



**COMILLAS**

UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y  
SOCIALES

**Educación para la Vida: Familia y Escuela fomentando  
el desarrollo de habilidades emocionales en la  
Primera Infancia**

Autora: Eva Redondo Pinaro

Directora: Marta Barcenilla Cubas

Madrid

2022/2023

*“Ningún aprendizaje significativo puede ocurrir sin  
una relación significativa”*

(James Comer, 1968)

## **Resumen**

En el presente trabajo se realiza una revisión bibliográfica acerca de la importancia de la Educación Emocional desde edades tempranas, así como de los beneficios que tiene para la vida y para la salud integral del menor. Se defiende este tipo de educación frente a la educación tradicional, basada en el intelecto y lo cognitivo, con el fin de lograr el desarrollo de las competencias emocionales, habilidades sociales y pensamiento crítico, entre otros. Se detecta la necesidad de que los profesores desarrollen previamente sus propias competencias emocionales para que la Educación Emocional sea realmente efectiva. Al mismo tiempo, se señala el papel fundamental que tienen las familias en este proceso de enseñanza-aprendizaje. Durante la revisión, se exponen varios programas emocionales para ser aplicados tanto en el aula como en la familia. Posteriormente se profundiza en una serie de programas que cumplen con el requisito colaboración Familia-Escuela. Finalmente se concluye la necesidad y la relevancia de una relación Familia-Escuela en la enseñanza de la Educación Emocional, considerando ambos actores corresponsables para obtener resultados duraderos y un mayor rendimiento del menor en todas las áreas de su vida.

*Palabras clave:* Educación Emocional; relación Familia-Escuela; programas; docentes.

## **Abstract**

The present paper reviews the literature on the importance of emotional education from an early age, as well as the benefits it has for life and for the integral health of the child. This type of education is defended against traditional education, based on the intellect and the cognitive, for the development of emotional competences, social skills, critical thinking, among others. The need for teachers to previously develop their own emotional competences is detected in order for Emotional Education to be truly effective. At the same time, the fundamental role of families in this teaching-learning process is pointed out. During the review, several emotional programmes to be applied both in the classroom and in the family are presented. Subsequently, a number of programmes that meet the requirement of family-school collaboration are discussed. Finally, it concludes the need and relevance of a Family-School relationship in the teaching of Emotional Education, considering both actors co-responsible in order to achieve lasting results and increased performance of the child in all areas of his or her life.

*Keywords:* Emotional Education; Family-School relationship; programs; teachers.

## Índice

Introducción .....	5
Marco Teórico .....	8
Las Emociones: Conceptos Generales .....	8
Las Emociones: ¿Qué son y cuáles son sus componentes? .....	8
Inteligencia Emocional y Educación Emocional .....	10
Objetivos y Beneficios de la Educación Emocional .....	11
Importancia de la Educación Emocional Temprana .....	12
Las Emociones en el Aula.....	13
La Importancia de Docentes Emocionalmente Inteligentes .....	13
Emociones en el Currículo de Educación Infantil .....	14
Las Emociones en la Familia .....	15
Estado de la Cuestión.....	17
Qué es un Programa Emocional.....	17
Revisión de Programas de Educación Emocional en el Aula .....	18
Revisión de Programas de Educación Emocional en la Familia.....	19
Revisión de programas de Educación Emocional en la Familia y la Escuela.....	20
Discusión.....	25
Conclusiones .....	29

## Introducción

Entendemos por emoción la reacción psicofisiológica que experimenta una persona como consecuencia de estímulos externos o internos. Su etimología viene del latín “movere”, más el prefijo “e-” que significa “poner fuera”, por tanto, las emociones tienen una función fundamental que es guiarnos a la acción. Consideramos como emociones básicas el enfado, el miedo, la alegría, la tristeza, la sorpresa y el asco. Estas engloban al triple sistema de respuesta: cognitivo, conductual y fisiológico (Quintanilla et al., 2022).

Antiguamente las personas que tenían un mayor contacto con su mundo emocional eran consideradas débiles. A pesar de esta creencia, Darwin en 1872 defendió la relevancia de las emociones en la adaptación del individuo tanto a su contexto como a sus relaciones interpersonales (Suberviola, 2020). Hoy en día se sostiene que una persona que gestiona y responde adecuadamente a sus emociones tiene mayor probabilidad de tener éxito en diversas áreas de su vida (académica, personal, laboral, social, etc).

En 1980 las teorías cognitivas, que venían centrándose en los aspectos intelectuales, sufren una transformación y las emociones empiezan a adquirir relevancia en la salud mental y física de la persona. En consecuencia, la Educación Emocional (EE) y sus beneficios para el bienestar personal comienzan a ganar visibilidad (Giménez-Dasí, y Quintanilla, 2009). De este modo, se empieza a investigar en la importancia de la EE en la población general y sobre todo en la infancia, en aquellas edades más críticas o sensibles al aprendizaje.

Entendemos por periodo crítico a una etapa muy sensible y vulnerable del desarrollo en la cual se da una fijación de los sistemas concretos en relación con los estímulos externos experimentados. Es importante considerar los primeros años para la enseñanza de la EE, pues es en este periodo donde es más probable que sea efectiva (Bisquerra, 2011). En esta etapa el cerebro y el comportamiento comienzan a estructurarse y a sufrir cambios veloces (Sadurní y Rostan, 2004).

Tanto el primer ciclo de Educación Infantil (0-3 años) como el segundo (3-6 años) y la adolescencia son conocidos como los periodos transicionales, en los que el cerebro se reorganiza de la mano de una labilidad emocional importante (Sadurní y Rostan, 2004). La EE en los primeros años tiene un carácter preventivo frente a posible psicopatología adulta

ya que disminuye la probabilidad de tener problemas de salud mental en el futuro (Gutiérrez, 2009). Además, gracias a la EE temprana los niños pueden aprender numerosas habilidades sociales y fomentar el pensamiento crítico, lo que dará lugar a que establezcan vínculos más sanos y seguros durante la adultez (Russo de Sánchez et al., 2022).

Las competencias aprendidas a través de la EE sirven como factor de protección y generador de salud. Se entiende el concepto de salud más allá de la ausencia de enfermedad, este tiene que ver con un bienestar global, tanto a nivel físico, psicológico y relacional. Las emociones se relacionan con los conceptos de salud y enfermedad (Pérez-González et al., 2020).

Un gran número de competencias emocionales se relaciona con una mejor salud integral. Por el contrario, una regulación emocional escasa se relaciona con psicopatología, hábitos negativos y poco bienestar psicológico (Delgado-Gómez et al., 2019). A mayor inteligencia emocional (IE) menores son las creencias irracionales y las limitaciones que una persona percibe en relación consigo misma (Bermúdez et al., 2003).

La elección de este trabajo se justifica desde el ámbito de la Psicología, ya que sabemos que las emociones son inherentes al ser humano y por ello están presentes en todo momento a lo largo de nuestra vida. Uno de los primeros contextos de socialización del niño es la escuela, donde los procesos de enseñanza y aprendizaje que allí se generan se tiñen continuamente de las emociones que experimentan tanto alumnos como profesores. Una buena autorregulación y comprensión de estas permite a la persona adquirir aprendizajes más significativos y duraderos en el tiempo, además de fomentar buenas relaciones interpersonales con los demás. Para lograr esto es fundamental establecer una EE segura en las escuelas desde edades tempranas (Bisquerra y García, 2018).

Por otra parte, la familia será otro contexto clave en el aprendizaje emocional del menor. A través de sus figuras de referencia el niño aprenderá muchas pautas emocionales que le acompañarán a lo largo de su vida, aprendiendo por primera vez a identificar, comprender, regular y respetar su mundo emocional (Vivas, 2003).

El mejor escenario para la enseñanza de la EE es aquel en el que el colegio trabaja en equipo con las familias, es decir, donde educadores formales y familias comparten metas

comunes respecto a cómo favorecer y estimular la buena salud emocional del menor. Sin el esfuerzo conjunto de ambos componentes, es posible que las diferentes prácticas y programas emocionales impartidos en las escuelas no tengan la misma eficacia (Tárraga, 2016). Porque ¿es realmente eficaz aprender competencias emocionales en la familia si después en la escuela no se ofrecen oportunidades para ello o viceversa? La familia el contexto donde más tiempo va a pasar el niño, por ello la EE no es una tarea única de los educadores escolares formados específicamente para ello, sino que es responsabilidad compartida de Familia y Escuela trabajar metas conjuntas que favorezcan el mayor rendimiento social, académico y personal del menor (Tárraga, 2016).

La pregunta de investigación principal que se va a tratar de responder a lo largo del presente trabajo es la siguiente: Siendo tan importante la EE en la infancia y teniendo en cuenta que la escuela y la familia son los principales agentes para ello, ¿realmente existe una colaboración verdadera y eficiente entre Familia-Escuela para que los niños desarrollen plenamente las habilidades emocionales?

El objetivo principal de este trabajo, por tanto, es revisar si existe realmente esta colaboración Familia-Escuela en los programas emocionales actuales para la enseñanza de la EE. En cuanto a los objetivos específicos se plantean los siguientes:

- Entender la importancia y los beneficios que tiene la EE desde la Educación Infantil (primera infancia).
- Comprender la relevancia de que los docentes sean emocionalmente inteligentes.
- Explorar la importancia de la enseñanza emocional desde edades tempranas.
- Determinar la importancia de la EE en el aula y en la familia.
- Analizar cómo influye el contexto familiar en la adquisición de habilidades emocionales y qué papel tiene la familia en el desarrollo emocional del menor.

Respecto a la estructura del trabajo, en primer lugar, se expondrá el marco teórico dividido en tres bloques. El primer bloque se centrará en introducir conceptos generales acerca de las emociones, esto permitirá construir los cimientos básicos sobre el tema presentado en este trabajo. Posteriormente, en el segundo y tercer bloque se recogerá la importancia de trabajar las emociones en el aula y en la familia. Dentro del segundo bloque se revisará brevemente cómo se sitúan las emociones en el currículo de Educación Infantil en la actualidad.

A continuación, se revisará el Estado de la Cuestión dividido en tres apartados. En primer lugar, se revisarán cuatro programas de EE diseñados para ser implantados en Escuela. Después se revisarán cuatro programas diseñados para Familia. Por último, se revisarán cinco programas de EE que cuentan con la colaboración Familia-Escuela, estos últimos han sido seleccionados acorde a los siguientes criterios:

- Son programas diseñados para ser implantados en Educación Infantil.
- Tienen en cuenta la importancia de la díada Familia-Escuela en su aplicación.
- Han sido diseñados para ser aplicados en España.

Para llevar a cabo la síntesis y la recogida de la información en la presente revisión bibliográfica, se ha realizado una búsqueda minuciosa de artículos científicos a través de diferentes bases de datos especializadas en el ámbito de la Psicología Evolutiva y Psicología del Desarrollo, así como de la Psicología de la Educación. Además, se ha hecho uso del servicio de Biblioteca de la Universidad para recabar libros sobre programas emocionales actuales, así como otros libros relacionados con el tema de estudio.

## **Marco Teórico**

### **Las Emociones: Conceptos Generales**

#### ***Las Emociones: ¿Qué son y cuáles son sus componentes?***

##### **Qué son**

Salovey y Mayer (1990) definieron las emociones como un fenómeno complejo que se desencadena como respuesta a un evento ya sea interno o externo, y que ha sido previamente valorado de forma positiva o negativa por la persona. Esta valoración produce una serie de alteraciones en el sistema nervioso lo que genera cambios muchas veces perceptibles en los músculos de la cara (Izard, 1977).

Las emociones tienen un sustento biológico y siempre se manifiestan a través del cuerpo: en el estómago, en el corazón, en la cabeza o en el sistema nervioso. Además, los seres humanos no somos los únicos que las experimentamos pues compartimos con los animales la expresión de las emociones básicas (Frijda, 1986). Las emociones tienen una funcionalidad clara como puede ser: sentir calma, curiosidad (interés) u amor hacia otro (apego) (Levenson, 2011).

Está demostrado que las emociones tienen circuitos neuronales programados de forma innata, lo que hace que su expresión sea universal (Quintanilla et al., 2022). A pesar de ser un fenómeno natural podemos aprender a cambiarlas e incluso a inhibirlas, esto dependerá de las vivencias personales, así como de las diferencias culturales. Estas experiencias tendrán una gran importancia a la hora de activar ciertas emociones y no otras, e influirán en la relación que establezca la persona con su mundo emocional (Izard, 1977). Por lo tanto, las emociones tienen un efecto subjetivo en cada persona que da lugar a respuestas variadas frente a una misma situación (Fernández-Abascal y Palmero, 1999).

Es importante mencionar que no existen emociones positivas o negativas, sino que lo que aporta el matiz valorativo son las acciones que surgen tras experimentar la emoción, y si la expresión de dicha emoción es adaptativa en el momento en el que se manifiesta. Podemos tener emociones que nos lleven a la acción de conductas favorables y emociones que no faciliten este tipo de conductas (Izard, 1977).

### **Componentes de las Emociones**

Actualmente las teorías de la educación existentes velan porque la formación en las escuelas se centre en la enseñanza de una serie de competencias y habilidades emocionales (Suberviola, 2020). El objetivo último es que la persona sea capaz de alcanzar y/o generar su propio bienestar personal y social a lo largo de la vida (Bisquerra, 2011).

Antiguamente se defendía la inteligencia como una cualidad innata inalterable. De este modo, para McClelland (1973) no era posible cambiar la inteligencia heredada, pero sí era posible entrenar una serie de “competencias”, actitudes y habilidades psicológicas.

De esta forma, Bisquerra (2011) define el concepto de competencia emocional de la siguiente manera: “Conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p.11). Bisquerra y García (2018) estructuran las competencias emocionales en cinco tipos:

1. Conciencia emocional: capacidad de darse cuenta de las emociones propias y ajenas e incluso del clima emocional que se puede dar en un entorno concreto.

2. Regulación emocional: habilidad de manejar nuestro mundo emocional adecuadamente y responder adaptativamente a este. Disponer de estrategias de afrontamiento útiles y ser capaz de experimentar emociones positivas.
3. Autonomía emocional: consciencia de las propias emociones y de cómo estas afectan a uno. Tener autogestión de las emociones, así como una buena actitud y autoestima, pensamiento crítico, responsabilidad, valores éticos y morales, etc.
4. Competencias sociales: capacidad de establecer relaciones positivas con otros. Hace referencia a ser capaz de respetar a los demás y a uno mismo, comunicarse asertivamente, tener un comportamiento prosocial y trabajar en equipo.
5. Competencias para la vida y el bienestar: responsabilidad sobre las propias acciones y ser capaz de vivir una vida plena; fijación de metas realistas, toma de decisiones responsables y/o capacidad de experimentar emociones estéticas (aquellas que se experimentan con el arte).

### ***Inteligencia Emocional y Educación Emocional***

El concepto de IE fue propuesto por primera vez en el año 1990 por Salovey y Mayer, definido como la habilidad que tiene una persona de reconocer sus emociones, así como las de los demás, siendo capaz de gestionarlas (Salovey y Mayer, 1990). Estos autores consideran que una persona con IE no solo debe ser capaz de percibir dicha información, sino también de manejarla para facilitar el cumplimiento de metas y dirigir el pensamiento.

Más tarde, el término fue difundido a nivel global por Goleman (1995) con su libro “Emotional Intelligence”, donde definió la IE como la capacidad no solo de identificar las emociones y de regularlas, sino también como la habilidad de guiarlas hacia la acción. De este modo, la motivación se convirtió en un elemento clave en su teoría, entendida como la competencia necesaria para la consecución de objetivos personales y relacionales. Resalta la importancia de la IE frente al concepto predominante de inteligencia basado en el coeficiente intelectual (CI), señalando que una vida de éxito no depende tanto del CI como de una serie de habilidades emocionales que se pueden ir aprendiendo y practicando.

Además, Gardner (1995) con su Teoría de las Inteligencias Múltiples rechazó el concepto de inteligencia tradicional y afirmó que la inteligencia no se trata de un concepto unidimensional sino plural, definiendo así ocho tipos de inteligencia (incluyendo la IE).

Según Goleman (1995) una persona capaz de tolerar el fracaso, la frustración, de regular las preocupaciones y el estrés, así como de motivarse, de confiar en sí mismo y de controlar sus impulsos, es más probable que se enfrente a una vida más satisfactoria y de éxito. Por estas razones, fomentar el bienestar emocional del alumno debe ser uno de los objetivos fundamentales de la educación. Entendiendo por bienestar a la capacidad de experimentar emociones placenteras y saber regular las emociones displacenteras (Bisquerra, 2011).

Sería conveniente que las escuelas ayudaran a los alumnos a desarrollar las inteligencias necesarias para cumplir con sus metas vocacionales (Gardner, 1995). Para ello, Bisquerra (2011) va a definir en este año el concepto de EE. La EE empieza a surgir como una reacción frente a las necesidades comunes cada vez más presentes (ansiedad, depresión...), que últimamente están adquiriendo relevancia en el currículum escolar actual. El objetivo principal de la EE es dotar a la persona de competencias emocionales como, por ejemplo: gestión de las emociones, la expresión de estas, comprensión, toma de consciencia, desarrollo de la asertividad y empatía (Garaigordobil, 2018). Para desarrollar unas habilidades emocionales significativas estas se deben enseñar desde los primeros años y se deben practicar durante el resto de la vida. La EE es eminentemente práctica y se enseña a través de dinámicas, juegos, reflexiones o a través del propio cuerpo (Bisquerra, 2011).

### ***Objetivos y Beneficios de la Educación Emocional***

Los beneficios de que un alumno tenga IE son numerosos y estos han sido científicamente demostrados en los últimos años (Fernández-Berrocal y Cabello, 2021).

La evidencia demuestra que los alumnos con IE tienen una mayor salud psíquica y física, y menores niveles de ansiedad, depresión, estrés y trastornos psicósomáticos. Además, se ha visto que la IE es un factor protector frente al suicidio (que es la segunda causa de fallecimientos entre jóvenes de 15-29 años), así como al consumo de drogas, como, por ejemplo: el alcohol, el tabaco, la cocaína y el cannabis. Por último, la IE también disminuye la probabilidad de tener conductas de riesgo (Fernández-Berrocal y Cabello, 2021).

Por otro lado, los alumnos con IE realizan un mayor número de conductas empáticas y altruistas hacia sus compañeros, lo que favorece que tengan relaciones más significativas y que se reduzca el número de agresiones o comportamientos como el *bullying* entre los iguales. Todo ello da lugar a un clima más sano y beneficioso no solo en el aula sino

también en el contexto familiar. Por otro lado, se ha demostrado que los alumnos con IE presentan un mayor rendimiento académico, puesto que son capaces de regular sus propias emociones de miedo, ansiedad, tristeza o incluso apatía, emociones que están constantemente presentes en la etapa escolar y que impactan significativamente en el rendimiento del alumno (Fernández-Berrocal y Cabello, 2021).

Sin embargo, los alumnos que no disponen de habilidades emocionales son más propensos a experimentar dificultades en las siguientes áreas: relaciones interpersonales, bienestar psicológico y rendimiento académico, siendo posible que presenten un mayor número de comportamientos disruptivos (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008).

Por tanto, la EE permite al alumno aprender una serie de valores, actitudes y de habilidades sociales que le ayudarán a construir relaciones más saludables con otros, en consecuencia y gracias a esto, su confianza y autoestima se verán aumentadas (Gómez-Ortiz et al., 2017).

### ***Importancia de la Educación Emocional Temprana***

Durante los primeros años de vida el cerebro se encuentra en pleno desarrollo y absorbe fácilmente la información que recibe, lo que significa que empezar a educar en emociones desde Educación Infantil puede resultar muy beneficioso. En el periodo de 0 a 6 años es más sencillo que la estructura cerebral del niño se modifique a través del aprendizaje. De este modo, aprender nuevas competencias emocionales a estas edades puede resultar significativo para la salud psíquica futura del menor (Gutiérrez, 2009).

La Educación Infantil es un periodo educativo que abarca las edades entre los 0 y los 6 años, es el primer nivel educativo dentro del sistema español. Se trata de una etapa crítica donde el menor adquiere la mayoría de las pautas sobre cómo comportarse física y emocionalmente (López-Cassá, 2011). Además, es importante mencionar que en los primeros seis años las emociones son las principales responsables de la conducta del niño.

A lo largo de esta etapa se van a dar una serie de acontecimientos vitales importantes pues el niño va a empezar a descubrir el mundo social (Berástegui et al, 2021). Entre ellos se destaca el descubrimiento del entorno y de los pares, el desarrollo de la autonomía y la separación del adulto, que llevan al menor a vivir estas situaciones como estresantes, dando

lugar a la aparición de miedos y primeras frustraciones. Una buena resolución de estas situaciones será clave para lograr un adecuado desarrollo emocional (López-Cassá, 2011).

Según Gutiérrez (2009) el desarrollo emocional es el proceso por el que el niño forma su identidad, se hace una imagen de sí mismo y de cómo son los otros y el mundo, todo esto se adquiere a través de las relaciones sociales que va estableciendo con los demás. Un buen desarrollo emocional influirá positivamente en el desarrollo intelectual. En cambio, si el desarrollo emocional no es favorable, pueden aparecer dificultades en la memoria, atención, percepción y en el pensamiento abstracto.

Por lo tanto, las emociones están directamente relacionadas con el proceso de aprendizaje y con el desarrollo cognitivo del niño. Es fundamental enseñar estrategias emocionales en todas las etapas educativas para que el menor aprenda recursos que le ayuden a manejar sus emociones, concretamente en etapas del desarrollo tan sensibles (De Andrés, 2005).

## **Las Emociones en el Aula**

### ***La Importancia de Docentes Emocionalmente Inteligentes***

Una de las metas principales de la educación es formar a los alumnos de una manera integral, de esta forma hay que considerar el desarrollo emocional, moral y social, al mismo tiempo que el cognitivo. La educación significa ayudar al alumno a crecer como individuo. Para ello, es imprescindible que los profesores hayan desarrollado sus propias competencias emocionales, favoreciendo así el aprendizaje emocional dentro del aula (Bisquerra y García, 2018). Según cómo haya experimentado el docente sus propios procesos de socialización realizará su labor educativa de una manera más o menos eficaz (Palomero, 2009).

Hoy en día la profesión de maestro se considera una de las más estresantes y demandantes emocionalmente, ya que este tiene que hacer frente no solo a sus emociones, sino también a las de sus alumnos, familias y compañeros (Torrijos et al., 2018). Por lo que, si tenemos en cuenta la premisa de Primera Alianza (Halty et al., 2020), un programa de la Universidad Pontificia Comillas para fortalecer y reparar las relaciones de apego, una persona no puede dar aquello que no tiene, por lo tanto, un profesor que no sabe cómo manejar sus emociones difícilmente podrá enseñar a sus alumnos cómo hacerlo.

Sin embargo, y a pesar de su importancia, la formación de los docentes en dichas habilidades no se incluye en los programas iniciales de preparación de docentes en las universidades, ni en secundaria ni en los másteres, ni existe una formación posterior y continuada en el tiempo (Bisquerra y García, 2018). Son muchos los problemas de ansiedad, depresión, acoso escolar, fracaso y abuso de sustancias, entre otros, que reclaman soluciones en donde las instituciones educativas y su profesorado sean capaces de dar respuesta a estos desafíos. De este modo, se estaría aplicando una medida de prevención primaria que reduciría la posibilidad de tener disfunciones psicológicas en la edad adulta (Torrijos et al., 2018).

Según García (2017), algunas de las metas que se persiguen a la hora de formar a los docentes en competencias emocionales son:

- Aprender conceptos generales sobre las emociones y la importancia de la EE.
- Estimular la motivación y la confianza del profesorado para la enseñanza de la EE.
- Aumentar la consciencia sobre la importancia del desarrollo de IE y de cómo esta va a influir en sus alumnos.
- Poner en marcha actividades que fomenten el desarrollo de las habilidades emocionales.
- Entender la relación y la interacción que existe entre el aprendizaje y la IE.

En conclusión, el desarrollo emocional y social en las aulas es un reto para los profesores ya que estos se convierten en un espejo para los niños en donde se ven constantemente reflejados (aprendizaje vicario). Son referentes para los menores y estos los imitarán en muchas ocasiones, por ello su formación en EE es fundamental (López et al., 2023).

### ***Emociones en el Currículo de Educación Infantil***

La EE prepara a las personas para desenvolverse en la vida y en la relación con los otros exitosamente. Por este motivo debe estar presente tanto en el currículo educativo como en una formación continuada a lo largo de la vida, empezando por la Educación Infantil (Lozano y Hernández, 2022).

Si analizamos la última legislación educativa en materia de EE en España, La Ley Orgánica 3/2020 por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), en el artículo número 12, denominado Principios generales, el principio

número 3 dice: “La educación infantil tiene carácter voluntario y su finalidad es la de contribuir al desarrollo físico, afectivo, social, cognitivo y artístico del alumnado, así como la educación en valores cívicos para la convivencia” (p.55). Por otro lado, respecto al artículo 13 se modifica el apartado e) pasando a formularlo de la siguiente manera: “Relacionarse con los demás en igualdad y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en el uso de la empatía y la resolución pacífica de conflictos, evitando cualquier tipo de violencia” (BOE, 2020, p.18).

Además, el Consejo de Ministros ha aprobado recientemente el Real Decreto de Infantil 95/2022, de 1 de febrero, que divide los contenidos en tres áreas: crecimiento en armonía, descubrimiento del entorno; y comunicación y representación de la realidad. En los principios pedagógicos se menciona que “la práctica educativa se basará en experiencias de aprendizaje significativas y emocionalmente positivas y en la experimentación y el juego” (BOE, 2022, p. 5).

Por último, si se analiza brevemente el Decreto 36/2022, de 8 de junio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Infantil, se encuentran referencias más directas a las emociones. Concretamente en el artículo 5, el apartado e) hace alusión al desarrollo de las capacidades íntimamente relacionadas con las emociones y afectos. Por otro lado, en el artículo 11, el principio número 4 hace referencia al desarrollo afectivo y emocional. En el artículo número 12 también observamos una mención directa al reconocimiento y expresión de las emociones. Por tanto, sí se observa en este proyecto actual una preocupación por el desarrollo y la gestión de las emociones en la Educación Infantil. Se concluye que, dentro de la Comunidad de Madrid, gracias a este nuevo Decreto, cada vez se da más importancia al desarrollo de las competencias emocionales, aunque siga sin existir un plan real sobre qué contenidos concretos se deben trabajar (BOCM, 2022).

### **Las Emociones en la Familia**

El impacto que tienen las familias en el desarrollo emocional del menor ha sido mucho más estudiado frente a la influencia que ejercen los docentes. Esto se debe a que se sigue considerando a la familia como principal agente de desarrollo social y personal del niño (Trujillo et al., 2020). La familia tiene la función principal de cubrir las necesidades

biológicas, psicológicas y sociales de sus miembros, promoviendo valores como el respeto, la tolerancia, el apoyo y la comprensión (Russo de Sánchez et al., 2022). Para Goleman (1995) la familia supone la primera escuela de enseñanza emocional, donde se adquieren aprendizajes que perdurarán en el tiempo. El aprendizaje emocional empieza en el hogar a través de las interacciones que el menor tiene con sus padres y hermanos (Vivas, 2003).

El núcleo familiar supone un lugar de educación, socialización, integración y de creación de una identidad personal, esto genera en el menor un continuo sentimiento de pertenencia. La familia es necesaria para el desarrollo del niño a todos los niveles (afecto, reconocimiento, integridad, entre otros), más allá de los relacionados con la salud y con los cuidados, el adulto debe estar disponible. Por el contrario, si el menor crece en una relación insegura e inestable con un adulto que no está disponible, se convertirá en “minusválido” en áreas de desarrollo personal, cognitivo y social (Berástégui y Gómez, 2009).

La EE en la familia debe tener como meta final crear un clima de paz, armonía y felicidad en donde las relaciones sean positivas y plenas (Bisquerra, 2011). Una familia es funcional para el menor cuando sabe adaptarse a los cambios que van surgiendo, pone límites, fomenta la separación y autonomía de los menores y sabe manejar los conflictos y la comunicación asertiva. La EE en el hogar previene la violencia y los factores de riesgo que pueden darse a medida que el niño va creciendo (Russo de Sánchez et al., 2022).

Bisquerra (2011) distingue dos tipos de intervención para llevar a cabo la EE con las familias:

1. En la escuela: se realiza a partir de actividades presenciales como talleres o seminarios. Se conoce como “Escuela de padres y madres” y es un espacio donde formar a las familias para mejorar la educación de sus hijos.
2. A distancia: se recomiendan tareas para realizar en casa con los padres, por ejemplo: a través de libros, revistas, artículos para leer, etc.

El objetivo de estas intervenciones es proporcionar a las familias recursos para que puedan favorecer el desarrollo emocional de los menores simultáneamente al trabajo en el aula. La meta final es crear un clima lo suficientemente positivo para que el menor se sienta tranquilo y seguro y pueda realizar los aprendizajes emocionales adecuadamente (Bisquerra, 2011).

## Estado de la Cuestión

### *Qué es un Programa Emocional*

Cuando hablamos de programa de EE nos referimos a un proyecto con una estructura determinada que sigue un plan estricto para lograr un objetivo propuesto, en este caso el desarrollo de las competencias emocionales.

Los programas de EE implementados en las instituciones educativas tienen como objetivo que los menores desarrollen las competencias emocionales esenciales, así como la promoción de un buen clima de aprendizaje en el aula (Cabello et al., 2019).

Para llevar a cabo el diseño y la elaboración previa al inicio de un programa emocional Bisquerra (2012) señala la importancia de avanzar por varias fases:

1. Análisis del contexto: determinar cuáles son los recursos económicos, cómo es el clima del centro y el departamento de orientación, cuál es la actitud de los profesores, de los alumnos y de las familias.
2. Identificación de las necesidades latentes a partir de la definición del problema, de este modo se conocen cuáles son las prioridades y se establecen objetivos reales.
3. Diseño del programa.
4. Ejecución y evaluación (a partir de entrevistas personales con los menores o mediante cuestionarios) para establecer mejoras en un futuro y para analizar el cambio logrado.

Para obtener el máximo beneficio de estos programas, el profesor debe tratar su contenido de manera flexible, adaptándolo a las necesidades reales de cada persona. En consecuencia, estas necesidades deben haber sido evaluadas previamente y detectadas tanto por la familia como por el docente, de manera conjunta (De Andrés, 2005). Las actividades propuestas variarán en función de los objetivos fijados, por lo tanto, el desafío radica en saber qué actividades concretas se deben desarrollar para cumplir los objetivos establecidos.

Como se ha señalado, estos programas requieren de la participación colaborativa entre la familia y la escuela, de este modo, si la práctica de estas habilidades emocionales se desarrolla tanto dentro del aula como fuera, la asimilación de lo aprendido será mayor y la validez ecológica se verá multiplicada (Cabello et al., 2019).

## Revisión de Programas de Educación Emocional en el Aula

En la tabla 1 se presentan cuatro programas de EE dirigidos a ser implantados únicamente en la Escuela.

**Tabla 1**

*Tabla comparativa de diferentes programas de Educación Emocional en el Aula.*

<b>PROGRAMA Y AUTORES</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CONTENIDOS A TRABAJAR</b>	<b>RECURSOS EMPLEADOS</b>	<b>DESTINATARIOS</b>	<b>RESULTADOS</b>
<b>EMOCIONA (EduCaixa, 2019)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar el desarrollo emocional y social (integral).</li> <li>Adquisición de las habilidades para la vida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Autoconciencia.</li> <li>Bienestar y gestión emocional.</li> <li>Habilidades sociales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visualizaciones, ejercicios de respiración.</li> <li>Trabajo en equipo.</li> <li>Recursos físicos y digitales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Educación Infantil y Primaria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potenciar la convivencia y la gestión emocional y prevención de conflictos, ansiedad e impulsividad.</li> </ul>
<b>EDUCACIÓN RESPONSABLE (Fundación Botín, 2022)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar el desarrollo emocional, social y creativo, potenciando la autonomía y competencia.</li> <li>Estimular el talento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inteligencia emocional.</li> <li>Convivencia escolar.</li> <li>Creatividad y bienestar integral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Recursos educativos propios: Lectura y Emociones; ReflejArte; El Coro de las Emociones, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alumnos entre 3 y 16 años.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Factor de protección frente a conductas agresiva y fomento de la motivación y la curiosidad.</li> </ul>
<b>AULAS FELICES (Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador, 2012)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover el bienestar integral de los alumnos.</li> <li>Fomentar la autonomía, la competencia social y la felicidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eje 1: La atención plena.</li> <li>Eje 2: Las 24 fortalezas personales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades dirigidas a la mejora de la atención plena y el desarrollo de las fortalezas personales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Educación Infantil, Primaria y Secundaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alumnos más felices y autónomos. Autocontrol y atención plena, desarrollando las 24 fortalezas.</li> </ul>
<b>¡EMOCIO NÉMONOS! (Martins, 2018)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomenta las competencias emocionales en la escuela.</li> <li>Lograr una mayor conciencia, regulación y autonomía emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Autoconciencia de las emociones propias y ajenas. Habilidades para la vida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades de reflexión, juegos, cartulinas, mímica.</li> <li>Sesión de cierre para evaluar el programa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tutores de alumnado y cuarto curso de Educación Primaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mejora de reconocimiento y manejo emocional, mejora de la expresión de la ira y la felicidad. Clima del aula más positivo.</li> </ul>

*Fuente: elaboración propia.*

## Revisión de Programas de Educación Emocional en la Familia

En la tabla 2 se presentan cuatro programas de EE dirigidos a ser implantados únicamente en la Familia.

**Tabla 2**

*Tabla comparativa de diferentes programas de Educación Emocional en la Familia.*

<b>PROGRAMA Y AUTORES</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CONTENIDOS A TRABAJAR</b>	<b>RECURSOS EMPLEADOS</b>	<b>DESTINATARIOS</b>	<b>RESULTADOS</b>
<b>EDUCAR CON UNA SONRISA (Pérez, 2015)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentar la satisfacción personal.</li> <li>• Enseñar habilidades parentales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades parentales.</li> <li>• Competencias emocionales.</li> <li>• Pensamientos parentales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato grupal.</li> <li>• Impartido por un experto de la psicología clínica.</li> <li>• Dinámicas y entrenamientos cognitivo-conductuales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres y madres de niños entre 0-12 años.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disminuir niveles de ansiedad, estrés y depresión relacionados con la educación.</li> </ul>
<b>ENSEÑAR A LOS HIJOS A CONVIVIR (Segura y Mesa, 2011)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejorar la convivencia familiar y fomentar asertividad.</li> <li>• Facilitar herramientas para gestionar las emociones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender a pensar.</li> <li>• Fomentar el razonamiento moral.</li> <li>• Trabajar las habilidades sociales y la EE.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profesionales de la psicología, de la educación, etc.</li> <li>• Material didáctico (papel, bolígrafos) y digital (presentaciones).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres y madres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejora de la convivencia familiar y entender las emociones de los hijos y las suyas como padres.</li> </ul>
<b>SECRETO PARA UNA FAMILIA FELIZ (Muñoz, 2007)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de IE en los padres.</li> <li>• Desarrollo de habilidades emocionales, empatía, IE, autoconsciencia en los padres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inteligencia emocional en los padres (trabajar la empatía).</li> <li>• Entender las emociones de nuestros hijos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Textos y casos sobre los que trabajar, juegos.</li> <li>• Ejercicios para reflexionar y reconocer emociones, así como estrategias emocionales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guía para familias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hijos más adaptados, manejo de emociones en la familia y vínculos sanos.</li> </ul>
<b>IE EN FAMILIA (Murillo, Sánchez-Gómez y Bresó, 2020)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres con mayor gestión sobre las emociones propias y ajenas (desarrollo de habilidades emocionales).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PRIMERA FASE: los padres aprenden conceptos sobre la IE.</li> <li>• SEGUNDA FASE: se ponen práctica los conocimientos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profesionales expertos.</li> <li>• Recursos visuales, participación imágenes, dibujos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres de niños de 3-6 años.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres con mayor gestión emocional y mayor autoconocimiento.</li> </ul>

*Fuente: elaboración propia.*

## *Revisión de programas de Educación Emocional en la Familia y la Escuela*

### **1. Programas EMOCIONES. Pensando las emociones con atención plena (Giménez-Dasí et al., 2017).**

El programa EMOCIONES está dirigido a niños entre 2-5 años (Educación Infantil) pues defiende que desde estas edades se puede “formatear” la mente para dar lugar a patrones de pensamiento y comportamiento saludables. Tiene como objetivo enseñar las competencias socioemocionales imprescindibles para la vida, así como la gestión de las emociones, las habilidades sociales y fomentar la empatía.

Este programa surge tras revisar los programas de EE actuales y encontrar dos limitaciones: 1. Los beneficios de estos programas no parecen durar en el tiempo y 2. Los conocimientos emocionales adquiridos en el aula no tienen una generalización fuera de esta, es decir, no se extrapolan a contextos reales (amigos, familias, conflictos en el día a día, etc).

Lo característico de este programa es que después de cada sesión se propone una actividad para realizar en casa con las figuras de referencia. Es una forma de garantizar que las familias se comprometen y se implican en la EE de sus hijos. Este proyecto defiende la idea de que cualquier programa de IE tendrá limitaciones en la medida en la que no se pueda aplicar a todos los contextos de los que forma parte el menor.

Debido a que en cada etapa educativa se trabajan contenidos diferentes estos autores han desarrollado programas distintos para Educación Infantil y para Educación Primaria. Las actividades que se realizan para los niños de Infantil están basadas en juegos y actividades lúdicas. El programa “Pensando las emociones” de Educación Infantil se divide en dos etapas, la primera se dirige a niños de entre 2-3 años y la segunda entre 4-5 años. Los materiales utilizados en ambos programas son los siguientes: marionetas, juegos, cuentos, cuestiones a debatir y el diálogo filosófico.

Vemos a continuación ejemplos concretos de varias actividades: La actividad: “Me gusta y no me gusta” busca que el menor discrimine las cosas que le hacen sentir bien de las que no. “Las metáforas emocionales: trabajando las emociones a través del lenguaje”, para que el alumno pueda entender las metáforas emocionales que utilizamos para decir cómo nos sentimos. Por ejemplo: “Ponerse como un tomate” para expresar que sientes vergüenza.

Un ejemplo de actividad para realizar en casa sería: “Expresando las emociones en casa”, tiene como objetivo la generalización del trabajo en el aula. La actividad “Haciendo como si...” consiste en adivinar qué emoción se corresponde con la cara que estoy representando: poner cara de alegría, enfado, miedo o tristeza y el menor intenta averiguar qué emoción es.

Otra actividad para realizar en casa consiste en que los padres pregunten a sus hijos qué cosas les gustan y cuáles no de cierta actividad/situación (ir al parque, comer, dormir) para, a continuación, etiquetar con una emoción la respuesta del niño. Por ejemplo, el menor dice que le gusta tirarse por el tobogán, entonces el padre puede decir “Tirarte por el tobogán te gusta mucho y te pone muy contento”. Otra de las actividades para casa es realizar un “cuaderno de las emociones” diseñado a partir de dibujos, fotografías o por escrito. O la actividad llamada “el baúl del miedo”, en la que los padres construyen un baúl para que los niños se refugien cuando algo les asusta, como primer paso para manejar la emoción.

Al final de cada sesión se dedica un apartado en el que se proponen actividades para realizar en casa. Estas actividades están relacionadas con el trabajo hecho ese día en el aula, por lo que fomenta la continuidad y un aprendizaje significativo.

## **2. Aprender Seguros: Escuelas que Cuidan (Halty et al., 2020).**

El programa integral Aprender Seguros: Escuelas que Cuidan (ASEC) desarrollado en la Universidad Pontificia Comillas (Instituto Universitario de la Familia) tiene como objetivo formar a profesores de Educación Infantil para sensibilizarles sobre la importancia de enseñar EE y social en las escuelas. También busca capacitar a los docentes para que puedan entender y manejar las señales afectivas que tiene el niño en el colegio.

Aprender Seguros parte de la premisa de que no se puede aprender contenido de ningún tipo si la persona no se siente segura. El niño y cualquier ser humano aprende en la medida en la que siente que está en un clima tranquilo, permitiéndose así tomar más o menos riesgos y explorar más activamente el entorno. Este programa se basa en la teoría del apego y está formado por 3 módulos:

1. Promoviendo la seguridad en el aula: Este módulo está dirigido a los docentes, con el objetivo de que puedan convertirse en figuras de apego seguras para los alumnos.

Se centra en enseñar a los profesores cómo responder a las demandas afectivas de los niños.

2. Claves para la colaboración Familia-Escuela: A partir de intervenciones y dinámicas que den lugar a la colaboración entre ambos contextos.
3. Gestión y dirección de equipos educativos: Los directores del centro educativo fomentarán la creación de un modelo de atención e intervención que priorice la seguridad relacional.

Aprender Seguros trabaja sobre los vínculos que establecen, por un lado, los profesores con los niños y, por otro, estos con sus familias. Buscan fomentar vínculos seguros para que los niños puedan sentirse bien consigo mismos y para que sean capaces de realizar los procesos de aprendizaje que se dan en la escuela. Este programa está basado en la teoría del apego la cual defiende que para que el niño pueda regular sus propios procesos (tener autoestima, autocontrol, autonomía...) primero ha tenido que aprender esos procesos en la relación con un otro. Necesitamos a otras personas para estar dispuestos al aprendizaje y a la exploración.

El aspecto diferencial de este programa es buscar que las familias sientan que forman parte del proyecto educativo de sus hijos y en consecuencia que los niños disfruten de los beneficios de esta alianza. Además, defiende la idea de que la relación que se da entre la familia y la escuela influye enormemente en la seguridad del niño. Es por esto por lo que el programa dedica el módulo dos a trabajar la alianza entre ambos contextos, para que se puedan coordinar y generen vínculos de cuidado que protejan al menor. Para el trabajo con las familias desde la escuela se deben poner en marcha cuatro actitudes fundamentales: disponibilidad, sensibilidad, aceptación/cooperación y la escucha de las necesidades de las familias para comprenderlas. En este proyecto se defiende la idea del cuidado a nivel ecológico, entendiendo como tal la idea de que la educación no depende de un único contexto, sino que depende de muchísimos actores presentes a lo largo de la vida del niño.

### **3. Programa RETO (Respeto, Empatía y Tolerancia) (Solaz, 2017).**

Eva Solaz, autora del Programa RETO, defiende que la dificultad que presenta la enseñanza de la EE radica en que actualmente vivimos en una sociedad muy enfocada en conseguir resultados medibles y cuantificables, y esto es algo que con las emociones no podemos hacer. Además, para esta autora el éxito de un programa emocional estará muy influenciado por el educador que lo implemente, dando una gran importancia al papel de los docentes.

RETO es un programa de EE basado en el modelo de inteligencia de Salovey y Mayer, destinado a niños de 3 a 12 años. Busca ofrecer tanto a los profesores como a las familias una serie de recursos (como cuentos, actividades y dinámicas) para facilitar la enseñanza del Respeto a los demás, la Empatía y la Tolerancia. El objetivo es lograr el desarrollo global del menor a través de la enseñanza de las competencias emocionales y del desarrollo de la conciencia emocional. Para llevar a cabo el trabajo de dichas competencias en el colegio, se dedicará una sesión semanal donde se aprenderán las claves de IE. Además, se dispondrá de un espacio concreto en el colegio (siempre será el mismo) para llevar a cabo las actividades (espacio de relajación y calma y dos espacios de resolución de conflictos).

La implicación de las familias al programa es plena, ya que se consideran una parte crucial del aprendizaje emocional. Para ello se realiza una reunión previa a la aplicación del programa en la que se explica el proyecto y después se llevan a cabo reuniones trimestrales con las familias. Además, se elabora una carpeta con las actividades, las pautas y algunas sugerencias para el trabajo en casa y se invita a las familias a participar en la clase de EE. Por último, se crean 3 talleres emocionales dirigidos a las familias y al finalizar el programa se hace una jornada de puertas abiertas para presentar el trabajo realizado durante el curso.

Al tratarse de un programa integral, el capítulo 9 del libro “Estrategias para educar las emociones en el ámbito familiar” va dirigido a que los padres puedan desarrollar su propia conciencia emocional para que puedan entender las emociones de sus hijos sin juzgarlas. En este capítulo se proponen muchas actividades para que los padres puedan trabajar la EE en casa.

Una de las actividades propuestas para los padres es crear un “decálogo de las familias emocionalmente positivas” en casa con 10 mandamientos en el que todos los miembros de la familia se comprometen a cumplirlos, los tres primeros mandamientos son los siguientes:

1. Pedir ayuda siempre que la necesitemos.
2. Expresar los sentimientos por medio de las palabras y de las muestras de afecto.
3. Hablar siempre con respeto y cariño.

Este programa ha sido implantado en un colegio de Valencia y los resultados han demostrado grandes mejoras tanto en el aula como en la relación con las familias.

#### **4. THINK EQUAL – PRIMEROS AÑOS. Programa de Aprendizaje Socio-Emocional en España (Lumgair, 2016).**

Think Equal es un programa de Aprendizaje socioemocional que ha sido creado de manera conjunta por la Fundación Gomaespuma y la organización “Think Equal”. Se trata de un proyecto integral sobre educación socioemocional que se empezó a implantar el curso pasado en varios colegios de la Comunidad de Madrid, en el segundo ciclo de Educación Infantil (3-6 años), por lo tanto, está dirigido a los primeros años de vida. Está basado en libros de cuentos originales y se organiza en 36 temas, siendo cada tema una lección sobre aprendizaje emocional. Este programa está desarrollado por el Centro de Inteligencia Emocional de la Universidad de Yale y por la “Federation University” de Australia.

Se centra en los primeros años ya que consideran que es el momento en el que las actitudes y la personalidad se están formando, siendo el periodo más fácilmente influenciable.

El programa se divide en tres sesiones semanales cada una de media hora de duración y tiene una extensión de treinta semanas al año. Se trata de un programa práctico, dinámico y adaptado a las tecnologías que busca fortalecer positivamente la confianza y la autoestima de los niños de segundo ciclo de Educación Infantil. Se realizan actividades, juegos de roles, canciones y cuentos como herramientas para el aprendizaje.

Think Equal establece una colaboración entre las familias y la escuela, pues involucra a las familias de manera directa a través de tareas para realizar en casa. El programa no trabaja simultáneamente con los niños y las figuras de referencia de estos, sino que está dirigido principalmente al aprendizaje en el aula. Posteriormente, dedican una sección para aquellos padres que estén interesados en trabajar con sus hijos los contenidos aprendidos. Es decir, el programa no logra establecer un vínculo significativo entre padres y escuela en la enseñanza de la EE.

Sin embargo, la base del programa se fundamenta en que tanto los padres como los educadores profesionales son figuras imprescindibles en la educación del menor, y por ello deben de trabajar simultáneamente. De este modo, se dedican numerosas actividades a las familias, para que el trabajo en el aula se vea complementado con el trabajo en casa.

## **5. Programa Integral Breve de Educación emocional para menores de tres años (Tárraga, 2016).**

Este programa ha sido creado para niños menores de tres años con el objetivo de ayudarles a conocer, valorar y manifestar sus propias emociones. Está basado en el modelo de aprendizaje propuesto por Bisquerra y Pérez (2007) que se centra en enseñar las cinco dimensiones de las competencias emocionales: conciencia, regulación, autonomía, habilidades socioemocionales y habilidades de vida y bienestar. Además, es un programa que defiende y apoya la importancia de la EE desde edades tempranas.

Una característica de este proyecto es que se centra en valorar si la participación de las familias en el proyecto mejora la adquisición de habilidades emocionales por parte del alumno. A partir de un análisis concluye que la participación conjunta de familia y la escuela da lugar a un aprendizaje más consistente y profundo de las habilidades emocionales. Por tanto, apoya que el colegio debe colaborar activamente con las familias para favorecer el desarrollo global e integral del menor.

### **Discusión**

A continuación, se presenta un análisis fruto de la revisión de los programas que tiene como objetivo presentar aquellos aspectos comunes y diferenciales entre los diferentes programas, con el fin de consolidar y unificar la información recogida en las tablas. Mencionar que se han revisado total de cuatro programas diseñados para la Escuela y un total de cuatro programas diseñados para ser implantados en la Familia, previamente se ha hecho un análisis de un mayor número de programas para finalmente seleccionar los cuatro más adecuados para cada contexto.

En primer lugar, en cuanto a los aspectos comunes de los programas diseñados para la Escuela, destacar lo siguiente: Todos los programas analizados han sido aplicados una o varias veces y evaluados posteriormente. Es decir, no se quedan únicamente en la teoría, sino que se trasladan a la práctica y después son evaluados. La finalidad de esta evaluación es observar si se están cumpliendo los objetivos, así como observar posibles beneficios (de la aplicación del programa) tanto en el alumno como en el clima general del aula.

Estas evaluaciones se hacen a través de cuestionarios y/o “tests” con el fin de establecer un seguimiento, ver los avances o las mejoras que se están produciendo, así como posibles

fallos y situaciones a mejorar. Podría decirse que son muy útiles para saber si los programas emocionales son realmente efectivos en el aula.

Un aspecto importante a destacar es que todos los programas dan como resultados una disminución en las conductas de riesgo y situaciones conflictivas (violencia, ira, mayor autocontrol...), por lo tanto, los programas previenen este tipo de conductas, mejorando en consecuencia el clima del aula. Por ello, puede concluirse que el desarrollo de las habilidades emocionales no solo da lugar a mejoras en estas áreas (autoestima, empatía, IE...) sino que influye positivamente en otras áreas de la vida del menor, aumentando así el bienestar integral. A mayor EE mayor adaptación a la vida.

En cuanto a diferencias entre los programas diseñados para la Escuela, mencionar lo siguiente: Cada programa trabaja unos contenidos emocionales diferentes, es decir, no existe consenso a la hora de concretar qué contenidos específicos hay que trabajar. Cada programa establece sus propios objetivos, temas a trabajar y recursos a emplear para conseguirlos. Esto puede deberse a la falta de conocimiento general sobre la EE y de un plan con carácter real y contenidos concretos en el currículo actual de la Comunidad de Madrid. Por ejemplo, puede verse cómo algunos programas se centran en la creatividad, otros en la empatía, otros en la IE... aunque son conceptos íntimamente relacionados, siguen siendo diferentes. La legislación educativa en nuestro país no menciona claramente cómo trabajar la EE y, por lo tanto, es difícil que las instituciones educativas sepan qué contenidos deben trabajar, dejando en sus manos esta elección.

Por otro lado, se puede constatar la importancia de que los docentes estén formados en EE para que los alumnos puedan adquirir las competencias emocionales. Puede verse cómo solo dos programas (“Educación Responsable” y “Emocionémonos”) realizan una formación previa a docentes y tutores en materia emocional, considerándolo aspecto diferencial de la eficacia de un programa emocional. Como se sabe, el profesor es visto como modelo a seguir de sus alumnos, si este no tiene las habilidades emocionales, difícilmente servirá de ejemplo para que los menores las aprendan. Por lo tanto, se concluye que la formación del profesorado en EE es un aspecto central que deberían tener en cuenta todos los programas.

Respecto a los programas diseñados para la Familia, destacar los siguientes aspectos comunes: En los diferentes programas puede verse reflejado cómo el buen manejo y

expresión de las emociones (EE) en el ámbito familiar produce importantes beneficios en la dinámica escolar. Además, estos programas tienen un impacto directo en las relaciones sociales (y, siendo conscientes de que el mundo relacional del niño se centra en el ámbito escolar), se ve una mejora en la prevención de posibles conflictos y/o problemas futuros.

Por otro lado, todos los programas para Familia inciden en la importancia de que los padres (figuras de referencia del menor) tengan las habilidades y recursos necesarios para gestionar su mundo emocional, haciendo hincapié en la importancia de que los padres sean emocionalmente inteligentes y así puedan enseñar y transmitir mejor la esencia de la EE.

Finalmente, los cuatro programas analizados son impartidos por un profesional de la Psicología o de la Educación, esto transmite la idea y la necesidad de ser rigurosos en nuestra práctica, trasladando el mensaje de que la EE es una tarea importante y que tenemos pendiente como sociedad. Además, todos los programas son de carácter voluntario, al contrario que los programas escolares que forman parte del horario escolar. Puede concluirse, por tanto, que los programas de EE en la familia dependerán del interés e importancia que los padres den al aprendizaje de este tipo de educación.

En cuanto a diferencias entre estos programas, al contrario que en el caso anterior, puede decirse que no se encuentran diferencias especialmente relevantes o llamativas pues todos ellos trabajan contenidos parecidos. En los detalles se puede apreciar, por ejemplo, cómo uno de los programas sí que habla de la importancia de educar en asertividad, mientras que otros programas trabajan otros aspectos de la IE. En cuanto a los contenidos, tampoco existe consenso sobre qué contenidos deben enseñarse a las familias.

Como reflexión final fruto de la revisión de los programas familiares mencionar lo siguiente: Se ha visto que los programas tienen una duración media de uno o dos meses, lo que hace pensar en si realmente es un tiempo lo suficientemente largo cómo para cambiar las formas de funcionamiento familiares que están tan instaladas en la dinámica relacional. Además, se puede ver cómo los destinatarios comprenden un grupo muy amplio de edades, cuestionando la utilidad de los contenidos teóricos, ya que se considera que estos deberían adaptarse al momento evolutivo del menor, así como a su funcionamiento y personalidad.

Por otro lado, sí que puede verse cómo los resultados en ambos contextos evidencian la enorme utilidad de aplicar estos programas y las mejoras que producen. Aunque hay mucho

por hacer y perfeccionar, no debemos olvidar que se está intentando y se está haciendo bien, y eso en sí mismo, es esperanzador y nos anima a continuar enseñando EE.

Por último, respecto a los programas emocionales Familia-Escuela analizados se ha podido observar que estos sí incluyen a las familias en sus planes de acción a través de actividades para realizar en casa, reuniones, asistencia a talleres, conferencias, etc, con el fin de generalizar los conocimientos emocionales aprendidos en clase. De este modo, se podría afirmar que la familia se tiene en cuenta a la hora de educar emocionalmente en las aulas, puesto que la importancia de la unión Familia-Escuela es señalada y se destinan tareas para que las familias no queden fuera y participen del proyecto. Sin embargo, estas actividades se presentan en todos los programas como una oportunidad, es decir, la puesta en práctica de dichas actividades dependerá de la preocupación, interés e implicación de cada familia.

Además, se observa que, por lo general, son tareas puntuales para las familias y que no se da un trabajo sistemático en el tiempo y supervisado de manera constante que realmente sea efectivo. La familia puede participar en estos programas si así lo decide, pero no se trata de un trabajo en equipo con la Escuela basado en mismos objetivos y metas. De esta forma, la familia queda relegada a un segundo plano, siendo una ramificación de un trabajo que principalmente se da en la escuela, en donde los profesores son considerados los principales responsables de la educación del menor.

Por tanto, el mejor escenario para la EE y para lograr el bienestar personal y social del menor (que es nuestro objetivo prioritario) debe ser aquel en el que las familias se comprometan con las propuestas de los programas emocionales, comprendiendo que son parte fundamental del aprendizaje emocional del menor y por ello imprescindibles en el proceso.

La EE no se puede percibir desde un plano individualista ya que el ser humano es en esencia comunitario y estos procesos adquieren sentido y relevancia en la relación. Por tanto, no solo es fundamental llevar a cabo un programa riguroso y que haya sido validado científicamente, sino que también es necesario un programa que integre de manera eficaz y realista a las familias. En definitiva, para enseñar EE a los alumnos debemos formar tanto a profesores como a sus familias, para favorecer así el mejor aprendizaje emocional de los menores (Cabello y Fernández, 2016).

## Conclusiones

A lo largo del presente trabajo se ha podido confirmar la importancia de la EE en la Primera Infancia y la necesidad de que los principales contextos de socialización del niño, la díada Familia-Escuela, colaboren activamente en su enseñanza. Por ello, a partir de una minuciosa y exhaustiva selección de diferentes programas emocionales actuales diseñados para incluir a ambos agentes, se ha podido responder a la pregunta de investigación planteada desde un inicio: ¿realmente existe una colaboración verdadera y eficiente entre Familia-Escuela para que los niños desarrollen plenamente las habilidades emocionales? Como se ha comentado previamente en la Discusión, actualmente los programas de EE escolares sí incluyen a las familias en sus proyectos. Sin embargo, no puede afirmarse que se trate de un trabajo sistemático y continuado en el tiempo, pues la participación de las familias se limita a una serie de actividades puntuales, sin ser este un trabajo supervisado por ambos agentes.

La educación a nivel formal siempre se ha realizado a través de los educadores escolares (profesores y otras personas implicadas en la educación). Sin embargo, se sabe que la educación en materia de emociones sería más eficaz si los padres, que son las primeras figuras con las que el niño se relaciona, tuvieran los conocimientos que se necesitan para enseñarlas y participaran de este proceso (Murillo et al., 2020). Actualmente y en la sociedad en la que vivimos, las familias consideran que la educación de sus hijos depende de los docentes y de otros profesionales, por lo tanto, nos encontramos con familias que se desentienden de la educación de sus hijos y más aún de la EE, por falta de tiempo e interés, entre otros factores. Por ello, buscar el enlace de dos contextos fundamentales en la vida del niño como son la familia y la escuela debería ser el fin principal de la educación, las familias deben sentirse parte del proceso de aprendizaje de sus hijos (Guitart et al., 2018).

La propuesta para que los programas emocionales sean realmente efectivos se centra en establecer una relación con las familias basada en la comunicación constante de necesidades. El maestro debe conocer, comunicar, aceptar, cuidar y acoger a cada familia para saber qué es lo que esta necesita y, en consecuencia, para conocer la situación personal de cada niño (Berástegui et al., 2021). Es importante que se cree un vínculo seguro entre la Familia-Escuela previo a la aplicación de cualquier programa para que este funcione, además este vínculo debería construirse desde los primeros años. Empezar a construir un vínculo de seguridad desde que el menor entra en el centro, que permita a las familias confiar

en los maestros y viceversa, donde el colegio se convierta para las familias en un lugar de escucha donde compartir puntos de vista y necesidades. De ese modo, en el momento de aplicar un programa de EE la relación ya estaría fuertemente consolidada, por lo que contar con la participación e implicación de las familias en el proceso sería más fácil. Además, al ser la primera infancia el periodo más crítico para el aprendizaje del menor, esta relación Familia-Escuela temprana impactaría positivamente en este (Guitart et al., 2018).

Respecto a las limitaciones del trabajo, señalamos la dificultad de encontrar investigaciones que respalden datos concretos de los beneficios de estos programas Familia- Escuela. Es decir, existen un volumen importante de estudios que demuestran los beneficios de los programas aplicados en la escuela o en la familia, pero cuando se habla de la díada Familia-Escuela el volumen de programas es bastante inferior y además no parece haber todavía estudios que verifiquen sus beneficios a corto y largo plazo. Ha sido una limitación debido a la novedad del tema de estudio, prácticamente la importancia de la unión Familia-Escuela a la hora de enseñar EE es un tema que está empezando a nacer. Por lo tanto, es probable que un futuro se demuestren los múltiples beneficios de estos programas conjuntos.

Al tratarse de un tema de estudio muy interesante y que concierne a psicólogos, profesores, educadores y otras figuras implicadas en el desarrollo del niño, constantemente se actualiza información y se llegan a nuevas conclusiones. Por lo tanto, a pesar de que la EE es un tema que últimamente está siendo muy investigado, todavía queda mucho camino por recorrer.

Respecto a futuras preguntas de investigación se plantea la siguiente: una vez corroborada la importancia de la enseñanza de la EE preventiva desde edades tempranas y sus beneficios para la vida adulta, ¿cómo podemos promover escuelas que generen vínculos significativos con las familias y relaciones recíprocas de afecto desde los primeros años? Pues un escenario donde las relaciones Escuela-Familia sean positivas es el mejor medio para poder favorecer el bienestar del menor. Antes de implantar un programa de EE en el aula, debemos conocer a las familias, entender la situación particular de cada niño y comunicarnos con estas para que comprendan la importancia de su implicación en este tipo de proyectos. Todo parte de la creación previa de una relación significativa a la que las familias puedan acudir a lo largo de todo el proceso de enseñanza emocional, lo que actualmente es un reto educativo para la comunidad educativa puesto que es un tema que requiere esfuerzo, participación y compromiso por parte de ambos agentes (Guitart et al., 2018).

## Referencias

- Arguís R., Bolsas, A., Hernández, S. y Salvador, M. (2012). *Programa Aulas Felices Psicología Positiva aplicada a la Educación*. Zaragoza: Equipo SATI. <https://pavlov.psyciencia.com/2013/03/Aulas-felices.pdf>
- Berástegui, A. y Gómez, B. (2009). El derecho del niño a vivir en familia. *Miscelánea Comillas*, 67(130), 175-198. <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/894/755>
- Bermúdez, M. P., Teva Álvarez, I. y Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas Psychologica*, 2(1), 27-32. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64720105>
- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Desclée de Brouwer.
- Bisquerra, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Síntesis.
- Bisquerra, R. y García, E. (2018). La educación emocional requiere formación del profesorado. *Participación Educativa: Participación, educación emocional y convivencia*, 5(8), 15-27. [https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:9782177d-4a4c-45f4-bdbc-5de7384212c4/pe-n8\\_03art\\_bisquerra-garcia.pdf](https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:9782177d-4a4c-45f4-bdbc-5de7384212c4/pe-n8_03art_bisquerra-garcia.pdf)
- Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid (2022, 9 de junio). Decreto 36/2022, de 8 de junio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Infantil. 9 de junio de 2022. [https://www.comunidad.madrid/transparencia/sites/default/files/5-decreto\\_educ\\_infantil-bocm.pdf](https://www.comunidad.madrid/transparencia/sites/default/files/5-decreto_educ_infantil-bocm.pdf)
- Boletín Oficial del Estado (2020, 29 de diciembre). Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*. 30 de diciembre de 2020. <https://www.boe.es/boe/dias/2020/12/30/pdfs/BOE-A-2020-17264.pdf>
- Boletín Oficial del Estado (2020, 30 de diciembre). Ley Orgánica 3/2020 de Educación. *Boletín Oficial del Estado*. 30 de diciembre de 2020. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>
- Boletín Oficial del Estado (2022, 2 de febrero). Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*. 2 de febrero de 2022. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>
- Cabello, E., Pérez, N., Ros, A. y Filella, G. (2019). Los programas de educación emocional happy 8-12 and happy 12-16. Evaluación de su impacto en las emociones y el bienestar. *REOP*, 30(2), 53-66. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.30.num.2.2019.25338>
- Cabello, R. y Fernández-Berrocal, P. (2016). Programas para enseñar la inteligencia emocional en las escuelas. Ideas para una adecuada implementación. *Padres y Maestros*, 368, 11-17. <https://doi.org/10.14422/pym.i368.y2016.002>
- De Andrés, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias Pedagógicas*, 10, 107-123. <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1856>
- Delgado-Gómez, M. S., Gómez-Díaz, M., Gómez-Sánchez, R. y Reche-García, C. (2019). Relación entre Inteligencia Emocional y Riesgo Psicopatológico en Estudiantes Universitarios. *Formación Universitaria*, 12(3), 39-46. <https://doi.org/10.4067/s0718-50062019000300039>

- EduCaixa (2023, 10 de febrero). *Emociona. Programa educativo para el desarrollo de las competencias emocionales* (2019). Fundación “la Caixa”. [https://educaixa.org/documents/10180/81071937/Emociona\\_ProgramaEducativo\\_ESP\\_2022-23.pdf/1c33d98d-a70f-8c9c-70d7-631099e239f7?t=1662718193003](https://educaixa.org/documents/10180/81071937/Emociona_ProgramaEducativo_ESP_2022-23.pdf/1c33d98d-a70f-8c9c-70d7-631099e239f7?t=1662718193003)
- Fernández-Abascal, E.G., y Palmero, F. (1999). *Emociones y Salud*. Ariel.
- Fernández-Berrocal, P. y Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 31-46. <https://ri.iberomx.org/handle/iberomx/6043>
- Fernández-Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). La Inteligencia emocional en la Educación. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(2), 421- 436. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121924009.pdf>
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge University Press.
- Fundación Botín (2023, 10 de febrero) *Educación Responsable* (2022). Fundación Botín. [https://ods.gub.uy/images/dossier\\_educacion\\_responsable.pdf](https://ods.gub.uy/images/dossier_educacion_responsable.pdf)
- Garaigordobil, M. (2018). La educación emocional en la infancia y la adolescencia. *Participación educativa*, 5(8), 107-127. [https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/178711/Garaigordobil\\_Educacion\\_Emocional.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/178711/Garaigordobil_Educacion_Emocional.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- García, E. (2017). *Formación del profesorado en educación emocional: Diseño, aplicación y evaluación* [Tesis Doctoral, Universidad de Barcelona]. [https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/454728/EGN\\_TESIS.pdf?seque](https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/454728/EGN_TESIS.pdf?seque)
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Paidós.
- Giménez-Dasí, M. y Quintanilla, L. (2009). “Competencia” social, “competencia” emocional: una propuesta para intervenir en Educación Infantil. *Infancia y Aprendizaje*, 32(3), 359-373. <https://doi.org/10.1174/021037009788964222>
- Giménez-Dasí, M., Fernández, M., Daniel, M.F. y Arias, L. (2017). *Pensando las emociones con atención plena. Programa de intervención para Educación Infantil*. Pirámide.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Gómez-Ortiz, O., Romera, E. M. y Ortega-Ruiz, R. (2017). La competencia para gestionar las emociones y la vida social y su relación con el fenómeno del acoso y la convivencia escolar. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 31(88), 27-38. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27450136006>
- Guitart, R.M., Alabart, M.A., Garreta, J., Macià, M. y Tort, À. (2018). *9 ideas clave. La relación entre familia y escuela*. GRAÓ.
- Gutiérrez, T. (2009). Educar las emociones en la primera infancia. *Crítica*, 59(964), 54-59. [http://www.revista-critica.com/administrator/components/com\\_avzrevistas/pdfs/38a777040ca01ecc623923098db31516-964-Educar-las-emociones-nov-dic-2009.pdf](http://www.revista-critica.com/administrator/components/com_avzrevistas/pdfs/38a777040ca01ecc623923098db31516-964-Educar-las-emociones-nov-dic-2009.pdf)
- Halty, A., Pitillas, C. y Berástegui, A. (2020). Aprender Seguros: Escuelas que Cuidan: Un programa para fortalecer los vínculos en la escuela. *Padres Y Maestros*, 384, 6-11. <https://doi.org/10.14422/pym.i384.y2020.001>
- Izard, C. E. (1977). *Human Emotions*. Plenum Press.
- Levenson, R. W. (2011). Basic emotion questions. *Emotion Review*, 3(4), 379–386. <https://doi.org/10.1177/1754073911410743>

- López-Cassá, E. (2011). *Educación de las emociones en la Infancia (de 0-6 años). Reflexiones y propuestas prácticas*. Wolters Kluwer.
- López, O., García, E. y Cuesta, J.D. (2023). El bienestar emocional de los docentes como factor determinante en los procesos de enseñanza/aprendizaje en el aula. *Estudios sobre Educación*, 44, 155-157. <https://doi.org/10.15581/004.44.007>
- Lozano, M. Y. y Hernández, S. (2022). Educación emocional en la legislación educativa. *Human Review. International Humanities Review*, 11(4), 1-17. <https://doi.org/10.37467/revhuman.v11.4023>
- Lumgair, H. (2016). *Think equal primeros años*. Think equal: Empoderar el cambio a través de la educación. <https://thinkequal.org/our-programmes/>
- Martins, C. (2018). *¡EMOCIONÉMONOS! Programa de Educación Emocional en aula de Primaria* [Trabajo Fin de Grado, Universitat Jaume I] [https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/177213/TFG\\_2018\\_MartinsRovira\\_Cristina.pdf?sequence=1](https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/177213/TFG_2018_MartinsRovira_Cristina.pdf?sequence=1)
- McClelland, D. (1973). Testing for Competence Rather Than for Intelligence. *American Psychologist*, 28(1), 1-14. <https://doi.org/10.1037/h0034092>
- Muñoz, C. (2007). *El secreto para una familia feliz: Guía para conocer, expresar y gestionar nuestros sentimientos*. Madrid: Dirección general de familia de la Comunidad de Madrid. <https://www.madrid.org/bvirtual/BVCM007172.pdf>
- Murillo, A. L., Sánchez-Gómez, M. y Bresó, E. (2020). Inteligencia Emocional en familia: un programa formativo para padres e hijos de 3 a 6 años. *Know and Share Psychology*, 1(4), 61-75. <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i4.4339>
- Palomero, P. (2009). Desarrollo de la competencia social y emocional del profesorado: una aproximación desde la psicología humanista. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 12(2), 145-153. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=217015206011>
- Pérez-González, J. C., Yáñez, S., Ortega-Navas, M. C. y Piqueras, J. A. (2020). Educación emocional en la educación para la salud: cuestión de salud pública. *Clínica y Salud*, 31(3), 127-136. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a7>
- Pérez, C. (2015). *Educación con una sonrisa: Aprendamos a educar desde el sentido común*. Carmen Pérez.
- Quintanilla, L., Giménez-Dasí, M., Sarmiento-Henrique, R. y Lucas-Molina, B. (2022). La Comprensión Asíncrona de las Emociones Básicas: un Estudio Longitudinal con Niños de 3 a 5 Años. *Psicología Educativa*, 28(1), 71-79. <https://doi.org/10.5093/psed2021a27>
- Russo de Sánchez, A. R., Reales, L. P. y Mayor, D. P. (2022). Programa de educación emocional: “Aventurémonos en familia”. *Human Review. International Humanities Review*, 11(20), 1-16. <https://doi.org/10.37467/revhuman.v11.4112>
- Sadurní, M. y Rostan, C. (2004). La importancia de las emociones en los períodos sensibles del desarrollo. *Infancia y Aprendizaje*, 27(1), 105-114. <https://doi.org/10.1174/021037004772902132>
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Segura, M. y Mesa, J. (2011). *Enseñar a los hijos a convivir. Guía práctica para dinamizar escuelas de padres y abuelos. Talleres de competencia social*. Desclée de Brouwer.

- Solaz, E. (2017). Programa RETO. Respeto, Empatía y Tolerancia. *Actividades de educación emocional para niños de 3 a 12 años*. Desclée de Brouwer.
- Suberviola, I. (2020). Aspectos básicos sobre el concepto y puesta en práctica de la coeducación emocional. *Foro de Educación*, 18(1), 189-207. <http://doi.org/10.14516/fde.682>
- Tárraga, M. J. (2016). Eficacia de un programa integral breve de educación emocional para menores de tres años. *Psicología y educación: Presente y futuro*, 1414-1421. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/63976>
- Torrijos, P., Martín, J. F. y Rodríguez, M. J. (2018). La educación emocional en la formación permanente del profesorado no universitario. *Profesorado, Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado*, 22(1), 579-597. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v22i1.9943>
- Trujillo, E., Ceballos, E. M., Trujillo, M. D. C. y Moral, C. (2020). El papel de las emociones en el aula de educación Infantil. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 24(1), 226-244. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v24i1.8675>
- Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 4(2), 0. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41040202>