUERRA</b> .....	19
2.1. Reconocimiento de la importancia de las emociones en el ser humano desde la perspectiva de Rafael Bisquerra.....	20
2.2. Clasificación de las emociones .....	20
2.3. Importancia de la educación emocional en la escuela.....	23
2.3.1. Objetivos de la educación emocional .....	24
2.3.2. Contenidos de educación emocional .....	25
2.3.3. Competencias emocionales.....	27
2.3.3.1. Conciencia emocional.....	30
2.3.3.2. Regulación emocional.....	30
2.3.3.3. Autonomía emocional.....	31
2.3.3.4. Competencia social.....	32
2.3.3.5. Competencias para la vida y el bienestar.....	33
2.4. Evaluación en la educación emocional.....	35
2.5. Orientaciones para el desarrollo del modelo de educación emocional .....	37

2.5.1. Contextos de intervención.....	37
2.5.1.1. Intervención desde la educación infantil.....	39
2.5.2. Rol del educador para el desarrollo de la educación emocional.....	40
2.5.3. Rol de la familia para el desarrollo de la educación emocional.....	42
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>44</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>45</b>



## INTRODUCCIÓN

Hoy en día, nuestra sociedad está enmarcada en un sistema educativo en gran medida disociado de la realidad y con una ausencia de enfoque integral que dé respuesta a las necesidades sociales de los niños y niñas. Asimismo, desde el siglo XX, la educación se ha ido expandiendo hasta llegar casi a la totalidad de la población. No obstante, a lo largo de estos años se ha centrado, fundamentalmente, en el área cognitiva, formando en materias ordinarias como parte de su sentido.

Sin embargo, si nos preguntamos por la finalidad de la educación, ésta debería tener como principal propósito preparar a las personas para la vida. Así lo afirma Delors (1996) en su informe para la Comisión internacional sobre la educación para el siglo XXI, en el que propone los cuatro pilares sobre los cuales debe organizarse la educación a lo largo de toda la vida: aprender a conocer, aprender hacer, aprender a convivir y aprender a ser.

Bajo nuestro sistema educativo y la escolarización se evidencia la falta de atención a los dos últimos pilares de la educación, relacionados a desarrollo personal y convivencia. Por lo tanto, la formación que se le brinda a los estudiantes no solo debe estar basada en conceptos, sino en una educación integral donde las emociones también deben ser educadas, ya que forman parte de la vida y, por ello, de la formación de los niños y niñas.

Por este motivo, surge la educación emocional como una manera de responder a todas estas necesidades, es decir, como una innovación educativa que adopta un enfoque central en la vida en cada una de las personas.

En consecuencia, el presente estudio tiene un enfoque de investigación cualitativa, es decir una revisión documental, que se llevará a cabo bajo los principios éticos, que se centrará en el modelo elaborado por Rafael Bisquerra, un pedagogo y psicólogo español quién viene trabajando sobre la línea de investigación de las emociones. Fruto de este trabajo, diseñó un modelo educativo enfocado en el desarrollo de cinco competencias emocionales fundamentales para la vida: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias emocionales, habilidades de vida para el bienestar (Bisquerra,2010).

Además, el desarrollo del modelo de educación emocional estará enfocado en el periodo de la primera infancia, entre los 0 a 6 años, periodo en el que los niños y niñas muestran una apertura particular, física y funcional, para el aprendizaje de este tipo de contenidos (Papalia, Wendkos & Duskin, 2013).

Dada la necesidad de conocer cómo cubrir esta necesidad formativa vinculada a la educación emocional, esta investigación ahonda en un modelo educativo orientado a este fin, y parte de la siguiente problemática ¿Cuál es el aporte de Rafael Bisquerra a la educación emocional en la educación infantil?

Para dar respuesta a esta problemática, nuestra investigación se desarrollará en dos capítulos los cuales responden a dos objetivos planteados para este estudio. El primer objetivo se dirige a fundamentar la importancia de la educación emocional en la educación infantil. Para poder dar respuesta a este objetivo, nuestro primer capítulo se centrará en el reconocimiento de las emociones en el desarrollo evolutivo de las emociones en la infancia, así como en los aportes teóricos bajo los cuales se fundamenta el modelo de Rafael Bisquerra.

El segundo objetivo consiste en describir los principales aportes del modelo de la educación emocional desarrollado por Bisquerra. En respuesta a este objetivo, en el segundo capítulo nos centramos en describir el modelo, señalando sus objetivos, su importancia en la escuela y el rol de los agentes educadores.

Finalmente se desarrollarán las conclusiones, orientadas en responder el problema de investigación planteado, enfocados en los aportes de Rafael Bisquerra, como en la elaboración y diseño de un modelo de educación emocional fundamentado en evidencias científicas, con el objetivo de darle una nueva mirada a la educación desde la infancia, ya que las emociones están presentes en todo el desarrollo evolutivo, por lo tanto es importante la intervención desde edades tempranas, con la ayuda de los agentes educadores como, familia, escuela y sociedad. Ello, como respuesta al analfabetismo emocional en la sociedad, evidenciado en los índices de violencia, ansiedad, estrés y comportamientos de riesgos presentes en la sociedad.

## **1. CAPÍTULO I: EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN INFANTIL**

En el primer capítulo de esta investigación se abordarán los fundamentos teóricos bajo los cuales se desarrolla la educación emocional y su importancia en la primera infancia.

En este capítulo se desarrollará aspectos conceptuales y teóricos relacionados a las emociones, como un aspecto fundamental en la vida de cada persona, así lo afirma Bisquerra “Las emociones son una parte sustancial de la vida humana. Continuamente experimentamos emociones, pero pocas veces nos paramos a reflexionar sobre qué son las emociones” (2010, p.14).

Por esta razón en este capítulo la investigación se centrará en evidenciar a través de diferentes aportes teóricos la pertinencia de una educación emocional en las personas y la importancia de iniciar esta formación desde los primeros años de vida, comprendidos entre los 0 a 6 años.

### **1.1. Concepto de emoción**

Para Esquivel (2015) la palabra emoción tiene como raíz latina *emovere* que justo al término *motere* significa mover. Así pues, según la etimología podemos concluir que al referirnos al término emoción estamos hablando de toda energía o impulso que permite actuar y movilizar a cada persona.

No obstante, es importante señalar que antes de que aparezca la emoción es crucial la presencia de un estímulo, el cual puede estar representado no solo como una situación, sino como un objeto favorito, alguna persona, etc. En síntesis, esta situación, objeto o persona serán los responsables de provocar una emoción.

La emoción se activa frente a diferentes tipos de situaciones, es decir, que a partir del reconocimiento y detección que el organismo hace ante una situación inesperada surgirá la alegría, tristeza o amenaza, etc. Las emociones son las encargadas de comprender y ayudar a reaccionar rápidamente, o sea permiten actuar de una determinada forma ante la situación que sentimos y experimentamos de manera subjetiva (Perez y Filella, 2019). La emoción, a su vez, dependerá de la persona, el ambiente, su experiencia previa, etc. En otras palabras, se desarrollará en base a cómo perciba determinada situación cada persona.

Según Bisquerra, “La emoción es un estado complejo y multidimensional” (2011, p.17). Primero, en base al estado complejo, la emoción se genera como respuesta a un acontecimiento interno o externo propio de la vida cotidiana. Con

respecto al acontecimiento externo es el que está relacionado a alguna situación reciente o del pasado, basado en sueños, en lo real o en lo imaginario. Por otro lado, un acontecimiento interno, por ejemplo, puede estar referido a algún dolor corporal que ya hemos sentido, el cual anticipará y activará emociones según la información que hemos guardado.

Segundo, cuando se hace referencia a la emoción como un estado multidimensional se refiere a que éste se encuentra integrado en tres tipos de respuestas, las cuales pueden ser psicológicas, fisiológicas y conductuales. Primero, en base a las respuestas psicológicas, éstas activarán las redes neuronales de la memoria ante emociones y situaciones ya vividas que generaron algún impacto, desencadenando diferentes emociones. Segundo, respuestas fisiológicas están relacionadas a las expresiones faciales, nuestra expresión corporal, muscular y de la voz. Tercero, en base a las respuestas conductuales, éstas están condicionadas a la posición que cada persona tome con respecto a su entorno o acontecimiento determinado.

Por otra parte, Cholí (2005) define emoción como una experiencia multidimensional con tres funciones principales: función adaptativa, función social y función motivacional.

En primer lugar, la función adaptativa es la encargada en dirigir al organismo para ejecutar una conducta determinada, en base a las condiciones de la situación en la que se encuentra. Ésta es considerada una de las funciones más importantes, debido a que, permite a las personas adaptarse a las situaciones que se le presentan. En segundo lugar, se encuentra la función social, la cual se refiere a que mediante la expresión de las emociones las personas puedan tener mayor facilidad para predecir comportamientos y, en consecuencia, las conductas expresadas logren ser adecuadas; de esta manera se da mayor énfasis e importancia a los procesos de relación interpersonal. En tercer lugar, la función motivacional, función bajo la cual se establece una estrecha relación entre emoción y motivación, pues el adecuado manejo emocional promueve el compromiso y trabajo para alcanzar las metas propuestas. Además, cualquier conducta motivada se desarrollará con dirección e intensidad.

Por otro lado, Goleman (2000) afirma que la emoción y la razón deben estar en concordancia y trabajar de manera equilibrada, porque son las emociones “las que alimentan e informan las operaciones de la mente racional, que las depura y a

veces, veta la energía de entrada de las emociones” (como se citó en Huarcaya Pasache, 2016, p.10). En otras palabras, la mente racional es la que ayuda a las personas a manejar sus emociones y tomar mejores decisiones, a través de una mirada más flexible e integral en cada suceso.

A partir de lo desarrollado anteriormente se comprende a las emociones como un estado complejo que experimenta y vive el ser humano a lo largo de toda su vida. Incluso, desde la infancia, las personas son completamente emocionales, cada una genera una activación o reacción mental para el desarrollo de una respuesta organizada que la lleve a actuar de una manera determinada, generando así el desarrollo de una conducta que le permita anticipar, vivir o sobrevivir.

## **1.2. Emociones en la infancia**

Para hablar de emociones en la infancia es importante no solo reconocer a la emoción como una respuesta compleja que influye a la conducta para generar un impacto en el desarrollo humano, sino también es importante definir la relevancia del periodo de la primera infancia.

Según el Ministerio de Desarrollo e inclusión Social (s/f) “Los primeros años de vida son fundamentales para el desarrollo integral de la persona y definen la capacidad de las niñas y niños para ser ciudadanas y ciudadanos saludables para sí mismos, para su familia y la sociedad” (p.1). Bajo esta concepción, se entiende que el desarrollo de la infancia debe garantizarse, bajo un enfoque integral, en donde no solo se tome en cuenta aspectos de salud y alimentación, sino también aspectos emocionales, a través de un apego seguro, regulación de emociones, etc. Es decir, por medio de una correcta gestión de emociones.

López (2015) por otra parte, ha comprobado que un estado emocional desarrollado de forma adecuada, tiene la capacidad de incrementar las posibilidades para que una persona tenga éxito en las diferentes pruebas y retos propios de la vida humana, con mayores posibilidades de superación.

En otras palabras, las emociones en la infancia tienen un rol muy importante para el desarrollo integral de los niños y niñas. Ya que el reconocimiento y buen manejo de cada una de ellas, permitirá tomar mejores decisiones, resolver problemas, bienestar emocional y desarrollo personal.

Por todas estas razones, a continuación, se profundizará en el reconocimiento de las emociones en la infancia, a través del desarrollo emocional, teniendo en cuenta

las necesidades y los aspectos que se esperan de un niño según su edad, en nuestro caso, el desarrollo afectivo desde el nacimiento hasta los 6 años. Así mismo, para la explicación de este periodo tan importante y crucial en el desarrollo humano, nos basaremos en las etapas del desarrollo afectivo planteadas por dos autores reconocidos: Jean Piaget y Henry Wallon.

En primer lugar, Jean Piaget establece diferentes etapas de desarrollo cognitivo, aunque para el presente estudio nos centraremos, sobre todo, en su visión afectiva. Por consiguiente, dividiremos el desarrollo en dos etapas distintas comprendidas entre las edades de 0 a 2 años y de 2 a 6 (Papalia et al.,2009).

Con respecto a la etapa de 0 a 2 años, reconocida como periodo sensorio motor, el niño centra su afectividad de manera individual, en su propio cuerpo, esto debido a que al nacer es incapaz de diferenciar entre su yo y el mundo exterior. No obstante, más adelante comienza a relacionarse con el medio a través de la imitación, en esta etapa el niño va buscando lo que le agrada y rechazando lo que le desagrada (Papalia et al.,2009).

La segunda etapa se denomina periodo pre operacional comprendida entre los 2 a 6 años, momento donde aparece la capacidad de representación, en otras palabras, se da inicio al pensamiento simbólico, un pensamiento intuitivo basado en emociones y sensaciones. Asimismo, en esta etapa se produce el afianzamiento del lenguaje, el cual facilitará la verbalización de las emociones y sentimiento de cada niño o niña. No obstante, parte de esta etapa aún sigue desarrollada en base al egocentrismo, es decir el niño aún es incapaz de centrarse en los otros, además de su propio punto de vista (Papalia et al.,2009).

Un segundo autor que aporta en este sentido investigativo es Henry Wallon quien plantea que el niño desde su nacimiento es un ser social, es decir, las interacciones personales que se dan en el proceso son esenciales para su desarrollo, sobre todo con sus cuidadores.

A continuación, se explica el proceso de desarrollo afectivo en la etapa de la infancia que plantea el autor.

La primera etapa está determinada entre los 0 a 3 años, también es conocida como etapa o período sensorio motor. Este periodo se centra en que el niño empieza a diferenciar entre el yo y el no yo, es decir el niño en esta etapa, a nivel afectivo empieza entender que hay acciones que no son él, en otras palabras, a diferenciar

entre sus propias acciones y la de los demás, siendo consciente de lo que le pertenece (Lopez,2014).

La segunda fase, corresponde a la etapa del personalismo. Ésta se divide en tres sub fases; la primera es la de oposición, en donde el niño se percibe como individuo autónomo, es decir adquiere conciencia del yo a través de conductas de oposición. La segunda fase denominada de gracia, comprendida entre las edades de 3 a 4 años, en donde a partir de sus movimientos, gestos y palabras el niño empieza a generar empatía con los otros, llamando la atención y afecto del otro. La tercera fase, de imitación desarrollada entre los 4 y 5 años, está dirigida a imitar a sus padres y personas que reconoce para iniciar la compatibilidad (Lopez,2014).

En resumen, según lo desarrollado anteriormente podemos afirmar la presencia permanente e importancia de las emociones en la infancia, en la que un adecuado desarrollo afectivo desde los primeros años de vida será trascendental para el desarrollo integral de la personalidad de cada individuo.

Como se mencionó por los autores Jean Piaget y Henri Wallon, en cada etapa del desarrollo afectivo el niño tiene la capacidad de relacionarse social y emocionalmente desde el nacimiento; sin embargo, este desarrollo dependerá de la calidad de la relación con los cuidadores, para establecer una interacción adecuada, favorecer la regulación afectiva y para el sostenimiento emocional. De esta manera, el niño podrá sentirse confiado y seguro. Por consiguiente, en esta etapa el niño/a tendrá la posibilidad de establecer vínculos afectivos estables y contenedores.

Por esta razón es importante que los primeros agentes socializadores del niño conozcan las etapas del desarrollo infantil en conjunto con una cultura afectiva donde se reconozca la importancia de las emociones para el desarrollo integral. En consecuencia, bajo esta perspectiva, la educación es clave para el desarrollo emocional y la adquisición de habilidades y competencias emocionales. La presencia de una educación emocional integradora desde la familia hacia la escuela y de escuela hacia la familia es relevante, ya que ambas acompañan al niño en esta etapa del desarrollo humano básica para su vida y bienestar (Bisquerra ,2011).

### **1.3. Educación emocional**

En el apartado anterior desarrollamos el concepto de emoción y su presencia en el periodo de la primera infancia, reconociendo su importancia en el desarrollo integral de los niños y niñas. No obstante, nuestras emociones son diversas y el

manejo de ellas es complejo, sobre todo, en los primeros años de vida, periodo clave para que el ser humano se pueda formar emocionalmente a lo largo de todo su ciclo vital a través de una educación emocional.

En concordancia, para Bisquerra et al.: “La educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación formal” (2003, p.3). Por esta razón, es importante el desarrollo de una educación emocional que debe estar presente en diferentes contextos en los cuales se desenvuelva el niño o niña, sobre todo en las prácticas educativas, donde las emociones tienen un rol crucial e influyen en la personalidad de los estudiantes.

### **1.3.1. Concepto de educación emocional**

Para el desarrollo de este apartado empezaremos definiendo educación como un constructo social, que ha ido evolucionando a lo largo de la historia. En un principio, estaba dirigido a brindar conocimientos al sujeto de manera memorística y muy enfocado en el desarrollo cognitivo. No obstante, a partir de la segunda mitad de los años noventa la educación experimenta un cambio de paradigma en el cual se presta mayor atención a la emoción.

A partir de este cambio de concepción, la educación se define como: “Un imperativo actual que prepara al hombre para la vida, en donde la escuela ha de cumplir el encargo social de formar las cualidades necesarias que permitan a cada hombre satisfacer las demandas de su tiempo” (Bello, Sanchez & Rodriguez 2010,p.2). Es decir, la educación que no solo debe estar enfocada en la trasmisión de conocimientos, sino también en el desarrollo de habilidades básicas y necesarias para desenvolverse en la vida.

En consecuencia, la educación debe tener un enfoque integral, en donde el individuo se desarrolle a nivel físico, cognitivo, lingüístico y sobre todo emocional. En concordancia, Bisquerra (2012), resalta la educación emocional como “Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional” (p.129).

A partir de ello surge el concepto de educación emocional, que se define como un constructo que abarca la formación integral de las personas, por medio de la cual se desea dar respuesta a las necesidades sociales, entendidas como problemas relacionados a la baja autoestima, depresión, estrés, violencia, consumo de drogas,

etc. Todos ellos considerados comportamientos de riesgo que se producen por un desequilibrio emocional en las personas (Bisquerra 2003).

En ese sentido, la educación emocional se define como un proceso pedagógico, mediante el cual se desarrolla un programa académico, con el objetivo de proporcionar las herramientas necesarias para el desarrollo de estas capacidades, mediante juegos, cuentos, actividades de relajación, etc. (Bisquerra, Garcia , & Pérez 2015).

No obstante, conviene tener en cuenta, que la educación emocional no solo se aplica en la escuela, sino también en otros contextos. Tal como establece Bisquerra (2011) “Toda persona es un usuario potencial de los servicios de la educación emocional, ya que no se aplica solamente al contexto de la educación formal, sino también en medios socio comunitarios y en las organizaciones” (p.18).

Se trata, entonces, de todos los contextos bajo los cuales se pretende impartir una educación del afecto, es decir, formar emocionalmente a partir de conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones, educando de esta manera el afecto, con el objetivo de que el individuo adquiera herramientas funcionales que le ayuden a superar con éxito encuentros emocionales.

El desarrollo de estas herramientas emocionales se define según la Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar (RIEEB) como: “Competencias básicas para la vida que necesitamos aprender y desarrollar” Es así que, ante la necesidad social, se promueve la adquisición de competencias emocionales básicas para la vida y el bienestar, como un potenciador del desarrollo emocional para una mejor adaptación del contexto y, de esta forma, brindar herramientas necesarias para superar circunstancias de la vida con mayor éxito, reduciendo de esta manera la vulnerabilidad o previniendo situaciones adversas, es decir maximizando situaciones constructivas y minimizando las destructivas.

No obstante, para poder hablar en la actualidad de educación emocional, es importante tomar en cuenta los antecedentes, como los fundamentos teóricos bajo los cuales se fundamentan el reconocimiento de las emociones y el desarrollo de la educación emocional, pasando de aspectos relacionados solo al desarrollo cognitivo, hasta el reconocimiento de la inteligencia emocional, mediante el cual se da el reconocimiento a las emociones, como parte importante en el desarrollo humano.

### **1.3.2. Fundamentos teóricos que influyen en la educación emocional**

La educación emocional entendida como un proceso educativo continuo se propone optimizar el desarrollo humano, en otras palabras, el desarrollo integral de la persona. No obstante, cabe señalar que este enfoque integrador del ciclo vital, está fundamentado en aportes provenientes del desarrollo cognitivo, las inteligencias y movimientos de renovación pedagógica. A continuación, profundizaremos en algunas de una de ellas.

#### **1.3.2.1. Aportes desde el desarrollo cognitivo de Jean Piaget.**

Jean Piaget, realizó aportes relacionados al desarrollo cognitivo del niño, a partir de cuatro estadios planteados, los cuales están en relación con la inteligencia. Dentro de estos cuatro estadios también se encuentra presente la conducta y su adaptación entre el sujeto y su mundo exterior, así mismo aspectos afectivos y cognoscitivos. Es por este motivo que Piaget establece que la afectividad y el conocimiento se relacionan uno con otro.

Si bien Piaget dentro de sus investigaciones no profundiza en la relación entre lo afectivo y cognitivo, sí llega a concluir que la esfera afectiva trabaja como un impulsador o limitante para el desarrollo del aprendizaje, haciendo énfasis en la primera infancia, entendida entre las edades que conforman el desarrollo de sus cuatro estadios del desarrollo (Fernandez, Fernandez, & Peralta, 2020).

Por este motivo no solo se debe prestar atención al desarrollo físico madurativo del niño, sino también a todo lo relacionado con su afectividad. Por consiguiente, Piaget (2005) señala que “La afectividad interviene en las operaciones de la inteligencia, que las estimula o las perturba, que es causa de aceleraciones o de retrasos en el desarrollo intelectual” (como se cita en Fernandez, Fernandez, & Peralta, 2020,p.13). En consecuencia, gracias a los aportes de Jean Piaget, se comprende que los aspectos cognitivos y afectivos se complementan en el desarrollo de la evolución de los niños y niñas.

### **1.3.2.2. Aportes teóricos de Howard Gardner.**

Como parte de los fundamentos de la educación emocional, se encuentra el importante aporte de Howard Gardner al desarrollo del concepto de la inteligencia, sustentada en base al entendimiento de la inteligencia como una capacidad o destreza que se puede desarrollar. Es así que Gardner dentro de sus investigaciones concluye en que la inteligencia es un conjunto de capacidades mediante las cuales cada individuo crea y concreta lo que se propone. No obstante, estas inteligencias presentan diferentes maneras de presentarse, es decir, existen diferentes tipos de inteligencias que puede utilizar el ser humano.

Bajo esta concepción, Gardner plantea la teoría de las inteligencias múltiples, entendidas como inteligencias que permiten potenciar las fortalezas de cada individuo, las cuales se pueden desarrollar en diferentes escenarios, ya que no hay una sola inteligencia. De esta manera, Gardner le da una visión multidimensional a la concepción de la inteligencia en el contexto educativo. (Bello, Sánchez, & Rodríguez, 2010).

En concordancia con ello, Bello, Sanchez, & Rodriguez sostienen que “Las inteligencias multiples son competencias intelectuales humanas relativamente autónomas y que los individuos y las culturas las pueden amoldar y combinar en multiplicidad de maneras adaptativas” (2010, p.4).

A partir de esta concepción Gardner plantea ocho tipos de inteligencias: Inteligencia lingüístico – verbal, inteligencia lógico matemática, inteligencia espacial, inteligencia musical, inteligencia naturalista, inteligencia corporal o kinestésica, inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal.

Para el desarrollo del presente estudio nos enfocaremos en las dos últimas, es decir en la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal, debido a que éstas serán las encargadas de comprender las emociones de los seres humanos.

En primer lugar, la inteligencia interpersonal se refiere a la habilidad de comunicar y entablar relaciones con los demás, siendo conscientes de la calidad de las mismas; es decir, ver, entender, escuchar y ponerse en el lugar del otro (Lizano & Umaña, 2008).

Además, la inteligencia interpersonal se divide en dos capacidades: la habilidad para ser empático y la capacidad de manejar relaciones interpersonales. Esta habilidad está presente a nivel escolar y se puede ver cuando los estudiantes hacen

trabajos grupales, en donde se debe tomar en cuenta puntos de vista diferentes y respetar cada uno de ellos (Bisquerra et al.,2015)

De modo que, el desarrollo de inteligencia interpersonal, supone que el individuo pueda tener la sensibilidad y entendimiento de los sentimientos de otros, es decir sean personas capaces de comprender estados emocionales de otras personas, manteniendo buenas relaciones con los demás. El desarrollo de esta habilidad permite a la individuo tener la capacidad para resolver problemas, ser mediadores, ser líderes, etc (Goleman, 2000).

En segundo lugar, la inteligencia intrapersonal, se define como la capacidad del conocimiento propio, es decir del mundo interno, formado por nuestras emociones y sentimientos (Madrigal,2007).

En otras palabras, la habilidad para entenderse uno mismo, partiendo del reconocimiento propio incluyendo la capacidad de conocimiento y entendimiento de nuestras capacidades y debilidades.

El desarrollo de esta habilidad se ve demostrada cuando el ser humano es capaz de gestionar y expresar sus emociones de una manera adecuada, efectuando una discriminación entre ellas y reconociéndolas por su nombre. Por lo tanto, es importante que dentro de la inteligencia intrapersonal se considere el desarrollo de la autodisciplina, la auto comprensión y la autoestima como fundamentos (Madrigal , 2007).

### **1.3.2.3. Aportes teóricos de Mayer y Salovey.**

De acuerdo a los aportes realizados por Howard Gardner, en el año 1990, John Mayer y Peter Salovey tomaron algunas de las ideas de las inteligencias múltiples y crearon una de las principales definiciones sobre inteligencia emocional. Según estos autores, la inteligencia emocional se define como la capacidad que tienen las personas de observar sus propias emociones, así como las emociones de otras personas, es decir, la inteligencia emocional consiste en que el individuo sea capaz de realizar una discriminación entre sus emociones y utilizar estos conocimientos para actuar o modificar su perspectiva y pensamiento frente a alguna situación en particular (Fernandez & Extremera, 2005). Así mismo, "Emotional Intelligence can be defined as the capacity to process emotional information"(Mayer y Salovey, 1995,p.197).

Sumando a lo anterior , Mayer y Salovey (1997) sostienen lo siguiente:

“la inteligencia emocional incluye habilidades para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual” (como se cita en Fernandez, Fernandez, & Peralta, 2020,p.15).

En el ámbito del contexto escolar, se evidencia que el desarrollo de la inteligencia emocional está presente en el día a día de los estudiantes y maestros. Por ejemplo, los estudiantes deberán poner en práctica habilidades emocionales en la escuela como parte de su adaptación. Por otro lado, los docentes deberán conocer sus emociones, ya que ellos serán los principales agentes en el desarrollo de la educación emocional de sus estudiantes. Por este motivo será necesario que hagan uso de su inteligencia emocional para acompañarles y guiarles con éxito.

Como parte del enfoque de inteligencia emocional, Mayer y Salovey plantean cuatro habilidades importantes que se interrelacionan y forman parte de una misma estructura, las cuales se pueden desarrollar tanto en estudiantes, como en maestros.

En primer lugar, percepción **emocional**: entendida como la capacidad de percibir e identificar emociones, para poder tener un criterio de valoración y expresarlas por medio del lenguaje, conducta, etc. Esta habilidad se puede identificar cuando el docente percibe, a partir de las expresiones faciales, que sus estudiantes no están atendiendo la clase o están aburridos. Ante la identificación de estas emociones el docente cambia de estrategia o busca otra manera de explicar.

En segundo lugar, **facilitación o asimilación emocional**: implica que el individuo tenga la capacidad de razonar para decidir, tomando en cuenta los sentimientos, cuando requiere solucionar un problema. Esta habilidad también se puede enfocar a nivel cognitivo, ya que permite que por medio de los estados afectivos, la persona pueda priorizar sus pensamientos y dirigir su atención a lo que realmente le importa. Esta habilidad se puede evidenciar cuando un estudiante necesita de un estado anímico, como presión o tensión para poder atender o concentrarse. Por otro lado, también puede ser propicio para que el docente cree un contexto educativo positivo para impulsar la participación, creación o innovación en sus estudiantes.

En tercer lugar, **comprensión emocional**: esta habilidad se desarrolla a partir del reconocimiento de las emociones para tener la capacidad de etiquetar cada una de ellas y agruparlas según lo que sentimos. De esta manera, la persona tendrá mayor entendimiento cuando alguna situación pueda generar dos emociones opuestas o la

transición de una emoción a otra. Esta habilidad se puede evidenciar cuando un estudiante tiene una presentación importante la cual le genera felicidad y a la misma vez ansiedad.

En cuarto lugar, **la regulación de emociones**, que se considera la habilidad más compleja de la inteligencia emocional. Esta habilidad permite que la persona pueda regular emociones propias, así como las de otras personas. A partir de su conocimiento emocional e intelectual, la persona es capaz de gestionar sus emociones en diferentes situaciones de su vida. Esta habilidad puede verse, por ejemplo, cuando un niño le quita su juguete a otro. Ante esta situación, el niño puede regular su frustración y disminuir su nivel de respuesta agresiva, buscando una manera más adecuada para solucionar esta situación de conflicto.

#### **1.3.2.4. Aportes teóricos de Daniel Goleman.**

Daniel Goleman, en el año 1995, reposiciona el término inteligencia emocional. Para el desarrollo de sus aportes se basa en los estudios de Howard Gardner y centra su propuesta en la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal, propuestas por este autor. También se fundamenta en el trabajo realizado por Salovey y Mayer resaltando la función adaptativa de las emociones y su aplicación a nuestro pensamiento (Fernandez & Extremera, 2005).

Goleman en su libro "*Emotional Intelligence*" resalta la importancia de la inteligencia emocional en la vida de las personas, para lograr el éxito a nivel personal y profesional, de esta manera sostiene que la inteligencia emocional es un medio crucial, que ayuda al individuo a interactuar con el mundo de manera integral. Goleman (1995) afirma que "toda persona es el resultado de la combinación, en distintas proporciones, entre el CI (coeficiente intelectual) y la Inteligencia Emocional" (como se cita en Fernandez, Fernandez, & Peralta ,2020,p.16).

De esta manera, Daniel Goleman plantea una perspectiva diferente entre emoción y cognición, creando un gran impacto en el mundo educativo para el desarrollo de una educación emocional.

Goleman sostiene sus argumentos de la necesidad desarrollar la inteligencia emocional en los índices de violencia, que suponen un analfabetismo emocional en la sociedad. Del mismo modo, sostiene que el rendimiento académico no es sinónimo de éxito personal o del camino hacia la felicidad. En concordancia a Goleman,

Bisquerra enfatiza “El coeficiente intelectual no es un buen predictor del éxito de la vida, el 80% depende de otras causas, muchas de ellas de carácter emocional” (2010,p.131).

Desde la postura de Goleman, para que un individuo tenga inteligencia emocional debe desarrollarse entorno a cinco pilares, debido a que:

[...] involves a combination of competencies which allow a person to be aware of, to understand, and to be in control of their own emotions, to recognize and understand the emotions of others, and to use this knowledge to foster their success and the success of others ( MTD Training,210,p.9).

En primer lugar, conocer las propias emociones, **la autoconciencia emocional**. Se refiere a que es necesario conocerse a sí mismo, es decir ser consciente de nuestras propias emociones. Es importante saber cómo nuestro estado de ánimo influye en nuestro comportamiento. Por ejemplo, cuando dos niños no han desarrollado el lenguaje verbal, muestran dificultades para comunicarse en su interacción social, porque no pueden percibir, identificar ni transmitir sus emociones.

En segundo lugar, se encuentra el **manejo de las emociones**, es decir, tener control sobre nuestras emociones para poder expresarlas de manera adecuada, evitando el desequilibrio emocional, esta capacidad se basa en la conciencia de uno mismo. Por ejemplo, es común observar en los infantes la falta del manejo de sus emociones de ira y la tristeza, lo cual interfiere su bienestar personal.

En tercer lugar, se encuentra la **automotivación**, dirigida a ordenar nuestras emociones para generar mayor impulso hacia nuestro objetivo o alguna acción. Por este motivo es importante que el individuo tenga un control de su impulsividad, no solo para alcanzar sus objetivos propuestos, sino también para el desarrollo de la automotivación, a pesar de las circunstancias desalentadoras o situaciones con índices de fracaso o frustración. Por ejemplo, los niños que se sienten altamente motivados, se sienten más confiados y seguros para llevar a cabo alguna acción con mayor éxito.

En cuarto lugar, se encuentra el reconocimiento de las emociones de los demás, desarrollada mediante **la empatía**. Ésta se desarrolla mediante el reconocimiento de las emociones de los demás, entender, comprender y ponerse en el lugar del otro. Por ejemplo, un niño que no ha sido acompañado y sostenido de manera segura y, por el contrario, se ha sentido rechazado, tiene mayor probabilidad de carecer de la capacidad de comprender las señales emocionales de otras personas.

En quinto lugar, se encuentra la capacidad de **relacionarse con otras personas**, sin importar el nivel de parentesco con la persona o el puesto superior o inferior que ocupe. Por ejemplo, se observa muchos niños que muestran dificultades para poder interactuar con otros y muestran deficiencias para transmitir sus necesidades a los demás.

En síntesis, Daniel Goleman hace énfasis en la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional como una herramienta útil para la vida personal y profesional del ser humano, que le ayuda a interactuar con su mundo social, todo ello a través de las cinco habilidades propuestas. Además, promueve un cambio de paradigma respecto a lo que se entendía tradicionalmente por “inteligencia”, proponiendo a la inteligencia emocional y su educación como un imperativo actual.

#### **1.3.2.5. Aportes teóricos de movimientos pedagógicos.**

La educación emocional no solo está fundamentada en aportes teóricos relacionados a aspectos cognitivos e inteligencia emocional, sino también en una mirada diferente de la escuela y el niño.

Es así que la escuela se va transformando a partir de una perspectiva más integradora, denominada de esta manera como escuela nueva, escuela activa o escuela progresiva. Como parte de este nuevo enfoque, se propone que la educación sea una educación para la vida, con mayor sentido y coherencia a las necesidades educativas de los estudiantes. Así lo sustenta López (2005) quien afirma lo siguiente:

“las emociones están presentes desde el mismo momento del nacimiento y abarcan el resto de la vida, desempeñando un papel fundamental en las interacciones sociales, así como en la construcción de la personalidad. Por ello, son experimentadas en los distintos ámbitos en los que las personas se mueven, por lo que la escuela, en este caso, debería gozar de las mismas oportunidades” (como se cita en Vega, Vico & Moreno et al. , 2021, p.8).

Por este motivo, se plantea una mirada pedagógica diferente hacia la infancia donde el niño pueda aprender a partir de propuestas significativas que partan del disfrute y la felicidad, validando emociones de sorpresa, alegría e incluso frustración como parte de su proceso de aprendizaje y desarrollo autónomo.

El desarrollo de esta innovación pedagógica se puede ver representada en los aportes hechos por pedagogos como Montessori y Pestalozzi. El enfoque de cada uno de estos movimientos pedagógicos, parte del reconocimiento de las necesidades afectivas y emocionales presentes, sobre todo, en la primera infancia, haciendo

énfasis en las sensaciones y emociones de las personas, es decir un enfoque educativo desde dentro (Vega et al. ,2021).

Como parte de este enfoque educativo, se considera que la educación infantil estimada entre los 0 a 6 años, es la base para que la persona pueda desarrollarse en diferentes dimensiones y áreas de su vida.

### **1.3.3. Importancia de la educación emocional en la primera infancia**

La importancia de la educación emocional en la primera infancia se evidencia haciendo un breve análisis de nuestra sociedad actual, la cual viene desarrollándose de manera acelerada, como parte de la globalización y la era digital.

Según un estudio realizado por el Ministerio de Salud (2021) en coordinación con UNICEF obtuvieron los siguientes resultados: 4 de cada 10 niños de 2 a 5 años presenta algún problema emocional, de conducta o atencional, además 4 de cada 10 niñas y niños de 6 a 11 años presenta algún problema emocional, de conducta o de atención.

Bajo este contexto y ante la visibilización de las necesidades y la importancia de la formación emocional El Proyecto Educativo Nacional (PEN) al 2036, establece que:

“Las personas deben aprender a regular sus emociones y sobrellevar dificultades para un Bienestar Socioemocional, estos aspectos permiten a cada persona lograr el equilibrio para afrontar diversas situaciones y el autoconocimiento necesario para modular nuestra relación por nuestros semejantes” (2020, p.76).

En concordancia según un estudio realizado por la Fundación Telefónica (2013) sostiene lo siguiente:

“En una sociedad donde crecen exponencialmente los problemas relacionas a la ansiedad, depresión, comportamiento de riesgo, es crucial revisar el estado de la educación emocional en edades tempranas. Esta debe comenzar en la educación infantil y transcurrir a lo largo de la toda la vida, permitirá al individuo afrontar los retos de la vida y tiene como finalidad el desarrollo del bienestar personal y social” (p. 21).

Como resultado, se evidencia que hay un gran número de personas que carecen de herramientas necesarias para afrontar situaciones relacionadas con la depresión, el estrés, la incertidumbre y, en la actualidad, con los innumerables efectos de la pandemia mundial. Es decir, personas que no pueden convivir de manera adecuada en la sociedad, con un nivel de respuesta idóneo, control y gestión de sus emociones.

Así lo sustenta Bisquerra (2003) “La justificación acerca de las necesidades de una educación emocional se sustentan a partir del análisis del contexto, muchos problemas tienen que ver con el analfabetismo emocional” (como se cita en Vilorio, 2005,p.10).

Por este motivo, es esencial que se inicie una formación de la educación emocional desde los primeros años de vida, entendidos como la etapa de la primera infancia. Por ejemplo a nivel neuronal , se evidencia que el cerebro humano se encuentra más predispuesto a hacer conexiones con mayor rapidez en los primeros años de vida.

No obstante, en esta etapa, el cerebro depende de la experiencia que vive el niño, es decir, el tipo de vínculo que establezca tendrá un gran impacto a nivel cerebral, razón por la cual es importante velar por la calidad de las relaciones con sus cuidadores. En otras palabras, es relevante el desarrollo de una educación emocional desde la primera infancia, en donde se atiendan las necesidades de seguridad y afecto que viven los niños desde los primeros años de vida.

Por este motivo, es importante que un sostén emocional esté presente en el niño desde sus primeros años de vida, por medio de un vínculo estable, a través del apego seguro con sus cuidadores. Así mismo, López sostiene que “en la etapa de desarrollo de 0 a 6 años, los aspectos emocionales juegan un papel esencial para la vida y constituyen la base o condición necesaria para el progreso del niño en las diferentes dimensiones de su desarrollo” ( López, 2007,p 10).

Además, de acuerdo a las etapas desarrollo cognitivo, examinados con anterioridad es este capítulo, el niño posee mayor facilidad para el aprendizaje, logrando de esta manera una oportunidad trascendental para que desarrolle, mediante la educación, sus capacidades emocionales y afectivas, las cuales tendrán un impacto en el desarrollo de su personalidad, aumentando las posibilidades hacia una realización personal y la construcción de seres humanos emocionalmente inteligentes.

Otro aspecto importante del desarrollo de la educación emocional desde los primeros años de vida es que permite una disminución de la prevalencia de los factores de riesgo, ya que, si formamos emocionalmente, acompañando y respondiendo a las necesidades de los niños y niñas, podremos dotarlos desde edades tempranas de herramientas que les permitan afrontar con éxito situaciones de riesgo y dificultad en su vida (Gomez, 2017).

De acuerdo a todo lo investigado en este capítulo es pertinente profundizar en un modelo de educación emocional propuesto por Rafael Bisquerra, un pedagogo, psicólogo y actualmente presidente de la RIEEB (Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar) quién viene trabajando desde los años noventa bajo una línea de investigación basada en la educación de las emociones. Este autor plantea mediante su modelo de educación emocional el desarrollo de cinco competencias emocionales, por medio de las cuales las personas podrán afrontar con mayor probabilidad de éxito los retos que plantea la sociedad actual.

La pertinencia del modelo de educación emocional propuesto por Rafael Bisquerra parte de la idea de que las personas nacen con predisposición y capacidad para aprender emocionalmente, pero si éstas no están acompañadas de una educación adecuada pueden quedar limitadas en su desarrollo.

Además, es importante señalar que este modelo de educación emocional está fundamentado a partir de evidencia científica, por parte de la inteligencia emocional, la psicología positiva y las neurociencias.

Por esta razón, es importante profundizar en este modelo de educación emocional, ya que será un medio pertinente para formar emocionalmente a las personas desde la primera infancia. De esta manera, la aplicación de este modelo ayudará al rendimiento, convivencia y al bienestar de cada una de las personas participantes.

A continuación, profundizaremos en el modelo propuesto por Rafael Bisquerra.

## **2. CAPITULO II: LA EDUCACIÓN EMOCIONAL SEGÚN EL MODELO DE RAFAEL BISQUERRA**

En este capítulo continuaremos profundizando en el estudio de la educación emocional, pero desde la perspectiva de Rafael Bisquerra, uno de los autores más prestigiosos y destacados en el campo de la educación emocional. A partir de sus investigaciones y numerosas publicaciones científicas, Bisquerra establece que el desarrollo de una educación emocional en las personas propicia una formación integral. Para el desarrollo de esta formación integral, se propone un modelo basado en el desarrollo de cinco competencias emocionales, inspiradas en la inteligencia emocional, los cuales deben desarrollarse por medio de un programa de educación emocional, para poder intervenir de manera pertinente en un grupo de personas, especialmente desde la infancia.

Por este motivo, será necesario definir nuevos conceptos y desarrollar cada uno de ellos a profundidad, desde aspectos teóricos referidos a las emociones como aspectos más prácticos desarrollados en la intervención.

### **2.1. Reconocimiento de la importancia de las emociones en el ser humano desde la perspectiva de Rafael Bisquerra**

Según Bisquerra (2021) las emociones son importantes porque en ellas están presentes lo mejor y lo peor del ser humano. Por un lado, están las emociones como el miedo la ansiedad, la angustia, la cólera, la furia, la predisposición a la violencia, etc. Por otro lado, están las emociones que representan lo mejor de la vida de las personas, como la alegría, el amor, la compasión, la solidaridad, etc.

No obstante, la presencia de cada una de las emociones en la vida del ser humano no es suficiente, es necesario poder conocerlas y aprender a gestionarlas para una mejor convivencia y bienestar personal.

Además de ser conscientes de las emociones, estas se deben reforzar de acuerdo a las fases del desarrollo humano. Las emociones son la esencia, el núcleo sobre el cual se construyen las relaciones y se toman las decisiones. Por ello, es necesario educarlas, aprender a percibir las y poder gestionarlas para enfrentarse de forma ética y eficaz a los conflictos.

De ahí que la educación del ser humano deba estar en caminata a desarrollar la personalidad, las actitudes, la capacidad mental y física, hasta el máximo de sus posibilidades.

A continuación, iniciaremos el estudio de las emociones reconociéndolas y clasificándolas desde la perspectiva de Rafael Bisquerra.

### **2.2. Clasificación de las emociones**

Rafael Bisquerra indica que las emociones están presentes a lo largo de toda la vida y juegan un papel muy importante en las experiencias de las personas. Por este motivo, como parte de la educación emocional, es importante el reconocimiento del impacto de las emociones en las personas, así como desarrollar la capacidad para diferenciarlas y etiquetarlas de manera adecuada.

La revisión bibliográfica permite observar autores que clasifican las emociones de manera diferente, de acuerdo a su propio criterio de intensidad o complejidad. Por ejemplo, algunos las clasifican como tres grandes: el miedo, la ira y la tristeza. Por

otro lado, hay autores que las clasifican en seis básicas referidas al miedo, la ira, la tristeza, la alegría, la sorpresa y el asco.

No obstante, en un intento por abordarlas, Bisquerra observa que existen más de 500 palabras que describen diferentes tipos de emociones, de ahí que sea importante clasificarlas y agruparlas según alguna especificidad. Uno de los criterios para diferenciarlas es su intensidad (Bisquerra, 2010).

Por consiguiente, en este estudio nos centraremos en la clasificación psicopedagógica de las emociones, la cual propone una clasificación con el fin de ser utilizada en la educación emocional. Bisquerra (2010) clasifica las emociones en cuatro familias:

- Emociones negativas, la cuales se dividen en dos, primarias y sociales. Dentro de las primarias se encuentran miedo, ira, tristeza, asco, ansiedad. Dentro de la categoría social se encuentra la vergüenza.
- Emociones positivas, dentro de las que se encuentran la alegría, el amor y la felicidad.
- Emociones ambiguas, como la sorpresa.
- Emociones estéticas, que han sido poco estudiadas, pero están relacionadas con la apreciación que tiene cada individuo frente a algunas manifestaciones artísticas.

A continuación, se presenta un cuadro que detalla esta clasificación.

Figura 1. *Clasificación psicopedagógica de las emociones*

### Clasificación psicopedagógica de las emociones

EMOCIONES NEGATIVAS	
<i>Primarias</i>	
Miedo	temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia
Ira	rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, acritud, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, acritud, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo
Tristeza	depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación
Asco	aversión, repugnancia, rechazo, desprecio
Ansiedad	angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo
<i>Sociales</i>	
Vergüenza	culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia
EMOCIONES POSITIVAS	
Alegría	entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, humor
Amor	aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión
Felicidad	bienestar, gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, serenidad
EMOCIONES AMBIGUAS	
Sorpresa	La sorpresa puede ser positiva o negativa. En esta familia se pueden incluir: sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia. Relacionadas con la sorpresa, pero en el otro extremo de la polaridad pueden estar anticipación y expectativa, que pretenden prevenir sorpresas.
EMOCIONES ESTÉTICAS	
Las emociones estéticas han sido poco estudiadas. Por la importancia que puedan tener en la educación, se les dedica un capítulo más adelante.	

Fuente: tomado de Bisquerra (2010, p. 94).

De esta manera, es esencial que el ser humano pueda reconocer y diferenciar cada una de las emociones a través de expresiones faciales, movimientos, tono corporal, tono de voz, etc. Esto le permitirá, además, tener la capacidad de reconocer el clima emocional en una situación en particular. Todo ello supone un mayor entendimiento no solo de las emociones, sino también de generar una respuesta anticipatoria, reconociendo posibles consecuencias de las emociones que experimentamos. En consecuencia, es importante que las personas conozcan y tomen conciencia de sus propias emociones, desde niños hasta adultos, ya que, bajo un contexto escolar, los niños y maestros se encuentran constantemente interactuando; es decir, las habilidades de comprensión emocional se ponen en práctica de manera diaria, ya sean en situaciones de enfermedad, pérdida, violencia, etc. El

reconocimiento de las emociones propias ayudará a entender e identificar las emociones de los otros, lo cual permitirá ser empáticos en la interacción, poniéndonos en el lugar del otro, así como anticipar estados emocionales.

### **2.3. Importancia de la educación emocional en la escuela**

Bisquerra afirma que la educación emocional debe ser entendida como un proceso educativo que se da de manera continua como parte del desarrollo integral de las personas, y se espera que ella esté presente a lo largo de toda la vida.

Si bien cuando hablamos de educación se considera que ésta se refiere a cualquier tipo de aprendizaje, en cualquier contexto; para el desarrollo de una educación emocional, el entorno más idóneo es la etapa de la escolarización (Bisquerra, 2003).

En concordancia según Macleod, MacAllister & Pirrie (2010):

(...) therefore, there is a need for schools to educate pupils about different emotional languages. Grasp of their native language may enable Young people to accommodate successfully to their out-of-school contexts, but elements of their resulting emotional structures may not be morally justifiable” (p.45)

Siendo así, es importante iniciar una educación emocional desde la escuela y reasegurar una formación desde las edades más tempranas, hasta la adolescencia. Se trata de la forma más idónea para difundir una mirada diferente para la formación de las emociones. Sostiene Bisquerra:

(...) la intervención a través de la educación formal asegura llegar a toda la población, no hay otro contexto que pueda asegurar mayor alcance; a través de los centros educativos se puede llegar a las familias, lo cual es una forma de ampliar la intervención a la sociedad, en un intento de llegar a toda la población (2011, p.16).

Por este motivo, es importante que los centros educativos por su lado estén preparados para ejercer una educación que prepare para la vida, a través de competencias emocionales y sociales. Es decir, la escuela debe impartir no solo conocimiento en base a áreas ordinarias, sino también, dirigidas al desarrollo de competencias básicas para la vida y el bienestar.

Como consecuencia, la escuela tiene la función de encontrar, diseñar, planificar y proponer acciones concretas, a través de un programa de educación emocional, como medios de intervención y formación, los cuales puedan desarrollar y fomentar el crecimiento emocional y el desarrollo de la personalidad de los niños y niñas.

Además, según Bisquerra (2011) hoy en día vivimos en un sistema social diferente, donde muchas familias se ven incapaces de poder acompañar a sus hijos

en su desarrollo emocional por diferentes razones, las cuales les imposibilitan educar emocionalmente desde casa. No obstante, hay otro grupo considerable que no lo hace porque muestra desconocimiento, es decir, no sabe cómo hacerlo.

Por este motivo, es importante que dentro de un programa de educación emocional se tomen en cuenta a los agentes educativos o también llamados los primeros agentes de socialización en la infancia (docentes y padres de familia) para el desarrollo de la formación emocional. La propuesta está dirigida a que ambos grupos trabajen de manera conjunta, ya que se trata de una responsabilidad compartida.

En síntesis, la escuela representa para los niños y niñas un lugar donde no solo pueden aprender conceptos, números o aspectos relacionados a la cultura, sino también, representa el lugar donde los niños y niñas tienen la posibilidad de socializar con sus pares, maestras/os y otros adultos acompañantes. De ahí que la escuela sea un lugar donde los niños cuenten con la posibilidad de formarse de manera integral a través del desarrollo de competencias emocionales para un mayor bienestar personal y social.

### **2.3.1. Objetivos de la educación emocional**

El desarrollo de la educación emocional representa un proceso educativo continuo y permanente, en consecuencia, se espera que las personas puedan tener conocimientos y habilidades sobre las emociones. Por este motivo es importante que este proceso educativo deba estar presente a lo largo de todo el currículo académico y formación permanente del ser humano.

Por consiguiente, para poder alcanzar esta meta, será necesario que cada programa educativo este enfocado en objetivos.

Para Bisquerra (citado por Pérez & Filella, 2019): “el objetivo principal de la educación emocional es el desarrollo de competencias emocionales” (p.8). De ahí que los objetivos se puedan derivar de las competencias emocionales formuladas por el autor, además de contextualizarse en base a nivel educativo. A continuación, se presentará un listado de objetivos generales y específicos.

Tabla 1. *Objetivos de la educación emocional*

OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS (En función al contexto de intervención)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones</li> <li>• Identificar las emociones de los demás</li> <li>• Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones</li> <li>• Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas</li> <li>• Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas</li> <li>• Desarrollar una mayor competencia emocional</li> <li>• Desarrollar la habilidad de auto motivarse</li> <li>• Adoptar una actitud positiva ante la vida</li> <li>• Aprender a fluir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar la capacidad para controlar el estrés, la ansiedad y los estados depresivos</li> <li>• Tomar conciencia de los factores que inducen al bienestar subjetivo</li> <li>• Potenciar la capacidad para ser feliz</li> <li>• Desarrollar el sentido del humor</li> <li>• Desarrollar la capacidad para diferir recompensas inmediatas en favor de otras de mayor nivel, pero a largo plazo</li> <li>• Desarrollar la resistencia a la frustración</li> </ul>

Fuente: adaptado de "Objetivos de la educación emocional", Bisquerra ( s.f.).

### **2.3.2. Contenidos de educación emocional**

Los contenidos de educación emocional, tienen como propósito llegar a cumplir todos los objetivos planteados para el programa de intervención emocional, no obstante, estos pueden variar según los tipos de destinatarios al que van dirigidos. En concordancia, Bisquerra (2007) plantea algunos aspectos importantes para la selección de contenidos que se deben tomar en cuenta en el diseño de un programa de educación emocional. A continuación, se mencionan algunos de ellos:

- Se adapta al nivel educativo
- Se interviene de forma completa, es decir a toda una clase
- Se reflexiona, acerca de las propias emociones del mundo interno y el de los demás
- Se enfoca en el desarrollo de competencias emocionales

Por este motivo, es importante el desarrollo y comprensión del marco conceptual de las emociones y las competencias emocionales, ya que la propuesta de contenidos deberá ajustarse a programas de formación de docentes o propuestas dirigidas a estudiantes, esto ayudará a poder identificar y proponer diferentes niveles de profundización en los conceptos en base al nivel al que van dirigidos (inicial, primaria, secundaria, universitaria, profesionales, etc.).

También, es importante tomar en cuenta el tema de la motivación, la cual se define como emoción, emoción para que el individuo pueda realizar actividades a partir de su propia voluntad, iniciativa y autonomía personal.

Del mismo modo, es importante incluir el desarrollo de habilidades sociales, las cuales, a partir de la interacción generarán espacios de escucha y empatía, para un mejor clima social. También el desarrollo de emoción y bienestar subjetivo.

Otro aspecto importante dentro de los contenidos de educación emocional es el concepto de fluir, es decir tener la capacidad de seguir aprendiendo, a pesar de no estar dentro de un programa de educación emocional. Según Csikszentmihalyi (1997) citado por Bisquerra, (2012, p.155) esto se podría denominar como “experiencia óptima”; de esta manera la persona tendría la capacidad de aprender a través de sus propias experiencias.

Así mismo, el desarrollo de la autoestima en base a aspectos realistas, los cuales permitirán un bienestar subjetivo para un mayor bienestar social.

Por otro lado, será importante que el programa, dentro sus contenidos, incluya principios éticos. Bisquerra (2011) plantea que la dimensión ética y moral debe estar presente en el desarrollo de competencias emocionales. Esto debido a que, se podría hacer uso de toda esta información para fines deshonestos, con propósitos ajenos al bienestar personal y desarrollo integral.

Como se mencionó en un principio los contenidos a desarrollar, dependerán del destinatario al que va dirigido. Por ejemplo, cuando el programa está enfocado en formación de formadores, es importante considerar los siguientes temas:

- Teorías bajo las cuales se fundamentan las emociones (inteligencias múltiples e inteligencia emocional)
- Conocimiento acerca del cerebro emocional (aportes de neurociencia y procesamiento emocional)
- Terapia emocional (conocimiento acerca de ejercicios y estrategias llevadas de lo clínico a la educación emocional)

- Evaluación (conocimiento de instrumentos y estrategias para un diagnóstico de las emociones y un seguimiento a los programas de educación emocional).

Por otro lado, cuando estén dirigidos a los niños los programas de educación emocional no solo deben enfocar su atención al desarrollo de contenidos, sino también a la manera de cómo estos son presentados y desarrollados en este nivel. Por ejemplo, una intervención de educación emocional debe ser dinámica, de reflexión, mediante juegos, etc. De esta manera se podrá propiciar y favorecer el desarrollo de competencias emocionales como las siguientes:

- Conciencia emocional: enfocada en el conocimiento de las propias emociones y las emociones de los demás.
- Regulación emocional: enfocada en manejar la ira y la habilidad de afrontamientos ante situaciones difíciles.

Resumiendo, es importante prestar atención a los contenidos que se proponen en los programas de educación emocional, ya que se deben adaptar a las necesidades particulares de cada destinatario, tomando en cuenta su edad, nivel educativo, etc. De esta manera, se podrá favorecer y facilitar el desarrollo de las competencias emocionales, las cuales representan el objetivo de la educación emocional.

A continuación, desarrollaremos a mayor profundidad cada una de las cinco competencias emocionales propuestas por Bisquerra, para un mayor entendimiento.

### **2.3.3. Competencias emocionales**

El desarrollo de las competencias emocionales, según Bisquerra, es el objetivo de la educación emocional, y este objetivo aparece como una respuesta a los cambios y necesidades a nivel social y educativo de los últimos tiempos.

No obstante, es importante señalar que para llegar a hablar de competencias emocionales se ha pasado por todo un proceso de evolución del término “competencias”, ya que éstas, a su vez, han pasado en el mundo educativo, de una mirada exclusivamente profesional a tomar una perspectiva más integral.

Así lo sostiene Alberici & Serreri (2005) citado por Bisquerra & Pérez:

“(…) el debate sobre el concepto de competencia, en el ámbito de la educación y la formación (...) ha puesto en evidencia la necesidad de una lectura del mismo que trascienda su dimensión puramente funcionalista, ampliando su horizonte de estudio y de investigación más allá de los límites de la formación profesional y del aprendizaje de un trabajo para considerarlo un aspecto constitutivo del aprender a pensar, de aprender no solo un trabajo específico sino a trabajar, de aprender a vivir (...) comportamientos, habilidades entre

conocer y hacer, que se realiza en la vida de los individuos, en el sentido de saber actuar en los distintos contextos de forma reflexiva y con sentido” (2007,p.3).

Desde esa perspectiva se plantea una visión más amplia de las competencias, en las cuales se toma en cuenta aspectos personales e interpersonales, con una mirada más integradora como respuesta a las necesidades sociales. Para Bisquerra y Pérez (2007) en términos generales, las competencias se pueden dividir en competencias específicas técnico- profesionales y competencias genéricas o transversales.

Las primeras, se basan en el desarrollo de un conocimiento enfocado a una especialidad y están relacionadas directamente al desempeño de una actividad profesional; por ejemplo, competencias para ingeniera, enfermería, etc.

El segundo tipo de competencias, denominadas genéricas o transversales, están referidas a la adquisición de conocimientos básicos para la vida; por ejemplo, automotivación, autoestima, equilibrio emocional, tolerancia, autocontrol, asertividad, etc. Como parte de estas competencias transversales se desarrollan los socios personales, las cuales incluyen a las competencias emocionales como un subconjunto.

A nivel educativo, las competencias están presentes dentro del currículo escolar, como competencias básicas que todo estudiante debe alcanzar al finalizar el periodo escolar obligatorio. No obstante, este enfoque de competencias obligatorias se encuentra aún en debate, ya que solo ha estado enfocado en términos cognitivos, referidos a materias académicas tradicionales, alejados de un enfoque integral para la vida y bienestar de los estudiantes.

Por ello, para el desarrollo de este estudio nos centraremos en la incorporación de competencias emocionales, desarrolladas por Bisquerra, que amplían el concepto dando lugar a la inclusión de competencias orientadas a la vida y el bienestar y que, desde el punto de vista del autor, deben aprenderse desde la formación inicial de los niños y niñas.

De acuerdo a este nuevo enfoque, Bisquerra define las competencias emocionales como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (2011, p. 141).

Para Bisquerra (2007) las competencias emocionales forman parte importante del desarrollo humano, aportando mayores probabilidades de éxito y realización

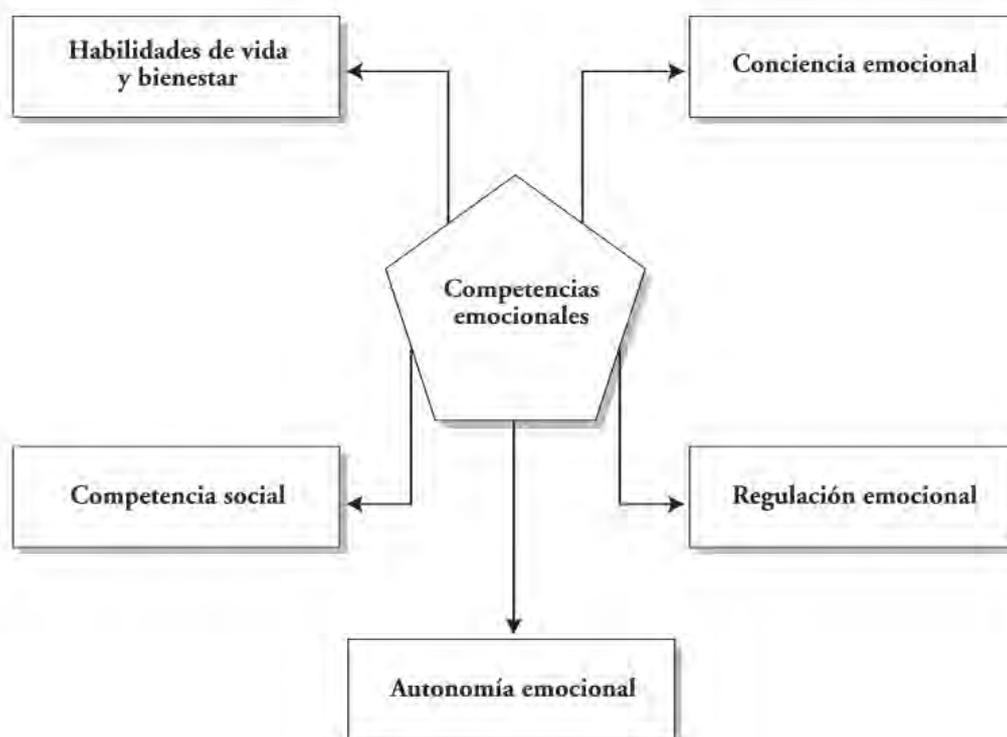
personal en la vida de cada individuo. Por ello, la formación inicial de niños y niñas debe incluirlas dentro del currículo escolar.

Por otro lado, considerar estos aprendizajes para el desarrollo de competencias, abre un espacio propicio para que la escuela incorpore este tipo de contenidos en la gestión de un modelo integral de formación para la vida. Es decir, el concepto de competencias emocionales deja en claro que estos contenidos pueden enseñarse y aprenderse en el vínculo de profesor/a alumno/a, así como otros muchos contenidos que considera la formación de niños y niñas.

A continuación, profundizaremos en el modelo educativo planteado por Bisquerra, el mismo que reconoce la importancia de formar en cinco competencias emocionales:

- conciencia emocional
- regulación emocional
- autonomía emocional
- competencia emocional
- competencias para la vida y el bienestar

Figura 2: *Pentágono de competencias emocionales*



Fuente: tomado de Bisquerra (2010, p. 148).

Seguidamente, desarrollaremos cada una de ellas.

### **2.3.3.1. Conciencia emocional.**

Según el modelo planteado por Bisquerra, la conciencia emocional se define como “la capacidad de ser consciente de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado” (2012, p.141).

El desarrollo de la conciencia emocional se divide en tres aspectos:

- Toma de conciencia de las propias emociones
- Dar nombre a las propias emociones
- Compresión de las emociones.

La competencia de conciencia emocional se puede iniciar desde el periodo de la primera infancia, si bien los niños en los primeros años de vida, aún no son conscientes de sus emociones, es importante que con ayuda del adulto puedan reconocer las emociones que van sintiendo, de esta manera podrán etiquetarlas. De modo que cuando el niño tenga la capacidad de expresar lo que siente de manera verbal, pueda hacer uso de un vocabulario emocional de acuerdo a su estado afectivo. Además, esto le permitirá tener la capacidad para expresarse, así como una capacidad de comprensión y precisión para percibir emociones propias y de los demás, ya sea mediante expresiones faciales, lenguaje verbal o corporal (Jara, 2018).

### **2.3.3.2. Regulación emocional.**

La regulación emocional se define como la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Para el desarrollo de esta competencia es necesario que, a partir del reconocimiento de las emociones y la toma de conciencia, el individuo pueda establecer estrategias de afrontamiento (Bisquerra, 2012).

El desarrollo de la regulación emocional se divide en cinco componentes:

- Toma de conciencia de la interacción
- Expresión emocional
- Capacidad para la regulación emocional
- Habilidades de afrontamiento
- Competencias para autogenerar emociones

La competencia de regulación emocional supone que las personas sean capaces de manejar sus propias emociones, cuenten con equilibrio emocional, tanto en situaciones positivas, como en situaciones críticas.

Por este motivo, en el periodo de la infancia es imprescindible la presencia positiva de padres y maestros, ya que ellos serán los encargados de ir modelando comportamientos frente a diferentes estados emocionales. Además, por medio de su acompañamiento le brindarán al niño/a la seguridad para que pueda expresar y tener control de sus propias emociones, evitando llevarse por la impulsividad (López ,2005).

En otras palabras, la regulación emocional se refiere a la capacidad para alargar una emoción o acortarla, o cambiar su intensidad, es decir, transformar lo que sentimos en aquello que queremos o consideramos que debemos sentir, para que nuestro organismo funcione mejor, en las relaciones que mantenemos en un momento dado.

### **2.3.3.3. Autonomía emocional.**

Según Bisquerra: “dentro de la autonomía personal se incluyen un conjunto de características relacionadas con la autogestión personal” (2012, p. 143).

El desarrollo de esta competencia se divide en siete factores:

- Autoestima
- Automotivación
- Actitud positiva
- Responsabilidad
- Análisis crítico de normas sociales
- Busca de ayuda y recursos
- Autoeficacia emocional

Para el logro de esta competencia es primordial iniciar con el desarrollo de la autoestima, la cual supone tener una imagen positiva y sentirse bien consigo mismo. En el periodo de la infancia los niños irán desarrollando su autoestima de acuerdo a la aceptación de sus cuidadores, a través de un acompañamiento seguro y de confianza, de manera que, el niño podrá desarrollar su autoestima para posteriormente desarrollar la empatía. Si bien el desarrollo de la empatía no se logra en la etapa infantil, debido al momento madurativo y desarrollo emocional en que se

encuentra el niño, si es posible crear las bases necesarias para que se pueda lograr de manera satisfactoria más adelante (Bisquerra, 2007).

Como resultado, se podrán formar personas capaces de auto motivarse en actividades propias de su cotidianidad, además de tener una actitud positiva y optimista frente a los retos diarios. De este modo se formarán con la capacidad de asumir responsabilidades acerca de sus propias decisiones y comportamientos, gracias a su capacidad de evaluar críticamente normas sociales y comportamientos personales. De igual manera, ante una evaluación de sus propias actitudes y toma de decisiones, se creará la capacidad de identificar la necesidad de apoyo, es decir la persona será capaz de pedir ayuda cuando lo necesita o de buscar recursos de asistencia apropiados a su necesidad.

#### **2.3.3.4. Competencia social.**

La competencia social es denominada como la capacidad para establecer buenas relaciones con las personas.

El desarrollo de la competencia social se divide en siete componentes:

- Dominar las habilidades sociales básicas
- Respeto por los demás
- Comunicación receptiva
- Comunicación expresiva
- Compartir emociones
- Comportamiento prosocial y cooperación
- Asertividad

Para el logro de la competencia social es importante el desarrollo de las habilidades sociales, ya que por medio de la interacción y el encuentro con otros podremos aprender conductas de manera natural, las cuales están socialmente aceptadas y nos ayudan a relacionarnos, expresarnos, crear vínculos con diferentes tipos de personas, es decir, nos ayudan a entablar relaciones de calidad (Gómez, 2017).

Así pues, esta competencia debe iniciarse desde la infancia, ya que, a partir del desarrollo de las habilidades sociales, el niño empezará a conocer y relacionarse positivamente con su mundo social.

El desarrollo de esta competencia se irá dando de manera progresiva. Si bien el infante inicia su conducta con un juego individual propio de su etapa egocentrista, posteriormente pasará a un juego grupal y simbólico, de esta manera podrá tener mayores oportunidades de relacionarse interpersonalmente. Así mismo, tendrá la capacidad para mantener conversaciones, expresarse, capacidad para atender y recibir mensajes, esperar turnos, etc.

### **2.3.3.5. Competencias para la vida y el bienestar.**

La competencia para la vida y el bienestar se define como la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables relacionados a la vida personal, profesional, social o familiar de cada individuo, con el objetivo de potenciar el bienestar a nivel social y personal (Bisquerra, 2012).

El desarrollo de las competencias para la vida y el bienestar se dividen en seis habilidades:

- Identificación de problemas
- Fijar objetivos adaptativos
- Buscar ayuda y recursos
- Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida
- Negociación
- Bienestar emocional
- Fluir

El desarrollo de la competencia para la vida y el bienestar supone la experimentación de emociones subjetivas en diferentes aspectos de la vida: familiar, sentimental, satisfacción personal, salud, etc. La valoración que le damos a cada una de ellas puede estar representada por factores que generan bienestar emocional y satisfacción personal. No obstante, estas mismas situaciones podrían generar conflicto y malestar. Por este motivo, es necesario que la persona pueda fijarse objetivos realistas y positivos, los cuales le ayudarán a tomar una decisión responsable, adecuada que le genere seguridad. El desarrollo de estas habilidades permitirá tener una vida sana y equilibrada, además de obtener las herramientas necesarias para superar posibles resultados negativos que generen insatisfacción (Bisquerra, 2010).

Por esta razón, es importante buscar estrategias que ayuden a contribuir a un mayor bienestar, a través de emociones positivas, las cuales van a generar bienestar emocional y felicidad.

A continuación, se recoge un trabajo realizado por Bisquerra en su libro “Psicopedagogía de las emociones” sobre una propuesta que ayuda al desarrollo del bienestar emocional basados en los siguientes aspectos:

- Ser positivo
- Sentido del humor
- Reír
- Altruismo
- Mantener relaciones sociales
- No dejarse influir negativamente por los demás
- Música
- Ejercicio físico
- Imaginación emotiva
- Relajación
- Ser escuchado
- Expresar afecto

En síntesis, de acuerdo a Rafael Bisquerra, el desarrollo de las competencias emocionales es importante en la vida del ser humano y constituyen la estructura principal de su modelo de educación emocional. Por medio de las competencias emocionales se pueden gestionar las emociones para dar respuesta de manera adecuada a las diferentes situaciones de la vida cotidiana, con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.

Por este motivo, es importante que la educación emocional se inicie desde los primeros años de vida, porque las emociones forman parte de la vida desde el momento del nacimiento, como bien lo sostiene Goleman, citado por Fernández & Fernández: “la infancia y la adolescencia constituyen una oportunidad para asumir hábitos emocionales que gobernarán el resto de nuestras vidas” (2020, p.17). En concordancia, por medio de una educación emocional se brindará una formación pertinente para el desarrollo de competencias y habilidades que ayuden a reconocer las propias emociones y las de los demás, lo cual favorecerá al desarrollo de la personalidad y el desarrollo integral. A continuación, presentaremos un apartado basado en evaluación, el cual será importante para poder darle el valor al programa

de educación emocional, sobre todo en la educación formal, permitiendo obtener información para implementar, modificar y obtener información.

#### **2.4. Evaluación en la educación emocional**

Ante la necesidad de una educación en emociones, surge la educación emocional como una propuesta de enseñanza -aprendizaje, para la adquisición de competencias emocionales que respondan a las necesidades sociales. Como consecuencia, se diseñan programas de intervención, por medio de los cuales se establecen objetivos, contenidos, actividades, así como instrumentos de evaluación. Según Álvarez, Bisquerra, Fita, Martínez, & Pérez (2000) es importante la presencia de la educación emocional y el desarrollo de las competencias emocionales a nivel curricular, ya que en educación, lo que no forma parte del programa educativo no es evaluado, por lo tanto, no podríamos evaluar bajo este enfoque a los estudiantes, restándole, valor, importancia y oportunidad de mejorar en su formación y aprendizaje de las emociones. El desarrollo de una evaluación en educación emocional, es importante y necesaria, para optimizar y constatar resultados de una formación adecuada.

El desarrollo de la evaluación dentro de un programa de educación emocional, representa el punto de partida de cada propuesta. Si bien tradicionalmente la evaluación es el último punto en desarrollarse, como medio para comprobar el aprendizaje, para Bisquerra (2010) se debe modificar esa mirada hacia la evaluación y su importancia. Por ejemplo, cuando un docente desea planificar un programa de educación emocional, es importante que inicie por la evaluación identificando qué es lo que evaluará para comprobar el aprendizaje. Luego el docente planificará sus enseñanzas y contenidos de acuerdo a ese objetivo, para lograr que sus alumnos puedan superar con éxito la evaluación.

Agregado a lo anterior, es importante mencionar que el desarrollo de una evaluación a nivel emocional suele ser complicado, ya que las emociones son subjetivas, complejas y difíciles de medir (Gangitano, 2015). En consecuencia, es necesario el uso correcto de instrumentos cualitativos de evaluación, los cuales puedan brindar mayor objetividad al momento de aplicarla.

Por este motivo, Bisquerra, Martínez, Obiols, & Pérez (2006) proponen el desarrollo de una técnica de evaluación denominada “evaluación de 360” o “*feedback*”

de 360”, por medio de la cual se obtiene información consistente a través de la participación, reflexión y orientación de los propios participantes.

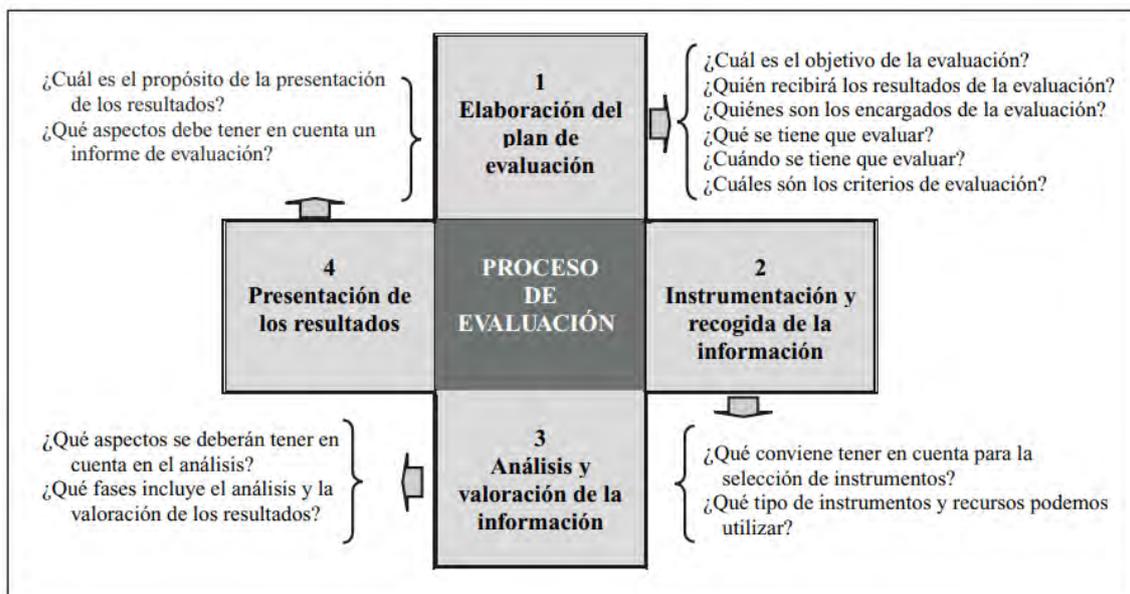
Por consiguiente, por medio de esta técnica se evalúan las competencias emocionales de cada persona, a través de la autodescripción de sus competencias, de la descripción de sus competencias realizada por otro participante y de la presentación de esta información obtenida para realizar una comparación y auto descripción (Bisquerra et al., 2006).

Por último, según Alvarez et al. (2000) para llevar a cabo una evaluación de competencias emocionales, se debe tomar en cuenta un proceso de cuatro fases por las cuales debe pasar el programa y el proceso de evaluación.

- La primera fase está enfocada en la elaboración del plan de evaluación. Por medio de esta primera fase se establecerá el objetivo de la evaluación, se identificará al grupo que será evaluado, así como los encargados de la ejecución y se establecerá el momento de la evaluación.
- La segunda fase está enfocada en la determinación de los instrumentos de evaluación y el recojo de información, a través de recursos adecuados, como entrevistas, cuestionarios, portafolios, etc.
- La tercera fase está enfocada en el análisis y valoración de la información, es decir, se establecerá qué aspectos se tomarán en cuenta para analizar la información obtenida, para interpretarla, así como para elaborar juicios y conclusiones.
- La cuarta fase esta enfocada en la presentación de los resultados, correspondiente a hacer un descripción detallada de la evaluación efectuada, presentación de datos y recomendaciones, tomando en cuenta los fines del informe y a quién/es se dirigirá la información.

A continuación, se explica mediante un cuadro el proceso detallado de la evaluación, a modo de guía.

Figura 3: *Fases en la evaluación de programas*



Fuente: tomado de Alvarez et al. (2000, p.7).

Como siguiente punto, se propondrán las orientaciones que se debe tomar en cuenta para la ejecución de este modelo, relacionados al contexto, así como al rol de la familia y el educador.

## 2.5. Orientaciones para el desarrollo del modelo de educación emocional

A continuación, como parte del modelo de educación emocional de Rafael Bisquerra, desarrollaremos orientaciones. No obstante, antes de continuar, es importante tomar en cuenta qué entendemos por orientaciones. Desde la mirada del autor, el término se define como: "un proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con el objeto de potenciar la prevención y el desarrollo humano a lo largo de toda la vida" (Bisquerra, 2012, p.22). Es pertinente señalar que para el desarrollo de este estudio nos centraremos en orientaciones relacionadas al contexto, el rol del educador y familias.

### 2.5.1. Contextos de intervención

El desarrollo de la educación emocional puede ponerse en práctica en diferentes contextos, ya que se considera como: "Un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de prevención, ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional" (Fernández & Peralta, 2020, p.20). De esta manera, por medio de una formación emocional se ayudaría a las personas a reconocer, descubrir y regular sus emociones, a través del desarrollo de competencias

emocionales. De acuerdo a este sustento, la educación emocional tiene un enfoque transversal, lo cual permite que pueda estar presente en diferentes contextos para su ejecución. Estos contextos podrían ser medios socio- comunitarios, organizaciones, salud, educación formal. A continuación, desarrollaremos cada una de ellas.

En primer lugar, medios socio-comunitarios: en este contexto se espera propiciar el desarrollo de competencias emocionales en personas que no han podido formarse emocionalmente en la educación formal. De esta manera se puede ejecutar el programa en personas víctimas de violencia, centros de tercera edad, personas con adicciones, etc. (Bisquerra, 2010).

En segundo lugar, organizaciones: este contexto está enfocado en las empresas u organizaciones dónde haya gente que labora, pueden ser privada o públicas, de esta manera se incluye fundaciones, ONG, etc. En este ámbito, los principales beneficiarios para el desarrollo de competencias emociones son los empleados, con el objetivo de que puedan brindar un clima de bienestar en el trabajo, un mejor trato a los clientes, para favorecer al desarrollo de actitudes y soluciones positivas ante posibles momentos de conflicto.

En tercer lugar, Salud: en este entorno los principales beneficiarios son el personal médico, así como como las personas enfermas. Para la ejecución del programa en este contexto se espera que el personal médico sea el encargo de brindar bienestar emocional, a través de su formación en competencias emocionales. (Bisquerra, 2010).

En cuarto lugar, la educación formal: de acuerdo a Bisquerra “es el contexto ideal” (2010, p.155) debido a que, si por medio de la educación formal obligatoria cada niño o niña hubiera recibido una educación emocional, hoy en día tendríamos adultos que formen parte de una sociedad capaz de gestionar sus emociones, para una mejor convivencia y bienestar.

En síntesis, podemos evidenciar que el desarrollo de la educación emocional en relación con las emociones responde a un enfoque multidimensional, el cual aplica para la intervención en diferentes contextos, pero con el mismo objetivo, brindar un conjunto de habilidades, competencias y capacidades para la vida.

No obstante, para el desarrollo de este estudio nos centraremos en la intervención en el contexto de educación formal para el desarrollo de competencias emocionales en la infancia.

### **2.5.1.1. Intervención desde la educación infantil.**

El desarrollo de la educación emocional en el contexto de educación formal es esencial para tener un mayor impacto en los niños, adolescente y en la sociedad en general. Ello, debido a que representa una gran influencia e impacto en el aprendizaje que coincide con el interés del niño por aprender. Además, porque está formando su percepción sobre sí mismo.

Por este motivo, es fundamental que la educación emocional esté presente desde los primeros años de vida. Así mismo, debe estar visibilizado desde el currículo escolar en el sistema educativo, dándole valor e importancia a la dimensión emocional, con un enfoque de educación para la vida.

Por consiguiente, una vez reconocida la pertinencia de la educación emocional, en la formación desde sus primeros años de vida, se debe prestar atención a la intervención. Según Bisquerra (2012) un programa de educación emocional debe considerar como mínimo diez sesiones, y en cada sesión se deberán realizar diferentes tipos de actividades. Bisquerra (2010) propone los siguientes objetivos en la educación infantil.

- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias básicas para el equilibrio personas y la potenciación de la autoestima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación para el trabajo.
- Desarrollo de la tolerancia y frustración.
- Desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria para sí mismo y para los demás.

No obstante, el desarrollo del programa debe estar unificado y tener un sentido en común, es decir debe estar contextualizado, tener consistencia y efectividad para su ejecución. Cada encargado deberá diseñar el programa tomando en cuenta, la edad de los niños, el nivel educativo, las características de forma grupal e individual y el desarrollo evolutivo de cada uno de ellos.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, Bisquerra (2010) sostiene que los programas se pueden diseñar con el objetivo de intervenir en un curso en específico, en un nivel educativo o en un macro programa que englobe todo el centro educativo.

Así mismo, para poder intervenir es necesario que la ejecución del programa esté contemplado en base a una metodología que englobe todas las dimensiones de la educación emocional, es decir, mediante una metodología constructivista donde los niños y niñas elaboren y construyan sus propios conocimientos, donde el maestro acompañe y valide los aportes y emociones de cada niño, así como sus conocimientos previos, intereses, vivencias y necesidad (Gallego, 2017).

De esta manera, el niño se formará en un ambiente seguro que lo ayudará a desarrollar habilidades, comprensión de su mundo emocional y adquisición de competencias emocionales.

Por este motivo, bajo el contexto de educación escolarizada es importante la formación del encargado de llevar a cabo el programa de educación emocional, es decir de la maestra/o de educación inicial, ya que, como parte de su desarrollo evolutivo los niños aprenden por imitación. Es decir, que los principales referentes en el programa serán la/el docente encargado/o, así como la familia. Por este motivo, es esencial que, como primer paso, que estas personas puedan trabajar en su propia formación emocional.

Así lo sustenta Bandura (1987) citado por Pérez & Filella "(...) se debe poner especial atención en que lo que el adulto muestra con su conducta ejerce un impacto mayor que lo que dice, tanto en las actitudes como en las creencias, valores y comportamientos del alumnado" (2019,p. 16).

A continuación, desarrollaremos a mayor profundidad el rol que cumple cada uno, en el desarrollo de una educación emocional en los niños y niñas.

### ***2.5.2. Rol del educador para el desarrollo de la educación emocional***

Como se mencionó en el apartado anterior la presencia y rol del maestro a cargo en el desarrollo de un programa de educación emocional es importante y trascendental en la formación en los niños y niñas.

Por este motivo, como parte del diseño de un programa enfocado en el desarrollo de competencias en los infantes, el primer paso para el docente debe ser formarse emocionalmente. Esta formación debe estar complementada con conocimientos teóricos acerca de las emociones. Es decir, debe ser un docente sensibilizado sobre la importancia de la educación emocional. De esta manera no solo podrá reconocer sus propias emociones y regularlas de forma adecuada, sino también

será capaz de darle la importancia al impacto de las emociones en la vida de los niños y niñas en su desarrollo integral (Pérez & Filella, 2019).

Además, el docente, como parte de su rol educativo debe reflexionar y tomar consciencia acerca de su posición de profesor/a, de su enseñanza y del impacto positivo o negativo que puede generar en los niños y niñas. Su práctica educativa debe ser flexible y adaptada a las necesidades de sus estudiantes.

También será importante que el docente pueda organizar y planificar sus clases con anticipación, esto le permitirá poder sentirse seguro y transmitir seguridad a sus estudiantes. Además, los contenidos que se presentan darán respuesta a los objetivos que se desean lograr, llevándolos a la práctica a través de gestos, palabras y acciones.

Así mismo, es fundamental que los maestros propongan temas significativos, es decir, su programación para el desarrollo de un objetivo emocional debe responder a la realidad de sus estudiantes, edades e intereses, facilitando la interacción y expresión de sus emociones. Por ello, deben proponer actividades relacionadas con el juego, que despierten el interés por aprender de cada uno de sus niños. Por ejemplo, puede despertar emociones, crear vínculos emocionales y propiciar ponerse en lugar del otro, a través de diferentes géneros musicales, títeres o cuentos (Bisquerra, 2010).

Por otro lado, el docente, como parte de su rol, deberá hacer uso de estrategias de modificación de conducta, en diferentes momentos dentro de clase. Es decir que, ante una situación de conflicto o situación difícil, el maestro siempre debe acompañar mediante el diálogo, emociones positivas, buscar alternativas idóneas para la situación, así como mostrarse crítico y reflexivo, tratando de ser lo más asertivo posible (Fernández & Peralta, 2020).

Así mismo, es importante que el maestro se muestre disponible a escuchar de manera activa, poniéndose físicamente a la altura de niño, mirándolo a los ojos, acompañando su escucha con expresiones faciales que comuniquen su atención. El desarrollo de una conversación activa y una muestra de disponibilidad, atención y paciencia con sus niños y niñas afianzará sus lazos entre maestro estudiante, de esta manera se favorecerá a experiencias positivas en el aprendizaje (Gallego, 2017).

Por último, el maestro deberá llevar a cabo su programa de educación emocional desde una mirada de compasión, confianza y esperanza, de esta manera podrá darle un enfoque integral a su intervención aprendiendo a hacer, aprendiendo a aprender, aprendiendo a enseñar y aprendiendo a convivir.

De manera complementaria, el desarrollo de una educación emocional en los niños y niñas no solo debe estar a cargo de la escuela, sino también de la familia, ya que representa uno de los principales referentes sociales y emocionales del niño desde su nacimiento. A continuación, nos enfocaremos en el rol de la familia en la educación emocional.

### ***2.5.3. Rol de la familia para el desarrollo de la educación emocional***

El rol de la familia en el desarrollo de una educación emocional en los niños y niñas, es fundamental, no obstante, al igual que los docentes es imposible hablar de educación emocional si los agentes encargados, no están formados emocionalmente, más aún siendo los principales referentes para los infantes desde el nacimiento.

Así lo sostiene Goleman (1999) quien afirma que:

“la vida en familia supone nuestra primera escuela para el aprendizaje emocional: en tan íntimo caldero aprendemos qué sentimientos abrigar hacia nosotros mismos y cómo reaccionarán otros a tales sentimientos; cómo pensar acerca de esos sentimientos y qué elecciones tenemos a la hora de reaccionar, cómo interpretar y expresar esperanza y temores. Esta escuela emocional funciona no sólo a través de lo que los padres dicen o hacen directamente a los niños, sino también en los modelos que ofrecen a la hora de manejar sus propios sentimientos y aquellos que tienen lugar entre marido y mujer” (como se cita en Bisquerra, 2011, p. 207).

En consecuencia, es importante que las familias inicien su educación emocional desde antes del nacimiento de su hijo o hija, esto debido al impacto emocional que representa tener un hijo y convertirse en papas. Sobre todo, en las madres, ya que cuando están embarazadas no solo pasan por cambios fisiológicos, sino también pasan por todo un cambio emocional, el cual puede generar ansiedad, estrés, etc. Afectando de esta manera al desarrollo del bebé. En concordancia Bisquerra establece que: “los efectos del cortisol (hormonas de estrés) pueden afectar tanto a la madre como al hijo” (2011, p.208).

Por consiguiente, educarse emocionalmente para el desarrollo de competencias emocionales, no solo favorecerá en la formación de sus hijos o hijas, sino a mantener mejores relaciones como padres con sus hijos. Así pues, para Bisquerra (2011) citado por Gómez, Velasco, & Tojar “la educación de las competencias emocionales en la familia tiene como objetivo final conseguir un hogar caracterizado por la paz, la armonía y la felicidad” (2017, p.4). Por lo tanto, para lograr

una formación emocional en la familia, es importante hacer uso de diferentes estrategias formativas.

Para Bisquerra (2010) brindar una educación emocional enfocada en la práctica de estrategias formativas, se puede llevar a cabo por medio de dos dimensiones de intervención en las familias:

- En la escuela: participando en los talleres para padres, seminarios, conferencias, realizados por la escuela.
- A distancia: formándose de manera independiente, consultando libros, revistas u otros artículos

En síntesis, la familia debe de cooperar en el compromiso de brindar una educación emocional desde la infancia, siendo esta una etapa trascendental en el desarrollo del niño, su personalidad, bienestar personal y social que potenciará o afectará en la vida futura del infante.



## CONCLUSIONES

- Las emociones están presentes desde el nacimiento y a lo largo del desarrollo evolutivo del ser humano. Por este motivo, es importante que el reconocimiento de las emociones, así como su formación, formen parte de todos los contextos en los cuales los niños y niñas se desenvuelvan, sobre todo en las prácticas educativas, donde las emociones tienen un rol crucial.
- El desarrollo de la educación emocional es un imperativo actual que responde a la necesidad de la formación integral de los niños y niñas. Es así que por medio del autoconocimiento de las propias emociones, la capacidad para alargar emociones positivas y acortar las negativas, se contribuye al desarrollo de la autoestima, la autoconfianza, la automotivación; todo ello orientado al establecimiento de mejores relaciones interpersonales y a un impacto positivo en la convivencia, el rendimiento y el bienestar de la persona.
- En base a la importancia de las emociones y su poca atención a nivel social y, sobre todo, educativo, Rafael Bisquerra propone un modelo de educación emocional, el cual se plantea como un programa estructurado, basado en objetivos, contenidos, competencias, evaluación, metodología y orientaciones para maestros/as y padres y madres de familia, el cual deberá trabajarse de forma conjunta, contextualizada y enfocada al nivel educativo y a la edad de los niños y niñas.
- El programa de educación emocional, enfocado en el contexto de educación formal, es esencial para tener un mayor impacto en la sociedad en general. Por este motivo, debe estar a cargo de la escuela y la familia, quienes deberán estar previamente formados y sensibilizados. De esta manera, se brindará una formación para la adquisición de un conjunto de habilidades, competencias y capacidades para la vida.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., & Pérez, N. (2000). Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, 587-599. Recuperado de: <https://revistas.um.es/rie/article/view/121241/113891>
- Bello, Z., Sanchez, H., & Rodriguez, M. (2010). La inteligencia emocional y su educación. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 9.
- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 7-43.
- Bisquerra Alzina, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*, 95-114.
- Bisquerra Alzina, R. (2011). *Educación emocional, propuesta para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bisquerra Alzina, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Madrid: Síntesis, S.A.
- Bisquerra, R. (2010). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (s/f.). *Red Internacional de Educación y Bienestar*. From <https://www.rafaelbisquerra.com/educacion-emocional/contenidos-de-la-educacion-emocional/>
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). *Universidad de Barcelona*. <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Las-competenciasemocionales>.
- Bisquerra, R., Garcia, E., & Pérez, J. (2015). *Inteligencia emocional en la educación*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R., Martínez, F., Obiols, M., & Pérez, N. (2006). Evaluación de 360°: una aplicación a la educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, 187-203. Recuperado de : <https://www.redalyc.org/pdf/2833/283321886010.pdf>
- Bisquerra, R., Martínez, F., Obiols, M., & Pérez, N. (2006). Evaluación de 360: una aplicación a la educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, 187-203.
- Esquivel, L. (2015). *El libro de las emociones*. Debolsillo. Recuperado de : <https://descargarlibrosenpdf.files.wordpress.com/2018/05/esquivel-laura-libro-de-las-emociones.pdf>
- Fernandez Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 32.

- Fernandez, C., Fernandez, P., & Peralta, N. (2020). *Las emociones en el aula: modelos de educación emocional preponderantes en el nivel primario de la ciudad de Córdoba*. Córdoba.
- Fernandez, P., & Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitario de formación del profesorado*, 93.
- Fundación Telefónica. (Diciembre de 2013). *Fundación Telefónica*. Obtenido de <http://encuentro.educared.org/>
- Gallego, R. (2017). *La educación emocional: un reto educativo*. Mayorca. [https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3964/de\\_Celis\\_Gallego\\_R\\_ebeca.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3964/de_Celis_Gallego_R_ebeca.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gangitano, V. (2015, setiembre). *Universidad de la Laguna*. Recuperado de: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/1577/LA+EVALUACION+DE+LA+EDUCACION+EMOCIONAL.pdf;jsessionid=2E44309F85A20AA23581830530A0B250?sequence=1>
- Goleman, D. (2000). *La Inteligencia Emocional*. Barcelona : Javier Vergara.
- Gomez, L. (2017). Primera infancia y educación emocional. *Revista virtual Universidad Católica del Norte*, 185. Recuperado de: <http://34.231.144.216/index.php/RevistaUCN/article/view/940/1387>
- Housman, D. (2017). The importance of emotional competence and self-regulation from birth: A case for the evidence- based emotional cognitive social early learning a pproach. *International Journal of child care and education policy*, 1-19.
- Huarcaya Pasache, C. (2016). *Porpuesta de orietaciones y estrategias didácticas en y desde el arte para fomentar el autocontrol en niñas de 6 y 7 años*. Lima. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12404/7448>
- Jara Tairo, T. (2018, Noviembre). *Repositorio Institucional de la PUCP*. Recuperado de: [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/16243/JARA\\_TAIRO\\_TANIA\\_LISBETH%20\(1\).pdf?sequence=5#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20emocional%20es%20una,de%20solucionar%20las%20dificultades%20presentadas](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/16243/JARA_TAIRO_TANIA_LISBETH%20(1).pdf?sequence=5#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20emocional%20es%20una,de%20solucionar%20las%20dificultades%20presentadas).
- Lizano Paniagua, K., & Umaña Vega, M. (2008). La teoría de las inteligencias múltiples en la practica docente en educación preescolar. *Revista Electronica Educare*, 16.
- López Cassá, É. (2007). *Educación emocional , programa para 3 a 6 años* . Madrid: Wolters Kluwer.

- López. (2014) Henri Wallon, Revista para el Estudio de la Educación y el Desarrollo, 1:3, 73-78. Recuperado: <https://doi.org/10.1080/02103702.1978.10821706>
- Madrigal, M. (2007). Inteligencias múltiples: un nuevo paradigma. *Medicina legal de Costa Rica*, 1.
- Ministerio de Educación. (28 de Julio de 2020). *Ministerio de Educación*. Recuperado de: <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/6910>
- MIDIS, M. (n.d.). *Ministerio de Desarrollo e inclusión social*. Recuperado de: <http://www.midis.gob.pe/index.php/por-que-es-importante-el-desarrollo-infantil-temprao/>
- Ministerio de Salud, F. d. (Abril de 2021). *UNICEF*. Obtenido de: <https://www.unicef.org/peru/media/10616/file/Salud%20menta%20en%20contexto%20COVID19.pdf>
- Moreno Ronquillo, B., Alcoser Grijalva, R., & León García, M. (2019). La educación emocional y su incidencia en el aprendizaje de la convivencia en inicial 2. *Revista Ciencia UNEMI*, 102-115.
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo*. México: McGRAW-HILL.
- Pérez Escoda, N. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 23-44. Recuperado de: [https://revistas.uptc.edu.co/index.php/praxis\\_saber/article/view/10035/8388](https://revistas.uptc.edu.co/index.php/praxis_saber/article/view/10035/8388)
- Pérez, N., & Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 23-44.
- Rica, U. N. (2008). La teoría de las inteligencias múltiples en la práctica docente en educación preescolar. *Revista Electrónica Educare*, 16. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194114582017.pdf>
- Saltali, N., & Deniz, M. (2010). The effects of an emotional education program on the emotional skills of six-year-old children attending preschool. *Educational sciences: Theory and Practice*, 2123-2140.
- The effects of an emotional education program on the emotional skills of six-year-old children attending preschool. (2010). *Educational sciences: Theory and practice*, 2123-2140.
- Vega Caro, L., Vico Bosh, A., & Recio Moreno, D. (2021). *La educación emocional desde la visión de las pedagogías Montessori, Reggio Emilia y Waldorf en educación infantil*. Madrid: Dykinson S.L.
- Viloria, C. (2005). *La educación emocional en edades tempranas y el interés de sus aplicación en la escuela*. Madrid: Tendencias pedagógicas. Recuperado de: <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/issue/view/TP10>

Vuldai, V. (2014). *The impact of emotional education on preschoolers' behaviours*.  
Turquia: Famagusta.

