

GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN  
PRIMARIA  
2019-2020

REVISIÓN SISTEMÁTICA DE  
PROGRAMAS DE EDUCACIÓN  
EMOCIONAL EN EDUCACIÓN  
PRIMARIA  
A SYSTEMATIC REVIEW OF EMOTIONAL  
EDUCATION PROGRAMS IN PRIMARY  
EDUCATION

Autora: Irene Rivera Sanz

Directora: Raquel Palomera Martín

03/09/2020



## ÍNDICE:

<b>1. Introducción</b>	<b>4</b>
<b>2. Marco teórico</b>	<b>5</b>
<b>2.1 Conceptualización de la Inteligencia Emocional</b>	<b>5</b>
<b>2.2 La Inteligencia Emocional</b>	<b>6</b>
<b>2.2.1 Modelos de la Inteligencia Emocional</b>	<b>7</b>
<b>2.2.2 El modelo habilidad de Mayer y Salovey</b>	<b>9</b>
<b>2.3 Educación emocional</b>	<b>11</b>
<b>2.4 La importancia de desarrollar la Inteligencia Emocional</b>	<b>14</b>
<b>2.5 Programas de intervención: criterios a tener en cuenta</b>	<b>16</b>
<b>2.6 Legislación educativa sobre la Educación Emocional</b>	<b>17</b>
<b>3. Objetivos</b>	<b>19</b>
<b>3.1 Objetivo general</b>	<b>19</b>
<b>3.2 Objetivos específicos</b>	<b>19</b>
<b>4. Metodología</b>	<b>19</b>
<b>4.1 Evaluación y análisis de los programas</b>	<b>19</b>
<b>4.1.1 Criterios para la inclusión de los programas dentro del análisis</b>	<b>19</b>
<b>4.1.2 Criterios de análisis de los programas seleccionados</b>	<b>20</b>
<b>5. Resultados</b>	<b>21</b>
<b>6. Análisis y discusión</b>	<b>32</b>
<b>7. Conclusiones</b>	<b>39</b>
<b>8. Bibliografía</b>	<b>40</b>
<b>9. Anexos</b>	<b>42</b>
<b>9.1 Anexo I: Tabla de búsqueda de información</b>	<b>43</b>
<b>9.2 Anexo II: Resultados de la búsqueda de información</b>	<b>44</b>

## **Resumen**

La inteligencia y la educación emocional se han convertido en unos términos que causan gran controversia en la actualidad. Desde los años 90, el número de investigaciones referidas a este tema ha ido ascendiendo. Esta investigación ofrece una revisión de las principales aportaciones científicas que engloban la inteligencia emocional centrada en el ámbito educativo. A su vez, supone un análisis del diseño, aplicación y validación de programas, intervenciones o propuestas didácticas accesibles online que desarrollan las competencias de la IE en la etapa de Educación Primaria en España.

**Palabras Clave:** inteligencia emocional, educación, emociones, investigación.

## **Abstract**

Currently, intelligence and emotional education have become terms that cause great controversy. Since the 90s, the number of investigations related to this topic has been increasing. This research offers a review of the main scientific contributions that encompass emotional intelligence focused on the educational field. At the same time, it involves an analysis of the design, application and validation of programs, interventions or didactic proposals that develop the EI competences in Primary Education in Spain.

**Keywords:** emotional intelligence, education, emotions, research.

## 1. Introducción.

*“La inteligencia emocional te será indispensable para cruzar el río de la vida con fortuna”* (Berrocal y Díaz, 2016).

Desde hace años, la educación emocional es objeto de debate dentro del ámbito educativo. La educación no consta únicamente de impulsar el desarrollo cognitivo-académico, sino que debe estar dirigida al desarrollo integral, es decir al desarrollo físico, cognitivo, social, emocional y moral de los infantes (Diekstra, 2008).

El concepto de Inteligencia Emocional (IE) fue divulgado por Daniel Goleman en 1995 con su libro *Emotional Intelligence*, sin embargo, se considera que el primer artículo científico sobre este tema pertenece a Salovey y Mayer (1990). Podemos decir, por tanto, que el campo ‘emocional’ de la inteligencia comenzó a investigarse en los años 90 y que, con el tiempo, el interés ha crecido notablemente.

Las emociones han cobrado un importante papel dentro del aprendizaje. En la presente investigación se hará una revisión del marco teórico que aborda el constructo de IE con la ayuda de algunos autores como Gardner (1987), Trujillo y Rivas (2005), Salovey, Mayer y Caruso (2000) y se hará un análisis de las principales aportaciones de Fernández-Berrocal (2003) y Bisquerra (2003), entre otros autores.

El contenido de esta investigación comienza con una revisión teórica del constructo de IE, a lo que le precede los objetivos que se pretenden alcanzar, la metodología utilizada y una revisión y análisis de los datos encontrados. El objetivo principal es revisar de manera sistemática diversos programas online en castellano y estudios de educación emocional en Educación Primaria y realizar análisis que sirva como guía para los docentes acerca de los programas más recomendados para su utilización. Se revisarán programas únicamente accesibles online debido a la situación generada por el coronavirus.

Si bien es cierto que cada vez se tiene más en cuenta lo emocional en el proceso de desarrollo del individuo, aún es necesario informar, reformar el currículum educativo, las metodologías y la formación de los docentes para dar paso a una buena potenciación y desarrollo de la educación y la inteligencia emocional en las prácticas educativas.

## **2. Marco teórico.**

Para comenzar, es conveniente hacer un análisis de los conceptos clave por los que se rige la presente investigación. Se precisa de un análisis sistemático de las concepciones y proposiciones que componen la temática para poder establecer unas bases teóricas de la misma.

### **2.1 Conceptualización de la Inteligencia Emocional.**

El constructo de IE se apoya en los antecedentes científicos del campo de la inteligencia y la emoción.

El término de 'inteligencia' cuenta con dos suposiciones clásicas. La primera aborda que es una capacidad general única y que las personas la poseen en mayor o menor medida. La segunda suposición hace referencia a que ésta puede medirse a través de instrumentos estandarizados.

Ambas suposiciones fueron válidas hasta que Gardner (2007, p.71), quien apoya que la inteligencia es "el potencial biopsicológico para procesar información que puede generarse en el contexto cultural para resolver los problemas", afirmó que, dependiendo de cada persona, el ser humano cuenta con varios tipos de inteligencias. Por ello surgió la teoría "de las inteligencias múltiples" (Gardner, 1987) que antecede al constructo de inteligencia emocional. Gardner hizo una distinción entre siete tipos de inteligencias: lógico-matemática, cinético corporal, musical, espacial, lingüística, interpersonal e intrapersonal.

Se puede decir que la IE está formada por dos tipos de inteligencias que se complementan entre sí. Por un lado, se encuentra la inteligencia personal y, por otro, la interpersonal. La inteligencia personal trata sobre el bienestar de un

individuo, siendo esto la valoración personal de su vida basándose en la relación entre sus aspiraciones o metas que haya conseguido presentando un estado emocional óptimo (Ferragut y Fierro, 2012). Se trata de ser consciente de uno mismo, controlarse y autorregular las emociones propias, así como tener la capacidad de automotivarse.

De acuerdo con Castelló y Autet (2011, p.3), “la inteligencia interpersonal se refiere a la representación de estados internos de otras personas, los cuales incluyen estructuras complejas como son las intenciones, preferencias, estilos, motivaciones o pensamiento, entre otras”. En definitiva, se trata de tener capacidad empática y destreza social a la hora de relacionarse con los demás.

Hoy en día, aún existen diversas definiciones acerca del concepto de ‘emoción’, pero, si algo debemos tener en claro es que el estado emocional afecta de forma anímica a una persona y determina la forma en la que recibe los estímulos que proporciona el mundo. Hablamos de ‘emoción’ cuando sentimos una alteración en nuestro estado anímico producida por un sentimiento. Se trata de un estado de excitación o perturbación de nuestro organismo (Vázquez, 2006).

El término ‘emoción’ se entiende como una experiencia multidimensional con tres sistemas diferentes de respuesta: cognitivo/subjetivo; conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo (Montañés, 2005). “El conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes requeridas para comprender, expresar y regular correctamente los fenómenos emocionales se recoge bajo el nombre de “competencias emocionales” (Bisquerra, 2011, p.205)”.

## **2.2 La inteligencia emocional.**

La IE no cuenta con una única definición, sino que son muchos los autores que han querido establecer unas pautas para entender este concepto. De acuerdo con (Rodríguez, 2004, p.47), “el concepto de IE surge tras una reformulación científica del concepto inteligencia y del estudio de las habilidades emocionales y sociales en el ámbito de la psicología”.

Daniel Goleman (2008, p.75) expresa que la inteligencia emocional es la capacidad de motivarse a sí mismo, preservar el empeño a pesar de frustraciones y obstáculos, controlar los impulsos, regular nuestras emociones, empatizar y confiar en los demás, entre otros factores. Mayer y Cobb (2000, p.273) creen que es una habilidad para procesar la información emocional que incluye la percepción, asimilación, comprensión y dirección de las emociones. En sus estudios, Bharwaney (2010, p.33) nos explica que la inteligencia emocional es la capacidad de sintonizar emociones, comprenderlas y tomar las medidas necesarias.

Es de recalcar que, siendo la IE una habilidad o capacidad, podemos seguir incrementándola y ampliándola a lo largo del trascurso de nuestra vida. A pesar de la popularidad y del esfuerzo por investigar lo que supone la IE, los diversos modelos teóricos existentes dificultan que este término pueda ser considerado una nueva forma de inteligencia (Lusar y Oberst, 2004). Las últimas investigaciones permiten ser conscientes de que la inteligencia emocional es una habilidad mental diferente la cual dispone de instrumentos de medida propios y válidos.

### **2.2.1 Modelos de inteligencia emocional.**

Respecto a la inteligencia emocional, Mayer, Salovey y Caruso (2000) distinguen entre modelos mixtos y modelos de habilidad que se basan en el procesamiento de la información.

#### ***2.2.1.1. El modelo mixto de la inteligencia emocional.***

El *modelo mixto* concibe la IE como un conjunto de rasgos estables y variables de personalidad, competencias socio-emocionales, aspectos motivacionales y habilidades cognitivas. Entre los autores que defienden este modelo se encuentran Bar-On (2000), Goleman (1995) y Bisquerra (2003).

Bar-On cree que la IE es un conjunto de capacidades no cognitivas, competencias y habilidades que influyen en la capacidad de cada individuo para

obtener éxito (como se cita en Lusar y Oberst, 2004). Según este autor, la IE es un constructo formado por componentes intrapersonales (comprensión de las propias emociones, asertividad, autorrealización...), interpersonales (empatía, responsabilidad social relaciones interpersonales...), componentes de adaptabilidad (solución de problemas, flexibilidad...), del manejo del estrés (control de los impulsos y tolerancia del estrés) y del estado de ánimo (felicidad y optimismo) (Bar-On, 2010).

Goleman (1998, p.98) define la IE como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, motivarse y gestionar la emocionalidad en nosotros mismos y en las relaciones interpersonales”. Además, incluye en su concepción de IE un conjunto de atributos de personalidad, rasgos motivacionales o áreas de comportamiento (Extremera y Fernández-Berrocal, 2003). Se establecen una serie de componentes de la inteligencia emocional según Goleman (2008): el autoconocimiento emocional, el autocontrol emocional, la automotivación, la empatía y las relaciones interpersonales. Goleman fue uno de los autores que más importancia dio a la conciencia emocional, pues se trata de una competencia personal que dictamina la forma que tiene una persona de relacionarse consigo mismo y con los demás. Se distinguen dos tipos de procesos; el primero de ellos se refiere a reconocer los estímulos que proporciona el entorno y cómo repercuten en un individuo, el segundo trata de dar una razón a las manifestaciones emocionales y diferenciarlas (Goleman, 1999).

Bisquerra (2003) propone un modelo mixto o modelo pentagonal que cuenta con cinco dimensiones: regulación emocional, conciencia emocional, inteligencia interpersonal, autonomía personal y habilidades de vida y bienestar (Sánchez et al., 2019). Con conciencia emocional se hace referencia a tener la capacidad de tener conciencia de las emociones propias y de las del resto, incluyendo la habilidad de saber captar el clima emocional de un contexto en concreto. La regulación emocional trata de ser capaz de manejar las emociones apropiadamente. La autonomía emocional significa ser capaz de autogestionarse personalmente, incluyendo la autoestima, la responsabilidad, la autoeficacia emocional, capacidad de analizar y buscar ayuda y recursos. La

competencia social trata contar con la habilidad de mantener buenas relaciones con el resto. Por último, tener competencias para la vida y el bienestar se refiere a saber adoptar comportamientos apropiados para hacer frente a los desafíos de la vida de forma satisfactoria (Bisquerra y Pérez, 2012, p.70-74).

### **2.2.2 El modelo de habilidad de Mayer y Salovey.**

En el año 1997, Salovey y Mayer proponen la Teoría de la Inteligencia Emocional, tomando a Gardner y su teoría de las Inteligencia Múltiples como referencia.

Desde esta teoría, la IE se define como la “habilidad de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos de manera adecuada y la destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo o el de los demás” (Mayer y Salovey, 1997, p.2).

El *modelo de habilidad* concibe la IE como un hecho genuino basado en la adaptación de las emociones y su aplicación en el pensamiento.

El modelo que ha mostrado más robustez y viabilidad respecto a las investigaciones científicas sobre la IE es el modelo de habilidad de Mayer y Salovey (1997). La Inteligencia Emocional ha surgido como una forma nueva de inteligencia complementaria a las demás que se ha de desarrollar (Extremera y Fernández- Berrocal, 2003).

Su modelo se integra en base a cuatro ramas diferentes que hacen referencia a las habilidades emocionales que integran el concepto de IE:

- Rama 1: Percibir, evaluar y expresar emociones. Trata de la habilidad para reconocer conscientemente nuestras emociones, identificar nuestros sentimientos y ser capaces de expresarlos verbalmente.
- Rama 2: Facilitación emocional del pensamiento. Es la capacidad para generar sentimientos que nos faciliten pensar. Es decir, se trata de tener la habilidad para

redirigir y priorizar nuestros pensamientos, generar y revivir emociones, usar los estados emocionales para facilitar la superación de un problema y aumentar la creatividad.

- Rama 3: Comprensión emocional. Se trata de ser capaces de integrar nuestros sentimientos dentro de nuestro propio pensamiento y saber considerar los cambios emocionales complejos. Comprender cómo se relacionan nuestras emociones, ser conscientes de las causas y consecuencias de cada sentimiento, saber cómo interpretar emociones contradictorias y predecir las transiciones de una emoción a otra y su evolución.

- Rama 4: Regulación emocional. Se trata de tener la habilidad de dirigir y manejar nuestras emociones positivas o negativas de una manera eficaz. Estar abierto a cualquier tipo de emoción sin miedo a sentirla, reflexionar y escucharnos a nosotros mismos y nuestras emociones, manejar tanto nuestras emociones como las de los demás, etc.

Las habilidades que se dan en las diferentes ramas están jerarquizadas, pues cada una necesita de las anteriores. Estas cuatro ramas están organizadas desde los procesos psicológicos más básicos hasta los más elevados (Lusar y Oberst, 2004). Si bien es cierto que para una buena regulación emocional se necesita comprender las emociones y ser capaz de percibir las de forma apropiada, hay personas que cuentan con una gran capacidad de percepción, pero no con la comprensión y regulación emocional necesaria.

La IE se diferencia de la inteligencia social y de las habilidades sociales en que incluye emociones internas, privadas, que son importantes para el crecimiento personal y el ajuste emocional (Fernández- Berrocal y Pacheco, 2002). Cantor y Kihlstrom (1987) entienden como inteligencia social el conocimiento que tiene una persona sobre el mundo social, su capacidad para resolver conflictos diarios y conseguir sus propios objetivos (como se cita en Rodríguez, 2004).

## 2.3 Educación Emocional.

La Unión Europea (UE) define lo que es una competencia como:

"Combinación de destrezas, conocimientos, aptitudes y actitudes, así como la disposición de aprender, además del saber cómo. Las competencias clave representan un paquete multifuncional y transferible de conocimientos, destrezas y actitudes que todos los individuos necesitan para su realización y desarrollo personal, inclusión y empleo. Estas deberían haber sido desarrolladas para el final de la enseñanza, o formación obligatoria, y deberían actuar como la base para un posterior aprendizaje a lo largo de la vida".

Las competencias emocionales son la capacidad de utilizar unos recursos para resolver problemas ante experiencias específicas teniendo en cuenta identificar las emociones propias y las del resto. Siguiendo las aportaciones de algunos autores como Bisquerra, existen investigaciones que dictan que una persona competente emocionalmente es menos susceptible de caer bajo riesgo social y de salud (Salovey y Mayer, 1990). Se convierten en personas sanas, pues, por el contrario, una persona que no adquiere tales habilidades emocionales se verá carente de poder enfrentarse a la vida.

Aunque aún es problemático el hecho de establecer una serie de competencias emocionales definidas, se entiende que cualquier persona que tenga habilidades socioemocionales, autonomía emocional, regulación y conciencia de sus propias emociones, cuenta con los beneficios que este concepto proporciona.

Algunos de los objetivos que se pretenden alcanzar con el desarrollo de la educación emocional son (Salovey y Mayer, 1990):

- se aprendan a reconocer emociones propias y de los demás;
- se identifiquen y nombren las diversas emociones de forma correcta;
- se incremente la tolerancia ante situaciones de frustración o estrés;
- se regulen las propias emociones;

- se identifiquen con anterioridad los efectos de las emociones negativas;
- se sea capaz de construir emociones positivas y se desarrolle la capacidad de avanzar.

La educación emocional se ha convertido en una necesidad social. Su finalidad es contribuir a un mejor bienestar personal y social con el desarrollo de las competencias emocionales de los individuos (Bisquerra, 2003). Con su implantación se pretende responder a un conjunto de necesidades sociales que no pueden ser atendidas lo suficiente en la educación formal.

Siguiendo la afirmación de Bisquerra (2011, p.11), “la educación emocional es una respuesta a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en el currículum académico ordinario”. Estas necesidades pueden catalogarse como ansiedad, estrés, depresión, violencia, etc. El objetivo primordial de la educación emocional es el desarrollo de las competencias emocionales de los individuos, lo cual requiere de una práctica continua.

Es esencial tener en cuenta que la educación emocional debe iniciarse en los primeros momentos de la vida y conviene establecerse a lo largo del transcurso vital (Bisquerra, 2011). El período de Educación Primaria, que engloba a los niños entre 6 y 12 años, constituye un momento crucial para el desarrollo integral de la personalidad. La escuela debe, por lo tanto, desarrollar todas las dimensiones que abarcan la formación de las personas: cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-emocional (Plana, 2012).

Concebimos la educación emocional como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra 2003, p. 21).

Los contenidos de la educación emocional, tanto en programas destinados a los docentes como al alumnado suelen contar con una serie de temas comunes entre los que se encuentran: la conciencia emocional, la regulación de las

emociones, la motivación, las habilidades socio-emocionales... (Bisquerra, 2003).

La educación emocional es una forma de alcanzar el ideal de “escuela positiva”. En palabras de Bisquerra (2011), “la Psicología Positiva (PP) surgió para potenciar las investigaciones sobre las emociones positivas y el bienestar con la finalidad de llegar a aplicaciones prácticas y contribuir al desarrollo del bienestar personal y social”. La PP y la IE cuentan con una serie de parentescos o relaciones que fortalecen la construcción de ambos conceptos. Hoy en día, la PP se ha convertido en una gran necesidad, pues requerimos de fórmulas para hacer frente a la ansiedad, el estrés, depresión o trastornos de conducta que nos hacen la vida más difícil. La IE se encuentra dentro del paraguas de la PP aunque ésta engloba un concepto mucho más amplio.

A pesar de que la PP ha estado presente desde el surgimiento de la Psicología, su estudio científico en profundidad no surge hasta que Martin Seligman da una pincelada al concepto en uno de sus discursos de 1998.

La perspectiva de la PP no consiste sólo en el estudio de los grandes tópicos, sino también de los procesos cotidianos que facilitan la acción habitual (Moreno y Gálvez, 2010). Los principales temas que se abordan son las emociones positivas, la felicidad, el flujo y el bienestar emocional, poniendo un énfasis especial en los aspectos positivos del funcionamiento humano (Bisquerra, 2011).

El modelo de escuela tradicional hace referencia a un lugar donde se aprende a leer y escribir, donde se adquieren habilidades instrumentales y se obtiene información que se necesitará en un futuro. La PP pretende cambiar este modelo de escuela haciendo que sea un lugar donde se fundamenten sus dos pivotes principales: la felicidad y la sabiduría (Moreno y Gálvez, 2010). Además de transmitir habilidades instrumentales, la escuela debe enseñar al alumnado a vivir, ser felices y ser sabios.

Actuar e investigar sobre el desarrollo, la promoción y la prevención de salud y el bienestar es el claro objetivo de la PP. Esto solo puede hacerlo desde la escuela, un ámbito donde los procesos anteriores están en continuo movimiento.

Por el contrario, la escuela debe dejar de lado los procesos instrumentales y llevar a cabo tareas dirigidas a la vida. La PP y la escuela se convierten en una sinergia donde ambos pueden obtener un beneficio mutuo.

El enfoque de Escuela Positiva hace referencia a un lugar cuya organización sea eficaz, su profesionalidad sea motivacional y satisfactoria y, escolarmente, potencie el desarrollo institucional y personal del alumnado. Una escuela positiva, se convertirá, por ende, en una escuela saludable.

En el ámbito escolar, la tutoría se convierte en un espacio idóneo para desarrollar la educación emocional (Bisquerra, 2011). A su vez, debemos tener en cuenta que educar en las emociones no es un proceso que deba llevarse a cabo únicamente en un establecimiento educativo, pues las familias juegan también un papel importante en su desarrollo.

Durante las últimas décadas, la evaluación de la eficacia de programas destinados a mejorar las habilidades sociales, emocionales y morales de los niños ha cobrado importancia como objeto de estudio. Estos programas se denominan de Educación Emocional y Social (con las siglas en inglés, SEE), Aprendizaje Social y Emocional (SEL) o de Habilidades para la vida (SFL) – En la actualidad, aunque ya existen algunos estudios, se requiere de la realización de más meta-análisis que estudien la literatura científica en este ámbito. Esto consiste en combinar los resultados de estudios que aborden investigaciones de campos similares y permitan extraer unas conclusiones defendidas gracias a las estadísticas (Diekstra, 2008).

#### **2.4 La importancia de desarrollar la Inteligencia Emocional.**

Durante los últimos años, la necesidad e importancia de desarrollar la IE ha ido in crescendo. Diversos datos empíricos nos demuestran la cantidad de beneficios que trae consigo el desarrollo emocional. En la escuela es necesario que el docente se convierta en un “educador emocional” si lo que pretende es que su alumnado aprenda y desarrolle el uso inteligente de sus emociones. La

enseñanza se trata de una labor que requiere trabajo emocional (Pacheco, Peña y Garrido, 2016).

Los periodos principales en los que se produce el desarrollo emocional de los niños se encuentran en su infancia y adolescencia. En este período de tiempo, el individuo pasa una gran cantidad de su tiempo en el entorno escolar, donde el docente se convierte en un referente en cuanto a comportamiento, actitud, emociones y sentimientos. Ese “modelo adulto” pasa a ser la figura ideal que posee el conocimiento y la sabiduría. “Los docentes se implican en actividades como (como se cita en Extremera y Fernández-Berrocal, 2004):

- la estimulación afectiva y la expresión regulada de emociones positivas y negativas;
- la creación de ambientes que potencien la resolución de conflictos y las capacidades socio-emocionales;
- la enseñanza de habilidades empáticas, el saber escuchar y comprender la posición del resto;
- y/o la exposición a experiencias que se resuelvan con estrategias emocionales.”

La Educación emocional, dirigida al desarrollo de la IE, aporta al alumno un mejor ajuste socioescolar en lo que se refiere al rendimiento académico y conductas disruptivas; reduce el estrés y la ansiedad, además del consumo de sustancias como el alcohol o el tabaco en los jóvenes (Pena y Repetto, 2008). Además, mejora las relaciones con los iguales, reduce problemas conductuales y actos de violencia, aumenta la cantidad de sentimientos positivos sobre sí mismos, repercute de manera positiva en el estado de salud y en el bienestar psicológico y prepara para afrontar conflictos con éxito (Bello-Dávila, Rionda-Sánchez y Rodríguez-Pérez, 2010).

Es necesario tener claro que la IE debe enseñarse en la escuela, siendo ésta el contexto adecuado para su aprendizaje, pues influye en la adaptación social y psicológica de los alumnos, en sus logros académicos, su bienestar emocional y su futuro próximo (Berrocal y Díaz, 2016). Se necesita que las administraciones

sean conscientes de que es necesaria una formación a través del desarrollo de las habilidades emocionales (Pacheco, Peña y Garrido 2016).

### **2.5 Programas de intervención: criterios a tener en cuenta.**

Es importante destacar la importancia de mantener como objetivo educativo el diseñar estrategias cognitivas emocionales y sociales, seleccionar y aplicar programas de intervención, buscar diversos procedimientos para favorecer la IE y las relaciones interpersonales, por la importancia de una formación integral, porque el rendimiento académico está íntimamente relacionado con los aspectos emocionales, manteniendo relaciones de dependencia e influencia mutua (Rodríguez, 2004, p.58)

A la hora de seleccionar actuaciones e intervenciones en IE es importante crear un clima y una motivación adecuada. Además, se debe tener en cuenta que se cumplan una serie de criterios tales como que la actuación se fundamente teóricamente, que se enseñen diversas estrategias, que se abarquen los componentes emocionales, se facilite la solución de problemas, etc (Vivas, 2003).

Los programas exitosos en la implementación de la Educación emocional, se rigen con el acrónimo SAFE (*Sequential, Active, Focused and Explicit [secuencial, activa, concreta y explícita]*) que describe los cuatro elementos que demuestran su eficacia: (1) cuentan con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades; (2) apuestan por el aprendizaje activo de los estudiantes; (3) centran el tiempo necesario para la formación de habilidades; y (4) su objetivo es enseñar habilidades concretas (Durlak, 2015).

De acuerdo con las aportaciones de Diekstra (2008), otros criterios que han de incluirse para la implementación eficaz de los programas son:

- Han de contener una teoría coherente y han de ser muy interactivos.
  
- Han de utilizar varios métodos de trabajo didácticos.

- El programa tiene que implementarse a través de pequeños grupos.
- Los programas han de ser completos; deben cubrir capacidades generales y específicas.
- Los programas han de estar integrados en su comunidad o en estrategias medioambientales.

## **2.6 Legislación educativa sobre la Educación Emocional.**

En el marco de la legislación educativa y curricular se habla de la importancia del desarrollo integral del alumnado, del desarrollo de sus capacidades, actitudes, habilidades y competencias desde la dimensión afectivo-emocional (Cassà, 2016). Sin embargo, aún cuesta encontrar la palabra “emoción” o alguno de sus derivados (educación emocional, inteligencia emocional, competencias emocionales...) en los documentos legislativos en el ámbito educativo español.

Con el desarrollo de la implementación de la ley LOGSE (Ley de Ordenación General del Sistema Educativo Español, 1990) se comienza a enfatizar el desarrollo integral de la personalidad de los individuos. Es con esta ley cuando se comienza a dar más importancia a los contenidos y procesos que requieren habilidades actitudinales y emocionales.

La LOE (Ley Orgánica de Educación, 2005) establece que se deben desarrollar las capacidades afectivas del alumnado y establece este criterio como uno de los objetivos principales en la etapa de Educación Primaria (Benito, López-Pérez y Márquez-González, 2012).

En el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria (BOE), se propone trabajar por competencias, lo cual “supone una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz”.

En el Capítulo I, Artículo 3, apartado 3 sobre los objetivos de la Educación primaria que establece el Boletín Oficial de Cantabria (BOC) encontramos como objetivo:

“Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan”.

En la ley educativa (LOMCE, 2014) aparece como incorporación la asignatura de Valores Sociales y Cívicos cuya área se divide en tres grandes bloques:

1. “La identidad y la dignidad de la persona”.
2. “La comprensión y el respeto en las relaciones interpersonales”.
3. “La convivencia y los valores sociales”.

Aunque parezca que la ley se ajusta cada vez más a las demandas sobre desarrollar las habilidades emocionales en el alumnado, se centra más en el trabajo de valores y aún se requiere la incorporación de contenidos que desarrollen la inteligencia emocional.

En el *Proyecto de ley orgánica por la que se modifica la ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación (LOMLOE, 2020)* aparece el constructo de “Educación Emocional” diciéndose que deberá trabajarse dentro de la etapa de Educación Primaria dando más importancia a los valores sociales y las habilidades socioemocionales.

Cada vez se está contemplando más la competencia emocional como parte de las competencias básicas del desarrollo. Con el paso de los años se ha ido madurando en torno al concepto de ‘competencia emocional’, por lo que, en el trascurso de las leyes educativas que van sucediendo en nuestro país se debe mencionar que la importancia de los componentes afectivos y emocionales se refleja cada vez más en sus líneas. Sin embargo, aún se demanda ampliar la importancia de educar en las emociones de tal forma que las bases principales de actuación queden reflejadas en los documentos institucionales educativos.

### **3. Objetivos.**

#### **3.1 Objetivo general.**

Revisar de manera sistemática diversos programas de educación emocional en castellano en Educación Primaria y realizar un análisis que sirva como guía para los docentes acerca de los programas más recomendados para su utilización.

#### **3.2 Objetivos específicos.**

- Revisar diversos programas (con información publicada online<sup>1</sup>) sobre educación emocional en Educación Primaria.
  
- Analizar los programas disponibles según los criterios establecidos para su análisis especificando el modelo teórico de IE que lo sustenta, población a la que se dirige, metodología empleada, número de sesiones, nivel o cursos a los que va dirigido, formato, competencias que se trabajan, su integración en el currículum, la inclusión de las familias, si cumple con los criterios SAFE y los resultados obtenidos.
  
- Valorar la utilidad de los programas que se utilizan para la etapa de Educación Primaria.

### **4. Metodología.**

#### **4.1 Evaluación y análisis de los programas.**

##### *4.1.1. Criterios para la inclusión de los programas dentro del análisis.*

A continuación, se establecen los criterios de inclusión para el análisis y evaluación de los diferentes programas de Educación Emocional en la presente investigación. Los programas han de:

---

<sup>1</sup> Se revisarán programas con información on-line debido a la situación provocada por el COVID-19.

- a) Centrar sus objetivos en la formación de habilidades para el desarrollo de la IE.
- b) Enseñar habilidades concretas de IE.
- c) Ser accesibles de manera online.
- d) Desarrollar las competencias emocionales en las edades comprendidas en la etapa de Educación Primaria en España.

#### *4.1.2 Criterios de análisis de los programas seleccionados.*

Una vez realizada la búsqueda de información acerca de los diferentes programas de Educación Emocional, se establecen los siguientes criterios para su análisis:

- Modelo teórico; método y enfoque utilizado por el programa.
- Cursos a los que va dirigido; siempre y cuando esté dentro del rango de edades de Educación Primaria.
- Tipo de formato; si es un programa realizable de manera online, presencial...
- Competencias que se trabajan gracias a la intervención.
- Número de sesiones que se utilizan teniendo en cuenta que la duración aproximada de cada sesión es de una hora.
- Metodología utilizada: uso de las TIC, tipo de agrupaciones, si se utilizan libros, fichas, role-playing, audiovisuales...
- Integración en el currículum: de qué manera se integra el programa al currículum educativo (tutorías, extraescolar, transversal a diversas materias...).

- Integración de las familias en el programa, es decir, cómo de involucradas están las familias en el programa, de qué manera se les tiene en cuenta...

- Criterios que se cumplen. En este caso, se han establecido un total de nueve criterios los cuáles han de seguir los programas para poder saber su grado de efectividad. Siguiendo los criterios SAFE ((1) cuentan con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades; (2) apuestan por el aprendizaje activo de los estudiantes; (3) centran el tiempo necesario para la formación de habilidades: y (4) su objetivo es enseñar habilidades concretas) se han añadido también otros criterios ((5) el programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales; (6) utiliza varios métodos didácticos; (7) cubre capacidades generales y específicas; (8) es coherente teóricamente; y (9) cubre capacidades generales y específicas).

- Evaluación/ Resultados del programa. Se tendrá en cuenta si el programa ha sido implantado y, en caso de haber llevado a cabo una evaluación, cuáles han sido los resultados obtenidos.

## **5. Resultados.**

### **5.1 Revisión sistemática de los programas.**

A continuación, se presenta la revisión de diferentes programas socioemocionales y sobre educación emocional destinados a Educación Primaria. Cada programa cuenta con una tabla en la que se recogen los datos principales de la revisión (*véase Anexo II*). Para ello se tendrán en cuenta los criterios de análisis e inclusión de los programas descritos anteriormente.

#### *5.1.1 Programa de Inteligencia Emocional por Isabel María Merchán, María Luisa Bermejo y Juan de Dios González.*

Este programa de Inteligencia Emocional destinado a los alumnos de 1º de Educación Primaria sigue el enfoque de Bar-On. Se aplica a alumnos aleatorios de cinco colegios públicos de Badajoz para

demostrar su validez utilizando 11 sesiones de 50 minutos cada una. Sus actividades, estructuradas en seis bloques de contenidos, están enfocadas para desarrollar, principalmente, la competencia intrapersonal y la interpersonal.

A continuación, se resumen los contenidos para cada sesión y las actividades que se llevan a cabo:

- Sesión 1: Toma de contacto y expresión de las emociones propias. Lectura de cuento y actividad mímica.
- Sesión 2: Identificación de emociones propias y del resto. Juego del dado de las emociones y actividad mímica.
- Sesión 3: Autoconcepto y autoestima. Lectura de cuento y actividad de autodescripción y valoración personal.
- Sesión 4 y 5: Emociones positivas. Lectura de dos cuentos (sobre la alegría y la generosidad), ficha y dinámica de compartir.
- Sesión 6 y 7: Emociones negativas. Lectura de dos cuentos (sobre la tristeza y la envidia), ficha y dinámica.
- Sesión 8: Empatía. Lectura de cuento, ficha y dinámica.
- Sesión 9: Comunicación. Lectura de cuento, dinámica de conversar y ficha.
- Sesión 10: Trabajo en equipo. Lectura de cuento, dinámica de conversar y ficha.
- Sesión 11: Resolución de conflictos. Lectura de cuento, dinámica de conversar y ficha.

Como se puede observar, casi todas las sesiones cuentan con una actividad destinada al fomento y desarrollo de la lectura. Los resultados obtenidos en la evaluación de este programa indican que la educación emocional favorece la adquisición de las competencias emocionales y mejora las relaciones.

### *5.1.2 Programa de Inteligencia Emocional por Yolanda Gálvez-Íñiguez.*

Este programa de educación emocional destinado a alumnos de 3º y 4º de Primaria cuenta con una evaluación propia de su eficacia. El modelo teórico en el que se basa no está del todo claro. Se implantó en un colegio privado de la Comunidad Valenciana donde participaron un total de 123 alumnos de entre 8 y 11 años.

Se evaluó la autoestima, la conciencia emocional y las habilidades sociales, además de variables sociodemográficas. El programa cuenta con un total de 4 sesiones secuenciadas, pero según Diesktra es necesario un mínimo de 12 para que el programa sea eficaz. A continuación, se resumen los contenidos y actividades realizados para cada sesión:

- Sesión 1: Emociones básicas. Reconocimiento y expresión emocional. Se realiza como actividad un mural sobre las emociones.
- Sesión 2: Autocontrol. Representar la ira, lectura del cuento “la técnica de la tortuga” y ensayo de la técnica.
- Sesión 3: Autoestima. Visionado de un corto de animación, actividad “el círculo” y el juego del lavacoches.
- Sesión 4: Empatía y conductas prosociales. Se utiliza el role-playing, el jardín de la convivencia, el juego del abrazo y un buzón de las emociones.

Se obtuvo como resultados del programa un aumento de la autoestima y la conciencia emocional. Los alumnos mostraron una mayor puntuación en habilidades sociales y mayor capacidad para no esconder sus emociones, mayor conciencia corporal y autoestima positiva.

### *5.1.3 Programa de Educación Emocional por Gemma Filella-Guiu, Núria Pérez-Escoda, María Jesús Angulló Morera y Xavier Oriol Granado.*

Este programa se estructuró bajo el modelo teórico pentagonal de Bisquerra. Destinado a los alumnos de 1º a 6º de Educación Primaria, se aplicó a ocho centros educativos públicos de Barcelona y Lleida donde participaron un total de 423 alumnos para poder evaluar su grado de eficacia.

Cuenta con 20 sesiones secuenciadas donde se trabajan las 5 dimensiones emocionales según Bisquerra (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar). Se utilizaron las horas de tutoría para llevar a cabo el programa, bajo el marco del plan de acción tutorial de los centros. En cada bloque temático se desarrollan cuatro actividades. En general se siguieron seis fases: 1) Presentación de un problema o situación lo que provocó una reacción en los estudiantes, 2) Reacción (donde los alumnos expresaron lo que sentían y sus opiniones respecto al problema), 3) Modelos (se dieron modelos de comportamiento a través de vídeos, la prensa, ejemplos...estos podían ser modelos positivos o negativos), 4) Práctica de habilidades mediante dinámicas diversas (por parejas, role-playing...), 5) Aplicación de las habilidades adquiridas en situaciones de la vida real y 6) Evaluación de las mejoras observadas y de las actividades.

Los resultados obtenidos ponen en evidencia que las competencias emocionales se pueden desarrollar mediante este tipo de programas. Es necesario seguir obteniendo evidencias respecto a las diferencias

de género en el desarrollo de las competencias emocionales, así como aumentar el número de intervenciones destinadas a desarrollar la IE en nuestro país.

#### *5.1.4 Programa Educación Responsable por la Fundación Botín.*

Este programa educativo tiene como objetivo favorecer el crecimiento emocional, físico, social y creativo del alumnado, además de promover la comunicación y mejorar las relaciones sociales y la convivencia dentro de los centros escolares implicando a toda su comunidad. Su aplicación puede adaptarse a niños desde los 3 a los 16 años.

Se origina en Cantabria, pero gracias a su impacto debido a sus beneficios, ha comenzado a implantarse también en diferentes puntos de España llegando incluso a otros países. Los últimos resultados publicados en 2018 muestran que el Programa ER tiene un doble efecto: promueve el desarrollo emocional y protector ante comportamientos violentos y de retraimiento social.

Gracias a su implantación, los alumnos mejoran en identificación y comprensión emocional, disminuyen los comportamientos agresivos, de retraimiento social y reduce la ansiedad, mejoran en habilidades emocionales y conductas prosociales, favorece la convivencia, el clima escolar y el bienestar del alumnado...

Su proceso de implantación abarca tres años. Cada centro crea su equipo de ER formado por un coordinador y un grupo de profesores y se asume de forma voluntaria como una de las líneas principales del PEC. Se utilizan actividades y recursos didácticos dinámicos tanto físicos como de manera online para responder a las necesidades del alumnado y aumentar su motivación e interés de tal forma que el programa les resulte divertido y aprendan de él. El programa de Educación Responsable es uno de los más novedosos y eficaces que existen en nuestro país.

#### *5.1.5 Programa de Educación Emocional “Diario de emociones” por Lucía Álvarez Herreros.*

Programa destinado a alumnos de 3º y 4º de Educación Primaria. Cuenta con un total de 36 sesiones las cuáles se desarrollan a través de tutorías y como desarrollo de los contenidos que ofrece la asignatura de Valores Sociales y Cívicos. Sus actividades están diseñadas para realizarse de manera presencial, son variadas y lúdicas y utiliza dinámicas novedosas como el aprendizaje a través del juego, materiales reciclados, actividades con pinturas, fichas y lectura de libros entre otras.

No existe ninguna evaluación de este programa, por lo que sus resultados no han podido obtenerse. Centra el tiempo necesario para la formación de las habilidades y competencias emocionales, sin embargo, no trabaja a través de pequeños grupos, si no con actividades que abarcan el grupo-clase. El programa cuenta con algunas carencias como el modelo teórico en el que se basa o la inclusión de toda la comunidad educativa. Se muestra incompleto respecto a la información que ofrece.

#### *5.1.6 Programa de Educación Emocional “Viaje hacia lo positivo” de María del Carmen Pulido Delgado.*

Este programa fue elaborado por una maestra de psicopedagogía terapéutica (PT) y audición y lenguaje (AL) al oír que los índices de depresión van en aumento entre el alumnado. El riesgo al malestar, la depresión y las actitudes pesimistas entre los estudiantes es el detonante por el cuál esta maestra comienza a elaborar un programa socioemocional haciendo énfasis en la importancia de conservar el sentido del humor.

“Viaje hacia lo positivo” sigue el enfoque de Bar-On y trabaja bajo el factor humorístico en su metodología. Está destinado a toda la etapa de Educación Primaria y cuenta con un total de 5 sesiones (escasas para el planteamiento de Diekstra). Se trabajan competencias y habilidades de la IE tales como la alfabetización emocional, la comprensión emocional, experimentar y expresar sentimientos, regulación emocional y afrontamiento, control, autoestima y autoconcepto y relaciones interpersonales.

En sus actividades destacan las de creación propia, adaptaciones de ejercicios que ayuden a alcanzar las habilidades previamente mencionadas o los juegos populares. Se emplean tanto tareas cooperativas como competitivas dentro de un ambiente adecuado. Apuesta porque los aprendizajes resulten significativos y sobre todo divertidos.

No se han encontrado evaluaciones del programa que pongan en manifiesto los resultados que hayan podido obtener los destinatarios.

#### *5.1.7 Programa para el aprendizaje emocional y social de la Diputación de Guipúzcoa por Izaskun Garmendia Iturrioz.*

Es uno de los programas de educación socioemocional más completos que se han elaborado. Está destinado a alumnos de Educación Infantil, Primaria, Secundaria y Bachiller. Sigue el modelo teórico de Goleman, donde se trabaja la conciencia emocional, las habilidades para la vida y el bienestar, la regulación emocional, la autonomía y las habilidades emocionales. Su metodología es muy práctica, globalizada, activa, orientativa y transversal.

Recomienda que cada profesor-tutor realice con sus alumnos un mínimo de 7 sesiones (donde se realizará una actividad elegida por el docente en cada una de ellas), pero pueden realizarse más. Es uno de los programas que incluye a las familias en la formación emocional,

considerando que son un factor importante en el desarrollo del alumnado. Utiliza el marco de la acción tutorial y sigue las pautas que se establecen para su desarrollo.

El programa no cuenta con una evaluación específica, pero puede que obtuviese muy buenos resultados. Cubre capacidades específicas y generales, es teóricamente coherente, apuesta por el aprendizaje activo y utiliza numerosos métodos didácticos.

#### *5.1.8 El método RULER de la Universidad de Yale por Marc Brackett.*

Brackett elabora el método RULER para estudiantes de Educación Primaria y Secundaria. Es un enfoque de aprendizaje social y emocional que implica a toda la comunidad educativa del centro donde se imparta. Se centra en que los docentes y las familias se desarrollen personal y profesionalmente para que puedan ser modelos y competentes en educar emocional y socialmente a los alumnos. Tiene como objetivo crear un clima emocional positivo y mejorar la IE de toda la comunidad educativa. El método cuenta con varias fases:

- Fase 1: Pilares de la Educación Emocional.
- Fase 2: Currículo de Alfabetización Emocional.
- Fase 3: Sostenibilidad.

Los objetivos se superponen con los de otros programas de Aprendizaje Social y emocional: reconocer las propias emociones y las del resto, comprender las causas y consecuencias de las emociones, saber cómo etiquetar a las emociones, expresarse adecuadamente y de manera efectiva y regular sus emociones y sentimientos.

Entre sus actividades destacan:

- La Carta: documento de consenso que ayuda a los centros a establecer ambientes de apoyo y favorecedores de un buen clima emocional para el aprendizaje. Cada miembro de la comunidad educativa establece unos objetivos comunes y se hacen responsables de conseguir el clima positivo deseado por todos.
- Medidor emocional: se trata de un medidor del estado de ánimo que puede ser usado tanto por los docentes como por los alumnos. Se trata de que sean más conscientes de sus emociones a lo largo del día, cómo les afectan, etiqueten emociones y sentimientos... etc.
- Meta-momento: ayuda a los alumnos y profesor a manejar emociones intensas para poder tomar mejores decisiones. Aprenden a detenerse, controlar los impulsos, recapacitar y tomar la mejor elección ante una situación o conflicto determinado.

#### 5.1.9 *Programa socioemocional “Cuentos para conversar” por la Fundación EDEX.*

Es uno de los programas que cuenta con un formato tanto online como presencial. Está destinado al primer ciclo de Educación Primaria (1º y 2º curso) y cuenta con diversos materiales didácticos en su metodología que están disponibles en diferentes soportes (tanto de manera física como online). El programa se centra en una colección de 10 pequeños cuentos a los cuáles puede acceder toda la comunidad educativa del centro donde se imparta el programa.

En él se trabaja el manejo de las tensiones y el estrés, el autoconocimiento, los problemas y conflictos, la empatía o la comunicación asertiva, entre otras habilidades y competencias emocionales. Sigue el enfoque de las aportaciones de Goleman y apuesta por una metodología activa, donde los contenidos se pueden trabajar de manera transversal a otras materias.

Se incluye a las familias para que aprendan habilidades específicas a través de una guía para padres, complementando de esta forma el trabajo de los alumnos en el aula.

#### *5.1.10 Programa socioemocional “La aventura de la vida” por la Fundación EDEX.*

Este programa es muy parecido al anterior, puesto que ambos fueron elaborados por la Fundación EDEX. Sin embargo, “La aventura de la vida” está destinado a los alumnos del segundo y tercer ciclo de Educación Primaria (3º, 4º, 5º y 6º curso).

Al igual que el programa de “Cuentos para conversar” está elaborado para poder aplicarse de forma presencial y online (gracias a algunas APPs y actividades digitales). Se concreta en 12 temas entre los que se incluyen algunos como el autorrespeto, el uso de medicamentos, alimentación o la importancia del buen descanso. Incluye una colección de pequeñas historias animadas que pueden visualizarse digitalmente. Gracias a él se pueden trabajar habilidades como la empatía, la comunicación asertiva, el manejo de los problemas y de las emociones, o el pensamiento crítico, entre otras.

También hace referencia a la importancia de las familias, ofreciéndoles una guía titulada “10 pasos para educar a sus hijas e hijos en hábitos saludables”. Cuenta con 37 sesiones para el desarrollo de las capacidades. Sin embargo, ninguno de los dos programas elaborados por la Fundación EDEX cuenta con una evaluación que muestre sus resultados.

#### *5.1.11 Proyecto Red de Escuela Emocional por el Colegio Público Bilingüe Elvira España.*

Este programa sigue un enfoque constructivista y está destinado tanto a Educación Infantil como a Primaria. Está elaborado para poder ser

trabajado de manera online y presencial. Se basa en una metodología globalizada que apuesta por el aprendizaje y la participación activa de los estudiantes a través de cuentos y dinámicas de grupo. Se tiene en cuenta los intereses del propio alumnado y las situaciones cotidianas con tal de aumentar la motivación en la lectura de cuentos, sucesos, historias o relato de canciones.

Se tiene en cuenta la era digital, por lo que se lleva a cabo actividades y se utilizan materiales como la pizarra digital, los audiovisuales o los videojuegos, entre muchos otros. Recomienda utilizar dos sesiones semanales a lo largo de todo un curso escolar para que los resultados sean observables en los estudiantes.

Al mismo tiempo, se incluye a las familias a través de un doble enfoque: pretenden informar del conocimiento de las emociones y entrenar a los padres en situaciones cotidianas con conflictos dentro del hogar y con sus hijos. Se ofrece a las familias unas sesiones formativas en este aspecto.

#### 5.1.12 Educación emocional: programa para Educación Primaria (6-12 años) por Agnés Renom Plana (GROP).

El objetivo del programa es el desarrollo integral del niño contemplando todas las dimensiones en las que se le puede formar: cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-emocional. Se recoge en un libro que pretende servir como herramienta para los educadores, de tal forma que la educación emocional se trabaje de manera transversal a diversas materias.

Este programa de educación emocional se compone por una serie de bloques temáticos destinados a cada uno de los tres ciclos de la etapa de Educación Primaria. Se compone de 5 bloques fundamentales y comunes para cada etapa (conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida), pero cada uno cuenta con unas actividades

diferentes destinadas al alumnado. Para cada ciclo de Primaria se presentan 25 actividades diferentes que se distribuyen en 5 actividades para cada uno de los bloques temáticos. Algunas de ellas han sido recogidas de la tradición popular y la práctica profesional, por lo que han sido objeto de análisis, discusión y evaluación.

En el libro se expone que las actividades no deben realizarse de forma aislada, si no que deben formar parte de un programa integrado en el currículum escolar. Su metodología utilizada es globalizada y activa, siguiendo un enfoque constructivista.

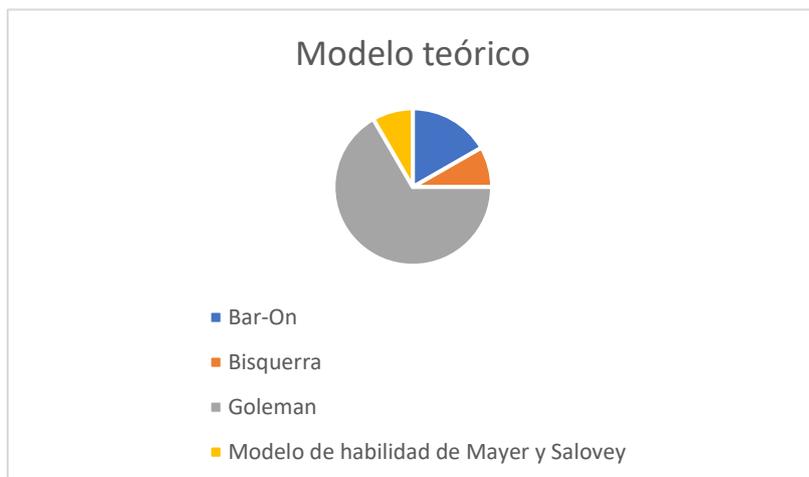
El bloque de “habilidades para la vida” cuenta con una actividad que ayuda a que las familias se impliquen en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños (“un domingo familiar”, “cuento con mi familia” y “consultorio familiar”).

## **6. Análisis y discusión.**

El objetivo principal de este estudio era realizar una revisión de la bibliografía sobre programas de Educación Emocional destinados a Educación Primaria en España. Por ello, se ha realizado un análisis de 12 programas diferentes destinados a potenciar, fomentar y desarrollar las competencias y habilidades emocionales.

En el marco legislativo educativo comienza a tenerse en cuenta la importancia de desarrollar la dimensión afectiva-social de los estudiantes debido a la multitud de beneficios que trae consigo. Durante los últimos años, se ha tomado en consideración las implicaciones que tiene una adecuada gestión emocional para la salud y se han desarrollado intervenciones para su fomento y desarrollo. Sin embargo, es notable la escasez de investigaciones que existen en nuestro país en la línea de la EE y la IE. El sistema educativo español debería proponerse seriamente la incorporación de programas que

desarrollen las competencias emocionales debido a la definitiva mejora y beneficios que otorgan a los estudiantes.



Respecto al marco teórico utilizado es importante destacar que los programas analizados se centran en seguir cuatro modelos principales. En este sentido, un 8% se centra en el modelo de habilidad de Mayer y Salovey (RULER),

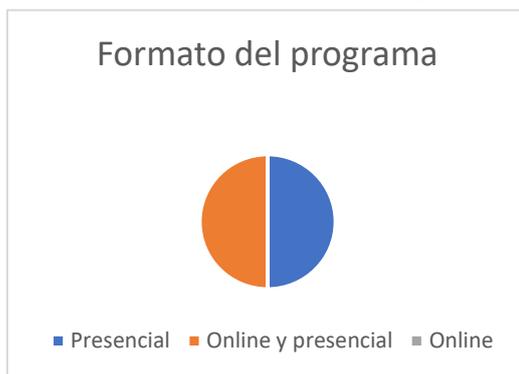
un 17% sigue el modelo teórico de Bar-On (*Merchán, Bermejo y de Dios González (2014) y Pulido Delgado*), el 67% sigue la línea de las aportaciones de Goleman (*Educación Responsable, Gálvez-Íñiguez (2018), Elvira España (2016), Renom (2003), Álvarez Herreros (2016) Fundación EDEX y Garmendia Iturrioz (2008)*) y un 8% apuesta por Bisquerra (*Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014)*). Además, es sorprendente que un 25% de los programas no cuentan con un marco teórico claro o se desconoce (*Gálvez Íñiguez (2018), RULER y Álvarez Herreros (2016)*). Según esta observación, el autor cuyas aportaciones han dado mejores resultados y, por lo tanto, se han utilizado más para la elaboración de programas de Educación Emocional es Daniel Goleman.

Teniendo en cuenta que son un total de doce programas analizados vemos que el 75% de ellos están destinados a 1º de Primaria, el 67% son para 2º de Primaria, un 83% para 3º de Primaria, otro 83% son para 4º de Primaria, un 67% de ellos se pueden utilizar para 5º de Primaria y otro 67% de los programas se pueden destinar para 6º de Primaria. Es importante destacar en esta parte que el 59% de los programas no se centran únicamente en uno o dos cursos en concreto, si no que están diseñados para ejecutarse en cualquier etapa que englobe la Educación Primaria. Si bien es cierto que elaborar un programa cuyos destinatarios se centren únicamente en un curso o ciclo educativo es más “fácil” (a la hora de establecer unos criterios,

contenidos, objetivos...etc), resulta de más utilidad que el programa se enfoque a toda la etapa de Educación Primaria.



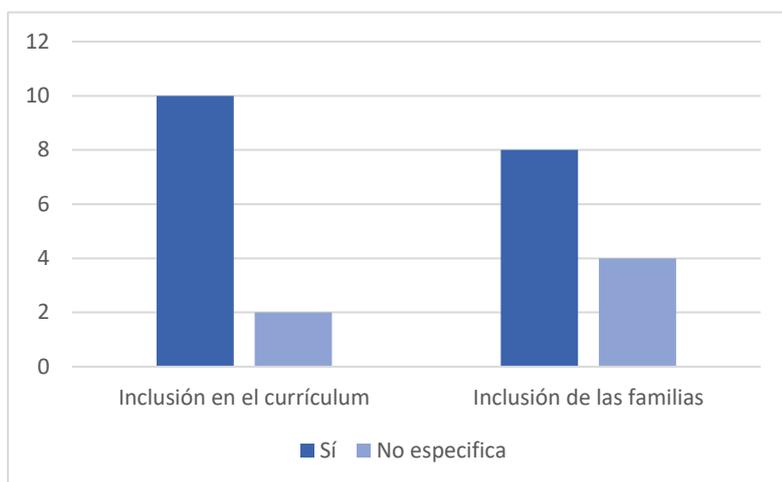
Con respecto al formato en el que se presenta el programa nos encontramos con lo siguiente: el 50% están elaborados para realizar de manera presencial dentro de las aulas y el centro educativo (*Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Gálvez-Íñiguez (2018), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló*



*Morera y Oriol Granado (2014), Pulido Delgado, Garmendia Iturrioz (2008) y RULER*) y otro 50% puede realizarse de manera presencial y online (*Educación Responsable, Álvarez Herreros (2016), Fundación EDEX, CEIP Elvira España (2016) y Renom*

(2003)). En este último grupo, las actividades y el diseño del programa dan peso al formato presencial, pero añade importancia a las nuevas tecnologías e Internet de tal forma que la información llegue a través de otras fuentes. Por otro lado, no se han encontrado programas socioemocionales que estén diseñados para implantarse únicamente a través de la educación online. Gran parte de los programas son elaborados para ejecutarse de manera presencial en las aulas puesto que la educación telemática u online aún no está completamente aceptada socialmente. Sin embargo, la era digital promueve las nuevas tecnologías. Las nuevas generaciones demandan nuevas formas de educación, metodologías y actividades que puedan adaptarse a estas nuevas circunstancias, por lo que es necesario que los programas incluyan actividades que puedan realizarse en formato online.

Del total de los programas socioemocionales analizados, un 83% aclara y concreta su inclusión en el currículum educativo (Gálvez – Íñiguez (2018), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Educación Responsable, Álvarez Herreros (2016), Pulido Delgado, Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Fundación EDEX y Renom (2003)). Tan solo un 17% de los programas no informan de manera precisa de qué manera pueden ser incluidos dentro del currículum (Merchán, Bermejo y de Dios González (2014) y CEIP Elvira España (2016)). Esto genera cierta incertidumbre y da la impresión de que el programa no es totalmente fiable a causa de falta de información.

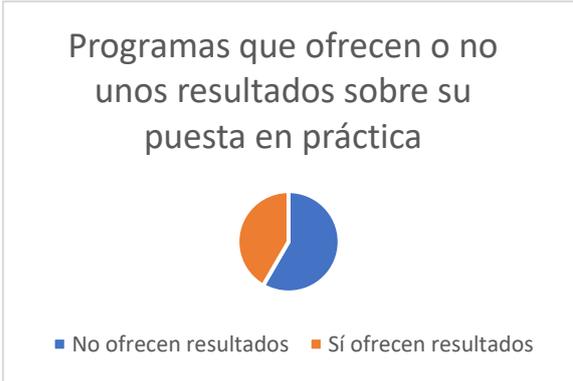


Por otro lado, un 67% de los programas (Gálvez-Íñiguez (2018), Educación Responsable, Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Renom (2003), CEIP Elvira España, Fundación EDEX) apuesta por la inclusión de las familias (informando a

los padres, incluyéndolos en las actuaciones, en el centro educativo y en el desarrollo y fomento de las habilidades emocionales...). Sin embargo, un 33% (Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Álvarez Herreros (2016) y Pulido Delgado) no clarifica sobre el papel que tienen las familias dentro de la educación de los alumnos y los programas no se preocupan por incluir a las mismas. La educación emocional y socioemocional de los niños requiere la inclusión de toda la comunidad educativa. Es necesario que las familias estén incluidas dentro de los programas para poder ser informados y su papel se tenga en cuenta dentro del aprendizaje de sus hijos.

Como se ha mencionado con anterioridad, muchos de los programas socioemocionales y de EE no cuentan con una evaluación propia tras su

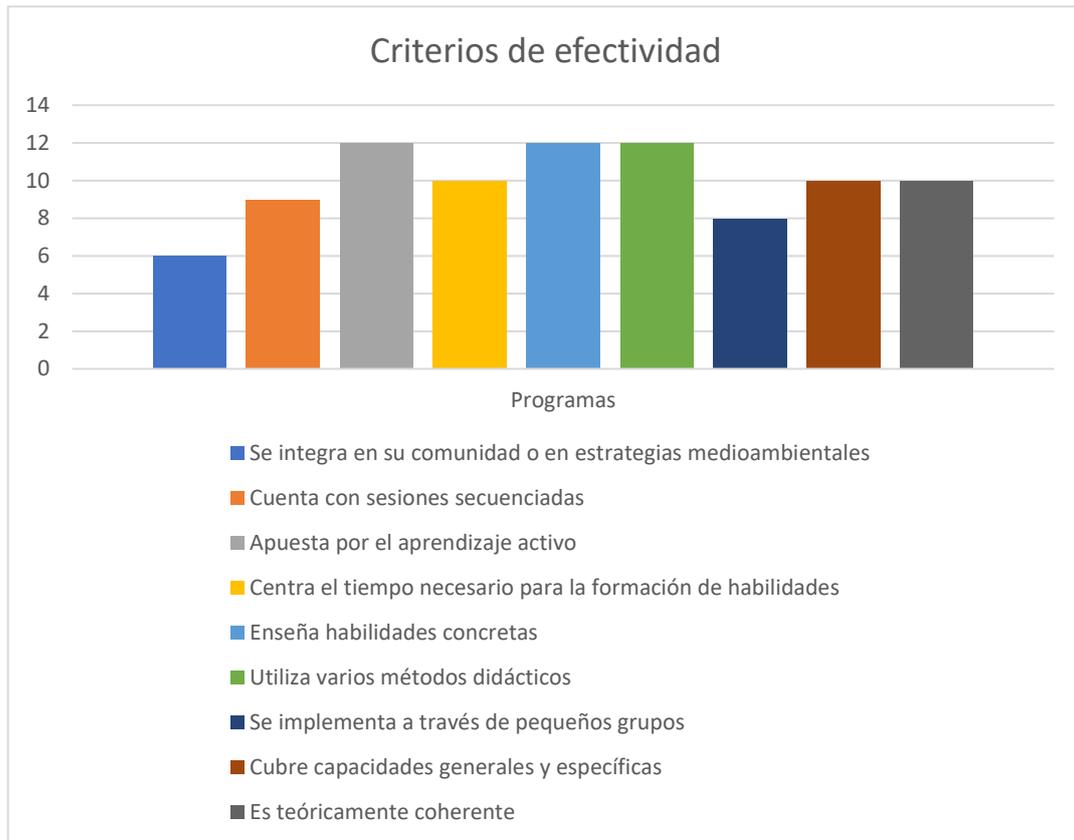
puesta en práctica dentro de un centro educativo. Por lo tanto, es complicado



saber si el programa dará unos resultados positivos o no. Un 42% de los programas cuentan con unos resultados propios producto de su evaluación e implementación previa (Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Filella-Guiu, Pérez Escoda,

Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Gálvez- Íñiguez (2018), Educación Responsable y RULER) y el 58% de ellos no han sido evaluados (Álvarez Herreros (2016), Pulido Delgado, Garmendia Iturrioz (2008), Renom (2003), CEIP Elvira España (2016) y Fundación EDEX).

Por último, se analizan una serie de criterios principales que se han de tener en cuenta para saber el grado de efectividad de los programas.



Un 50% de los programas se integran en su comunidad o en estrategias medioambientales (Educación Responsable, Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Fundación EDEX y CEIP Elvira España (2016)), el 75% cuentan con

sesiones secuenciadas para su desarrollo (*Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Gálvez-Íñiguez (2018), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Educación Responsable, Álvarez Herreros (2016), Garmendia Iturrioz (2008), RULER y Fundación Edex*), todos los programas estudiados, es decir, el 100%, apuestan por el aprendizaje activo de los estudiantes, enseñan habilidades concretas y utilizan varios métodos didácticos (*Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Gálvez-Íñiguez (2018), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Educación Responsable, Álvarez Herreros (2016), Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Fundación Edex, CEIP Elvira España (2016), Pulido Delgado y Renom (2003)*), un 83% de los programas centran el tiempo necesario para la formación de habilidades (*Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Educación Responsable, Álvarez Herreros (2016), Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Fundación Edex, Pulido Delgado y Renom (2003)*), el 67% de los programas se implementan a través de pequeños grupos (*Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Educación Responsable, Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Fundación Edex, CEIP Elvira España (2016) y Pulido Delgado*), un 83% cubren capacidades generales y específicas (*Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Educación Responsable, Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Fundación Edex, CEIP Elvira España (2016) y Pulido Delgado*) y otro 83% de los programas son teóricamente coherentes (*Merchán, Bermejo y de Dios González (2014), Filella-Guiu, Pérez Escoda, Angulló Morera y Oriol Granado (2014), Educación Responsable, Garmendia Iturrioz (2008), RULER, Fundación Edex, CEIP Elvira España (2016) y Pulido Delgado*).

Por lo tanto, se puede observar que tan solo un 33% de los programas evaluados se pueden considerar los más completos si consideramos todos los criterios utilizados para la elaboración de este análisis. Estos programas son: el programa socioemocional “La aventura de la vida” por la Fundación EDEX, el programa de Educación Responsable por la Fundación Botín, el programa del método RULER de la Universidad de Yale por Marc Brackett y el programa

para el aprendizaje emocional y social de la Diputación de Guipúzcoa por Izaskun Garmendia Iturrioz.

Las emociones pueden resultar subjetivas, imprecisas y, por lo tanto, difíciles de medir. Sin embargo, aun siendo conscientes de esta problemática, es necesario que toda intervención en educación emocional cuente con una evaluación propia. Teniendo en cuenta los programas existentes y puestos en práctica en los centros educativos, es importante recalcar que en España no hay suficientes datos sobre la eficacia de los programas de educación emocional.

La implementación de los programas a través de grandes grupos dificulta el proceso, por lo que se requieren grupos más reducidos para que los efectos sean más beneficiosos. No hay que olvidar, que para que todo programa resulte efectivo, es necesario el compromiso y la formación del profesorado implicado, dato que desconocemos en los programas planteados, a excepción del programa RULER y Educación Responsable. Finalmente, es necesaria una evaluación de calidad y efectividad de los programas, lo que aún es escaso en el ámbito educativo.

Elegir el programa socioemocional correcto es complicado debido a la cantidad de factores que influyen en su elección. Sin embargo, resulta de utilidad que los programas cuenten con materiales tanto para profesores, como para alumnos y familias. El programa debe basarse en desarrollar las habilidades y capacidades emocionales del alumnado. Hoy en día, es necesario que cuenten con una plataforma o con recursos online de fácil acceso. Las dinámicas y metodologías deben ser creativas y muy atractivas atendiendo a las necesidades e intereses de los propios alumnos.

Los resultados obtenidos en el presente estudio muestran que todos ellos fueron elaborados en España en el período 2000-2020. Sus objetivos fueron principalmente el desarrollo de la IE y de las habilidades sociales. Las técnicas empleadas para su entrenamiento son diversas y apuestan por el aprendizaje activo de los estudiantes; juegos tradicionales, role-playing, entrenamiento y

control de la respiración, actividades artísticas, videojuegos, actividades de reforzamiento de la lectura e intervención con las familias. Los tiempos destinados a la puesta en práctica de los programas son disímiles, pero se apuesta por una secuenciación de las sesiones y la transversalidad curricular. Un 67% prefiere el trabajo en pequeños grupos con los alumnos, lo cual ayuda en el desarrollo de las habilidades y competencias emocionales de cada individuo. Del total de los estudios solo un 42% presentó datos sobre su evaluación y resultados en los estudiantes. Los programas están elaborados para que sean los docentes o profesionales entrenados quienes impartan los conocimientos y desarrollen el contenido de los estudios a niños de entre 6 a 12 años. Los programas más recientes son los que incorporan a las familias en el proceso. Por otro lado, se han identificado una serie de vacíos que han restringido y limitado los resultados: falta de información y descripción detallada de algunos datos en los programas de entrenamiento socioemocional, falta de estudio al contexto social y educativo y a los estudios elaborados anteriormente y la no utilización de una evaluación al programa que muestre los resultados obtenidos en los estudiantes.

## **7. Conclusiones.**

Este trabajo pretende servir como guía para los profesionales de la educación a la hora de tener que elegir el programa de Educación Emocional correcto. Sin embargo, también se ha convertido en una ayuda para la futura elaboración de programas destinados a desarrollar la IE y las habilidades socioemocionales. Como limitaciones se encuentra la situación provocada por el COVID 19, lo cual solo ha permitido que la información se obtenga vía online. Además, no se han podido realizar análisis estadísticos de metaanálisis para hacer comparaciones entre los estudios debido a que no todos han publicado una evaluación de sus resultados. A pesar de ello, es necesario conocer las características y criterios más efectivos a la hora de implementar un programa. Por eso, considero de importancia los hallazgos encontrados en esta revisión con el fin de enriquecer el conocimiento sobre el entrenamiento socioemocional y ayudar en la elaboración de futuros programas.

## 8. Referencias bibliográficas

- Bar-On, R. (2010). Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. *South African Journal of Psychology*, 40(1), 54-62.
- Bello-Dávila, Z., Rionda-Sánchez, H. D., & Rodríguez-Pérez, M. E. (2010). La inteligencia emocional y su educación. *VARONA*, 36-43.
- Benito, T. A., López-Pérez, B., & Márquez-González, M. (2012). Eficacia de un programa de educación emocional breve para incrementar la competencia emocional de niños de educación primaria. *REOP-Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 23(1), 39-49.
- Berrocal, P. F., & Díaz, N. R. (2016). *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Bharwaney, G. (2010). Vida emocionalmente inteligente. *Estrategias para incrementar el coeficiente emocional*.
- Bisquerra, Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista De Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. *Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower.
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2012). LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES. *Educación XX1*, 10(1).
- Cassà, È. L. (2016). La educación emocional en la Educación Infantil y Primaria. In *Inteligencia Emocional y Bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones* (pp. 557-570). Ediciones Universidad de San Jorge.
- Castelló, A., & Autet, M. C. (2011). Inteligencia interpersonal: conceptos clave. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 14(3), 23-35.
- Diekstra, R. E. W. (2008). Evaluación de los programas escolares universales de educación emocional y social y de habilidades para la vida. *VVAA*,

*Educación Emocional y Social. Análisis Internacional. Informe Fundación Marcelino Botín.*

Durlak, J. A. (2015). Meta-análisis de la eficacia de los programas universales de educación emocional y social escolar. De la neurona a la felicidad. Diez propuestas desde la inteligencia emocional, 179-182.

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de educación*, 332(12), 97-116.

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista iberoamericana de educación*, 33(8), 1-9.

Extremera Pacheco, N., Rey Peña, L., & Pena Garrido, M. (1). Educadores de corazón. Inteligencia emocional como elemento clave en la labor docente. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 368, 65-72.

Fernández-Berrocal, P., & Pacheco, N. E. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6.

Gallardo Vázquez, P. (2006). El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años). *Cuestiones pedagógicas*, 18, 145-161.

Gardner, H. (1987). La teoría de las inteligencias múltiples. *Santiago de Chile: Instituto Construir.*

Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*, Nw York: Bantman.

Goleman, D. (2008). *Inteligencia emocional*. Kairos.

Goleman, D. (2010). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

Lusar, A. C., & Oberst, Ú. E. (2004). Modelos teóricos en inteligencia emocional y su medida. *Aloma: revista de psicología, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 14, 209-217.

- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. (2000). "Models of emotional intelligence". En R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of Intelligence* (2nd ed) (pp. 396-420). New York: Cambridge.
- Mérida, J. A. M., & Jorge, M. L. M. (2007). La concepción de la inteligencia en los planteamientos de Gardner (1983) y Sternberg (1985) como desarrollos teóricos precursores de la noción de inteligencia emocional. *Revista de Historia de la Psicología*, 28(4), 67-92.
- Montañés, M. C. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. *Universidad de Valencia*, 3.
- Moreno, B., & Gálvez, M. (2010). La psicología positiva va a la escuela. *Típica Boletín Electrónico de Salud Escolar*, 1(6), 210-220.
- Pacheco, N. E., Peña, L. R., & Garrido, M. P. (2016). Educadores de corazón. Inteligencia emocional como elemento clave en la labor docente. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (368), 65-72.
- Palomera, R., Fernández-Berrocal, P., & Brackett, M. A. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias. *Electronic journal of research in educational psychology*, 6(2), 437-454.
- Pallás, M. D. C. M., Barrón, R. G., Rasal, P., & Estellés, R. (2009). Convivencia e inteligencia emocional en niños en edad escolar. *European Journal of Education and Psychology*, 2(1), 69-78.
- Pena Garrido, M., & Repetto Talavera, E. (2008). Estado de la investigación en España sobre Inteligencia Emocional en el ámbito educativo.
- Plana, A. R. (Ed.). (2012). *Educación emocional: programa para educación primaria (6-12 años)*. WK Educación.
- Riesco, O. S. (2001). Implicaciones educativas de la inteligencia emocional. *Psicología educativa*, 7(1), 5-27.
- Rodríguez, P. D. (2004). Intervención educativa para el desarrollo de la inteligencia emocional. *Faisca: revista de altas capacidades*, 11, 47-66.

- Sánchez, J. G. S., Jurado, M. D. M. M., del Carmen Pérez, M., Fuentes, A. B. B. M., Márquez, M. D. M. S., Martínez, Á. M., ... & Linares, J. J. G. (2019). Análisis de modelos teóricos explicativos de la inteligencia emocional. *Variables Psicológicas y Educativas*, 295.
- Santamaría, J. S. (2010). La competencia emocional en la escuela: una propuesta de organización dimensional y criterial. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, (25), 79-96.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, Conocimiento y Personalidad*, 9(3), 185-211.
- Trujillo Flores, M. M., & Rivas Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Innovar*, 15(25), 9-24.
- Vivas García, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 4(2),0.

## 9. Anexos

## 9.1 Anexo I: Búsqueda de información.

**Tabla 1. Búsqueda en bases de datos.**

<b>Base de datos</b>	<b>Términos de búsqueda</b>	<b>Resultados</b>	<b>Documento</b>
Dialnet	Programa Educación Emocional Primaria	262	Tesis (111) Artículo de revista (90) Artículo de libro (49) Libro (12)
Google Scholar	Programa de Educación Emocional Primaria	75.200	Artículos
Google	Programa Educación Socioemocional	723.000	Página web
	Programa Educación Emocional Primaria	6.040.000	
	Programa entrenamiento emocional Primaria	11.300.000	

## **7.2 Anexo II: Resultados de la búsqueda de información.**

<b>Programa</b>	Programa de Inteligencia Emocional. Por: Isabel María Merchán, María Luisa Bermejo y Juan de Dios González.
<b>Modelo teórico</b>	Enfoque de Bar-On.
<b>Muestra y método</b>	Alumnos aleatorios de cinco colegios públicos de Badajoz (N=78) de entre 5 y 7 años, divididos en grupo experimental y de control. Se pretende demostrar la existencia de diferencias estadísticamente significativas en la competencia emocional a través de un diseño cuasiexperimental, pre-postest, con grupo control no equivalente.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	1º de Educación Primaria.
<b>Formato</b>	Presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	11 sesiones de 50 minutos cada una.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Competencia intrapersonal (gestión de uno mismo y de sus propias emociones: autoconocimiento, autorregulación y automotivación) e interpersonal (gestión de uno mismo en referencia al resto: conciencia social, teoría de la mente, habilidades sociales, empatía y asertividad).
<b>Metodología utilizada</b>	Las actividades se estructuran en seis bloques de contenidos según las necesidades emocionales que presentaban los alumnos. Actividades de lectura de cuentos, mímica y dinámica de conversar. Recursos materiales: cuentos, fichas, dado de las emociones.
<b>Integración en el currículum</b>	No especifica.

<b>Inclusión de las familias</b>	No especifica.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para lo formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
		X	X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X		X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Los instrumentos de medida utilizados han sido un Test Sociométrico de Amistad y la Escala de Inteligencia Emocional de Arbouin. La Educación Emocional favorece la adquisición de competencias emocionales y mejora las relaciones sociales y de amistad. El análisis de los resultados del Test Sociométrico constata que las diferencias entre pretest y posttest de los grupos de control son mínimas. En el grupo experimental, todos los sujetos obtienen mayor puntuación en el posttest.				

Merchán, I. M., Bermejo, M. L., & de Dios González, J. (2014). Eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria| Effectiveness of an Emotional Intelligence Program in Elementary Education. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1, 91-99.

<b>Programa</b>	Programa de Educación Emocional. Por: Yolanda Gálvez-Iñiguez.
<b>Modelo teórico</b>	Se sigue el enfoque de Daniel Goleman.
<b>Muestra y método</b>	Participaron alumnos de entre 8 y 11 años (N=123) de un colegio privado de la Comunidad Valenciana. Grupo experimental (4 grupos; n=81) y grupo control (2 grupos; n=42). Diseño cuasiexperimental.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	3º y 4º de Primaria.
<b>Formato</b>	Presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	4 sesiones.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Emociones básicas, reconocimiento y expresión, autocontrol, autoestima, empatía y conductas prosociales.
<b>Metodología utilizada</b>	Role-playing, aprender jugando, libros...
<b>Integración en el currículum</b>	Misma hora lectiva para todos los grupos (hora de tutoría). Sesiones de 50 minutos cada una. Durante el segundo trimestre y con una duración total de 6 semanas.
<b>Inclusión de las familias</b>	Se informa a las familias sobre la intervención que se va a realizar y se pide su consentimiento para que los alumnos puedan participar.

<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para lo formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
		X	X		X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X			¿?	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	El grupo experimental mostró una mejora en autoestima y conciencia emocional con respecto al pretest. Además, mostró una mejora positiva en la subescala en el postest mientras que el grupo control mejoró en conciencia emocional. El 4% de los integrantes del grupo experimental hablaron sobre aspectos del programa con el grupo control. Por ello, el grupo control se benefició indirectamente con la intervención. Esta intervención es eficaz a corto plazo para mejorar la autoestima y la conciencia emocional. El efecto de la contaminación también influye en los resultados.				

Gálvez-Iñiguez, Y. (2018). Eficacia de un programa de educación emocional: contaminación entre condiciones experimentales en un estudio controlado. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 17-22.

<b>Programa</b>	Programa de Educación Emocional. Por: Gemma Filella-Guiu, Núria Pérez-Escoda, María-Jesús Angulló Morera y Xavier Oriol Granado.
<b>Modelo teórico</b>	El programa se estructuró bajo el marco teórico del Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica (GROP), siguiendo el modelo pentagonal de Bisquerra.
<b>Muestra y método</b>	Destinado a alumnos de entre 6 y 12 años (N=423) de ocho centros educativos públicos en Barcelona y Lleida. Se utilizó un diseño cuasiexperimental; 223 alumnos en el grupo experimental y 200 en el grupo control.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	De 1º a 6º de Primaria.
<b>Formato</b>	Presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	20 sesiones.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Se trabajan las 5 dimensiones de la competencia emocional, según Bisquerra: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.
<b>Metodología utilizada</b>	Al principio el trabajo fue individual y después se procedió a que fuese grupal. Actividades dinámicas: role-playing a través de obras teatrales, fichas, actividades plásticas...
<b>Integración en el currículum</b>	El programa se realizó por los profesores-tutores semanalmente en el marco del plan de acción tutorial.
<b>Inclusión de las familias</b>	No especifica.

<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para la formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
		X	X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X	X	X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Los resultados fueron beneficiosos y evidenciaron que las competencias emocionales se pueden desarrollar mediante programas o intervenciones. En los alumnos del primer ciclo del grupo experimental se nota un aumento significativo de las competencias emocionales trabajadas en el programa. No hay cambios significativos en el componente de gestión del estrés del test de Bar-On, lo que indica que se debe profundizar en actividades de regulación emocional. El grado de satisfacción de alumnos y profesores respecto al programa es alto. Con respecto al género, las niñas puntúan más alto en regulación emocional, competencia social y competencia de vida y bienestar que sus compañeros.				

Filella-Guiu, Gemma; Pérez-Escoda, Núria; Agulló-Morera, María-Jesús; Oriol-Granado, Xavier. (2014), "Resultados de la aplicación de un programa de educación emocional en Educación Primaria", ESE. Estudios sobre Educación, 26, 125-147.

<b>Programa</b>	Programa Educación Responsable. Por: la Fundación Botín.
<b>Modelo teórico</b>	Enfoque de Daniel Goleman.
<b>Muestra y método</b>	N = Centros de Cantabria, Madrid, La Rioja, Castilla y León, Aragón, Navarra, Galicia, Murcia, Comunidad Valenciana y países como Uruguay, Chile y México.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria.
<b>Formato</b>	Presencial y Online.
<b>Nº de sesiones</b>	Implantación gradual durante tres años 1º año: fase inicial. 2º año: fase de expansión. 3º año: consolidación.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Desarrollo emocional (identificación y expresión emocional, empatía y autoestima), desarrollo cognitivo (autocontrol, toma de decisiones y actitudes positivas hacia la salud) y desarrollo social (habilidades de interacción, autoafirmación y de oposición asertiva).
<b>Metodología utilizada</b>	El programa se implanta a lo largo de tres años. Recursos: tutorías y otras áreas curriculares (audiovisuales, juegos, uso de las TIC), literatura (libros, actividades, fichas...), música (coro) y artes plásticas.

<b>Integración en el currículum</b>	A través de tutorías y de manera transversal a diferentes materias (conocimiento del medio, lengua y literatura, matemáticas, educación física, etc.).				
<b>Inclusión de las familias</b>	Se integra toda la comunidad educativa de forma voluntaria como una de las líneas del PEC.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para lo formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
	X	X	X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X	X	X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Se ha demostrado un doble efecto: el programa promueve el desarrollo emocional y es protector ante comportamientos violentos y de retraimiento social.				

Fundación Botín. *Programa de Educación Responsable*. Extraído de: <file:///C:/Users/Usuario/AppData/Local/Temp/dossier-er-general.pdf>

<b>Programa</b>	Programa de Educación Emocional: "Diario de emociones". Por: Lucía Álvarez Herreros.
<b>Modelo teórico</b>	Se sigue el modelo de Goleman.
<b>Muestra y método</b>	-
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	3º y 4º de Primaria (Segundo ciclo).
<b>Formato</b>	Online y presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	36 sesiones.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Competencia emocional y habilidades para la vida; motivación, empatía, autoconciencia emocional, gestión emocional...
<b>Metodología utilizada</b>	Se utiliza como recurso el diálogo en la mayoría de las sesiones planteadas. Otros materiales para actividades: pintura, material reciclado, libros, fichas, juegos...
<b>Integración en el currículum</b>	A través de tutorías como desarrollo de los contenidos de la materia de Valores Sociales y Cívicos.
<b>Inclusión de las familias</b>	No especifica.

<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para la formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
		X	X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X			¿?	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	No existe evaluación.				

Álvarez Herreros, L. (2016). *“Diario de Emociones”*: Programa de Educación Emocional para el aula de Primaria. Universidad de La Rioja. Extraído de: [https://biblioteca.unirioja.es/tfe\\_e/TFE001147.pdf](https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE001147.pdf)

<b>Programa</b>	Programa "Viaje hacia lo positivo". Por: María del Carmen Pulido Delgado.
<b>Modelo teórico</b>	Enfoque de Bar-On, pues trabajan con el factor humorístico en su metodología.
<b>Muestra y método</b>	Se desconoce.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Educación Primaria.
<b>Formato</b>	Presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	5 sesiones.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Se trabajarán las competencias y habilidades de la IE bajo el modelo "ACERCAR": alfabetización emocional, comprensión emocional, experimentar y expresar emociones, regulación emocional y afrontamiento, control, autoestima y autoconcepto y relaciones interpersonales.
<b>Metodología utilizada</b>	Se utilizan actividades de creación propia y se toman los juegos populares como referencia. Técnicas creativas y recursos expresivos que fortalecen el nivel cognitivo y psíquico de los participantes. Se emplearán tareas cooperativas frente a otras competitivas dentro de un ambiente adecuado. Incluyen estrategias agradables y divertidas para los estudiantes. La gran novedad de su metodología es que se hará bajo el factor del humor para facilitar los aprendizajes y que resulten significativos, amenos y divertidos.

<b>Integración en el currículum</b>	A través de tutorías en pequeños grupos.				
<b>Inclusión de las familias</b>	No especifica.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para la formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
			X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X	X	X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Se desconoce.				

Pulido Delgado, M. D. C. Programa “viaje hacia lo positivo” programa para trabajar la inteligencia emocional dentro del aula. *Revista Internacional De Apoyo a La inclusión, Logopedia, Sociedad Y Multiculturalidad, 1.*

<b>Programa</b>	Programa para el Aprendizaje emocional y social de la Diputación de Guipúzcoa. Por: Izaskun Garmendia Iturrioz.
<b>Modelo teórico</b>	Se sigue el modelo teórico de Goleman.
<b>Muestra y método</b>	No especifica.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Educación Infantil, Primaria, Secundaria y Bachiller.
<b>Formato</b>	Presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	Se recomienda como mínimo 7 sesiones, en las cuáles el docente deberá elegir las 7 actividades correspondientes.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Se trabajará la conciencia emocional, las habilidades de vida y bienestar, la regulación emocional, la autonomía emocional y las habilidades emocionales.
<b>Metodología utilizada</b>	El programa cuenta con una metodología práctica y orientativa, además de transversal, para el desarrollo de la IE desde la acción tutorial para lograr que se adquieran las habilidades y competencias necesarias. Se parte de un enfoque constructivista en el que se utiliza una metodología globalizada y activa. Las actividades se realizarán de manera colectiva e individualmente. Se recomienda comenzar la actividad de forma individual, después en pequeños grupos y finalizar en grupo-clase.
<b>Integración en el currículum</b>	Se ha de llevar a cabo mediante la acción tutorial.

<b>Inclusión de las familias</b>	Este programa induce a la formación tanto del alumnado como de la comunidad educativa incluyendo a las familias.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para lo formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
	X	X	X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X	X	X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Se desconoce.				

Garmendia Iturrioz, I. (2008) Programa de Inteligencia Emocional. Diputación de Guipúzcoa. Extraído de:  
<http://www.eskolabakegune.euskadi.eus/es/web/eskolabakegune/material-de-la-diputacion-de-guipuzcoa>

<b>Programa</b>	El método RULER “The RULER Approach to social and emotional Learning” de la Universidad de Yale. Por: Marc Brackett.
<b>Modelo teórico</b>	Modelo de habilidad de Mayer y Salovey.
<b>Muestra y método</b>	Se desconoce.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Educación Primaria y Secundaria.
<b>Formato</b>	Presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	El método RULER cuenta con varias fases: Fase 1: Pilares de la Educación Emocional. Fase 2: Currículo de Alfabetización Emocional. Fase 3: Sostenibilidad.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Se pueden trabajar todas las habilidades de la IE desde el modelo de Habilidad.
<b>Metodología utilizada</b>	Las herramientas transversales que utiliza este programa son: Charter (se pretende ayudar a los demás a experimentar sentimientos y poner un acuerdo común sobre las emociones que todos desearían sentir), Medidor emocional (ayuda a clasificar las emociones), Meta-moment (es una herramienta de reflexión sobre los sentimientos destructivos) y The Blue Print (ayuda a fomentar la empatía entre los alumnos). Utiliza además un programa en formato de libro

	para trabajar todas las habilidades a partir de diversas palabras emocionales y proyectos artísticos.				
<b>Integración en el currículum</b>	A través de sesiones en tutorías de pequeños grupos y área de lengua y artes.				
<b>Inclusión de las familias</b>	Se abarcan todos los ámbitos educativos, así como directivos, profesores, alumnos y familias. Todos ellos reciben una formación en educación emocional.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para lo formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
	X	X	X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X	X	X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Diversas investigaciones demuestran que los alumnos que han seguido este programa presentan menos estrés y sufren menos depresión. Este método consigue un ambiente positivo dentro de las escuelas y fomenta la creatividad del alumnado. Los estudiantes consiguen desenvolverse mejor. Sus resultados académicos son un 11% mejores y sus habilidades sociales y de liderazgo mejoran un 19%.				

Brackett, M. (s. f.). RULER. Recuperado de <https://www.ycei.org/ruler-research-projects>

<b>Programa</b>	Programa socioemocional “Cuentos para conversar”. Por: Fundación EDEX.
<b>Modelo teórico</b>	El programa sigue el enfoque de Goleman.
<b>Muestra y método</b>	Se desconoce.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Primer ciclo de Educación Primaria.
<b>Formato</b>	Presencial y Online.
<b>Nº de sesiones</b>	Se desconoce.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Se trabaja el autoconocimiento, la empatía, la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales, la toma de decisiones, el manejo de problemas y conflictos, el pensamiento creativo, el pensamiento crítico, el manejo de las emociones y los sentimientos y el manejo de tensiones y estrés.
<b>Metodología utilizada</b>	El programa parte de una colección de 10 historias o cuentos breves. Las familias y profesorado que participen en el programa podrán acceder a las 10 historias en formato de dibujo animado y una guía para las familias. Los materiales didácticos se encuentran disponibles en diversos soportes (impresos, videos, juegos, exposiciones, APPs...etc).
<b>Integración en el currículum</b>	De manera multidisciplinar, las sesiones se pueden realizar en tutorías, hora de biblioteca o en la asignatura de Lengua Castellana y Literatura.
<b>Inclusión de las familias</b>	Cada uno de los cuentos posee una breve guía para padres y madres titulada “Conversar en familia”. En ella se incluyen: habilidades para la vida, presentación de la habilidad específica

	de cada cuento y una propuesta de actividad para realizar en familia, complementarias al trabajo de aula.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para la formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
	X		X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X	X	X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Se desconoce.				

Fundación EDEX. Programa de Educación Socioemocional: "Cuentos para conversar". Extraído de:

<https://www.cuentosparaconversar.net/#>

<b>Programa</b>	Programa socioemocional “La aventura de la vida”. Por: Fundación EDEX.
<b>Modelo teórico</b>	Se sigue el enfoque de Goleman.
<b>Muestra y método</b>	Se desconoce.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Segundo y tercer ciclo de Educación Primaria.
<b>Formato</b>	Online y presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	36 por nivel.
<b>Competencias que se trabajan</b>	El programa se centra en las 10 habilidades para la vida propuestas por la OMS. Se trabaja el autoconocimiento, la empatía, la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales, la toma de decisiones, el manejo de problemas y conflictos, el pensamiento creativo, el pensamiento crítico, el manejo de las emociones y los sentimientos y el manejo de tensiones y estrés.
<b>Metodología utilizada</b>	Se concreta en 12 temas: autorrespeto, afrontar los desafíos, manejar la tensión, relacionarse, tomar decisiones, uso de medicamentos, consumo de alcohol, consumo de tabaco, actividad y descanso, alimentación, seguridad e higiene. Como herramientas, ofrece a la escuela 4 álbumes de cromos, una guía para el profesorado con 36 actividades para cada nivel, recursos y dinámicas educativas y objetivos y contenidos. Además, incluye una colección de 38 historias animadas de 3 minutos.

<b>Integración en el currículum</b>	De manera multidisciplinar, las sesiones se pueden realizar (por ejemplo) en tutorías, la hora de biblioteca o en la asignatura de Lengua Castellana y Literatura.				
<b>Inclusión de las familias</b>	Se ofrece a las familias la guía “10 pasos para educar a sus hijas e hijos en hábitos saludables”.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para lo formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
	X	X	X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	Es un programa altamente interactivo.
	X	X	X	X	X
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Se desconoce.				

Fundación EDEX. Programa de Educación Socioemocional: “La aventura de la vida”. Extraído de:

<https://www.laaventuradelavida.net/#>

<b>Programa</b>	Proyecto: Red de Escuela Emocional. Por: Colegio público bilingüe Elvira España.
<b>Modelo teórico</b>	Enfoque de Goleman.
<b>Muestra y método</b>	No especifica.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Educación Infantil y Primaria.
<b>Formato</b>	Online y presencial.
<b>Nº de sesiones</b>	Se dedicarán dos sesiones semanales a lo largo de todo el curso escolar.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Habilidades emocionales: resolución de conflictos, frustración, autoestima, asertividad, cohesión de grupo, empatía y aceptación.
<b>Metodología utilizada</b>	Se parte de un enfoque constructivista y se basa en una metodología globalizada y activa para la construcción de aprendizajes emocionales, significativos y funcionales. A través de la participación activa los alumnos trabajan con cuentos y dinámicas de grupo en diferentes actividades. Se parte de los intereses propios del alumnado y de las situaciones cotidianas para facilitar su motivación en el relato de cuentos, canciones, sucesos, tradiciones... Además, se utilizan materiales propios del aula como: la biblioteca, ordenadores, medios audiovisuales, pizarra digital y material específico para cada actividad que elabore el grupo de trabajo. Otras herramientas son libros, cuentos o videojuegos.
<b>Integración en el currículum</b>	Se desconoce.

<b>Inclusión de las familias</b>	Se forma a las familias mediante un doble enfoque: informar en el conocimiento de las emociones y entrenar el manejo de situaciones cotidianas con pequeños conflictos dentro del hogar. Las sesiones formativas tienen un enfoque práctico y participativo.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para la formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
	X	X	X		X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	Es un programa altamente interactivo.
	X	X	X	X	X
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Se desconoce.				

Colegio Público Bilingüe Elvira España (2016). *Proyecto: RED DE ESCUELA EMOCIONAL*. Tudela. Extraído de:

<https://cpbelviraespana.educacion.navarra.es/web/wp-content/uploads/2019/02/PROYECTO-E.S.E.pdf>

<b>Programa</b>	Educación emocional. Programa para Educación Primaria (6-12 años). Por: GROPE (Coordinadora: Agnés Renom Plana).
<b>Modelo teórico</b>	Enfoque de Goleman.
<b>Muestra y método</b>	Se desconoce.
<b>Nivel/Cursos a los que va dirigido</b>	Cada uno de los ciclos de la etapa de Educación Primaria.
<b>Formato</b>	Presencial y Online.
<b>Nº de sesiones</b>	Libre. Cuenta con un total de 25 actividades; 5 para cada bloque.
<b>Competencias que se trabajan</b>	Educación e Inteligencia emocional: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida.
<b>Metodología utilizada</b>	Metodología globalizada y activa. Cuenta con un total de 25 actividades, destinando 5 a cada uno de los bloques temáticos (conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida). Tiene en cuenta la diversidad del alumnado y da importancia a la individualización (en el sentido de establecer una relación personal y ajustada). El papel del educador consiste en mediar. Motiva a la participación y dinamiza el grupo proporcionando seguridad y un buen clima de clase. Además, se da pie a que los alumnos se expresen, muestren sus intereses y compartan sus vivencias.
<b>Integración en el currículum</b>	Se recomienda realizar un programa específico para el grupo o centro donde vaya a aplicarse de forma que se trabaje transversal a otras materias y se incluya dentro del currículum educativo.

<b>Inclusión de las familias</b>	Tiene en cuenta que las familias también son “educadores”. En el bloque de “habilidades de vida” se ofrece la posibilidad de incluir a las familias en una de sus actividades para que participen en el desarrollo de enseñanza-aprendizaje de sus hijos.				
<b>Criterios que se cumplen</b>	El programa se integra en su comunidad o en estrategias medioambientales.	Cuenta con sesiones secuenciadas para el desarrollo de las capacidades.	Apuesta por el aprendizaje activo de los estudiantes.	Centra el tiempo necesario para lo formación de habilidades.	Enseña habilidades concretas.
			X	X	X
	Utiliza varios métodos didácticos.	Se implementa a través de pequeños grupos.	Cubre capacidades generales y específicas.	Es teóricamente coherente.	
	X		X	X	
<b>Resultados/ Evaluación</b>	Se desconoce.				

Renom, A. (coord.) (2003): Educación emocional. Programa para educación primaria (6-12 años). Barcelona: Wolters Kluwer.