

FAMILIA Y COMPETENCIA EMOCIONAL.

M^a Ángeles Hernández Prados

mangeles@um.es

Carmen Noguera Sánchez

nosan172@hotmail.com

RESUMEN

Los cambios que ha experimentado la familia en un espacio de tiempo relativamente corto ha afectado emocionalmente a todos sus componentes. Se han incrementado en muchos contextos familiares la responsabilidad y exigencia de las competencias parentales, y como consecuencia tanto padres como madres, pero especialmente estas últimas, viven con la constante sensación de sobrecarga, el estrés familiar, las fobias escolares, ansiedad infantil, constituyen una muestra de los desajustes emocionales que experimentan los miembros de la unidad familiar. De ahí que cada vez se haga más necesario la formación de familias que contribuya a desarrollar la competencia emocional. Este trabajo parte la revisión de diferentes Programas de Educación Emocional para la selección de actividades destinadas fundamentalmente a las familias y poder realizar una propuesta didáctica para Educación Primaria.

Palabras clave: familia, competencias, emociones, programas, actividades.

1. INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente la sociedad ha considerado la inteligencia de las personas en detrimento de sus capacidades cognitivas, asociando el rendimiento académico de los alumnos en función del grado de inteligencia que poseían, de forma que aquellos estudiantes que eran más inteligentes, obtenían mejores calificaciones. De hecho, con la aparición de instrumentos de evaluación de la inteligencia, como el Coeficiente Intelectual (CI), se comprobó que existía una correlación positiva entre CI y resultados académicos (Extremera y Fernández-Berrocal, 2001). Sin embargo, en el siglo XXI la concepción de la inteligencia tradicional ha entrado en controversia cuando la evidencia empírica ha demostrado que poseer un CI alto no es condición suficiente para garantizar el éxito académico, profesional y personal (Extremera y Fernández-Berrocal, 2001; Goleman, 1995), siendo necesario prestar atención hacia otras variables que pudieran presentar una mayor capacidad predictiva del desempeño y la adaptación al medio (Parker, Summerfeldt, Hogan y Majeski, 2004). La inteligencia deja de ser concebida en singular para abrirse a la pluralidad. Desde este enfoque, Gardner (1983) nos ofrece un amplio abanico de inteligencias: Inteligencia musical, la Inteligencia cinestésico-corporal, la Inteligencia lógico-matemática, la Inteligencia lingüística, la Inteligencia espacial, la Inteligencia interpersonal y la Inteligencia intrapersonal, siendo estas dos últimas las más

relacionadas con la Inteligencia Emocional, y todas ellas objeto de mejora a través de la tarea educativa. Atendiendo al trabajo de Hernández, Ferrándiz y Llor (2010) la inteligencia intrapersonal permite conocer, acceder y reflexionar sobre los sentimientos propios, mientras que la inteligencia interpersonal atiende a los sentimientos y reacciones emocionales de los demás, lo que nos permite poder anticiparse a sus respuestas.

Los pioneros en el campo de la inteligencia emocional son Salovey y Mayer (1990) y la definieron como “the subset of social intelligence that involves the ability to monitor one’s own and others’ feelings and emotions, to discriminate among them and to use this information to guide one’s thinking and actions”(p.189), resaltando la capacidad de supervisar, controlar y discriminar las emociones propias y la de los otros. En definitiva entienden la inteligencia emocional como el uso adaptativo de las emociones de manera que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio que le rodea (Mayer y Salovey, 1997), estableciendo cuatro componentes esenciales (Salovey y Grewal, 2005): *percepción emocional* (habilidad para identificar y reconocer tanto los propios sentimientos como los de aquellos que nos rodean); *facilitación emocional* (habilidad para detectar los estados emocionales durante los procesos de solución de problemas o razonamiento); *comprensión emocional* (habilidad para ser sensible ante las variaciones entre las emociones, así como categorizar y organizar las emociones en función de su significado y funcionamiento) y *regulación emocional* (habilidad para manejar los estados emocionales, tanto positivos como negativos).

No obstante, quien popularizó dicho término fue Goleman (1995) con su best-seller “la inteligencia emocional”, a la que posteriormente le siguió la obra “*La práctica de la inteligencia emocional* (1999).

Las normas que gobiernan el mundo laboral están cambiando. En la actualidad no sólo se nos juzga por lo más o menos inteligentes que podamos ser ni por nuestra formación o experiencia, sino también por el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás (...) Estas nuevas normas pueden ayudarnos a predecir quién va a fracasar y quién, por el contrario, llegará a convertirse en un trabajador "estrella". Y poco importa, en este sentido, cuál sea el campo laboral en el que nos movamos porque estas normas determinan también nuestro potencial para acceder a otros posibles trabajos futuros. Pero el hecho es que estas normas tienen muy poco que ver con lo que, en la escuela, nos dijeron que era importante porque, desde esta nueva perspectiva, las habilidades académicas son prácticamente irrelevantes (Goleman, 1999, p.6).

A pesar del incremento en la producción científica sobre inteligencia emocional experimentado en los últimos años, se reconoce la necesidad de indagar en el funcionamiento de la misma, especialmente, en los aspectos motivacionales del contexto que favorecen la

aplicación y funcionalidad de las competencias emocionales, así como el impacto potencial que presenta para el manejo de las emociones positivas y negativas los programas de entrenamiento de la inteligencia emocional en la vida de los escolares, trabajadores y familiares.

La necesidad de prestar más atención a los aspectos emocionales en la tarea de educar desde los diferentes contextos educativos es una realidad manifiesta en el aburrimiento de los educandos en las aulas, en los problemas que tiene el docente para poder mantener el clima de trabajo, en los problemas de violencia escolar, en el estrés familiar, etc. El excesivo protagonismo que la escuela ha concedido a los conocimientos formales-curriculares no ha garantizado el adecuado ajuste del alumno a su entorno, demandando con urgencia una renovación pedagógica de los centros escolares en la que lo emocional no sea un contenido anecdótico, sino un eje principal de la misma.

A partir de esta necesidad, han surgido diversos programas que promueven el conocimiento y manejo de las emociones en distintos países. Por ejemplo, en Estados Unidos el programa "Social and Emotional Learning" (SEL) se encarga de coordinar programas destinados al desarrollo práctico de las habilidades emocionales y sociales de los niños en un ambiente positivo y estimulante (Greenberg et al., 2003; Wiessberg y O'Brien, 2004) y se encuentra basado en el concepto de Inteligencia Emocional. En España con la finalidad de introducir la educación emocional en la escuela, se ha generado todo un movimiento educativo bajo distintas denominaciones como "Educación Emocional" o "Educación Socioemocional" (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008). Dentro del ámbito de los programas emocionales, destacan aquellos que se centran directa o indirectamente en el control del temperamento violento y la proliferación de las emociones que favorecen la convivencia. En este sentido, el programa de desarrollo de la competencia emocional elaborado por Merchán, Bermejo y González (2014), demostró mejoras en el grado de amistad, favoreciendo de este modo las relaciones entre los escolares y la convivencia escolar. Otro programa que incide en las relaciones sociales e integración de los educandos es el desarrollado por Musitu y Cava (1999), quien desarrolló un programa de educación emocional centrado principalmente en la autoestima. En esta misma línea, el programa de Filella, Pérez, Agulló y Oriol (2014) mostró un aumento significativo de las competencias emocionales en niños de primaria, concretamente la autoestima y una disminución en el número de rechazos de los alumnos.

1.1. El papel de la familia en la educación emocional

Aunque la escuela se considera como el lugar idóneo para la promoción de la Inteligencia Emocional (Goleman, 1995), no se debe perder de vista la relevancia de las habilidades emocionales en el hogar, ya que es ahí donde comienza el aprendizaje del niño (Morales y Zafra, 2009). La familia constituye el primer contexto socializador de las personas, en el que se transmiten normas, valores y modelos de comportamiento a través de la

interiorización de los elementos básicos de la cultura dando lugar a la configuración de las bases de su personalidad (Rodríguez, 2007). Por tanto, el contexto familiar adquiere un gran importancia en el proceso de socialización y aprendizaje de los niños a lo largo de su desarrollo (Berk, 2004), incluyendo habilidades relacionadas con la resolución de conflictos, habilidades sociales o regulación emocional.

Es en la familia donde el niño aprende educación emocional, la cual la desarrollará de por vida. De acuerdo con Mesa (2005), es en casa donde el niño aprende a cómo ser persona, las relaciones con los demás, las creencias y los valores de sus padres. Este aprendizaje social por observación e imitación es fundamental para manifestar las emociones, pero, ¿quién debe llevar a cabo este tipo de educación emocional? Según la pedagogía sistémica, es necesario que los padres sean los primeros educadores y luego la escuela. El sistema se desequilibrará si los padres soslayan esa responsabilidad pasándola a la escuela. Ambos agentes deben caminar en la misma dirección unidos por el desarrollo emocional de las nuevas generaciones.

Martínez González, Pérez Herrero y Álvarez Blanco (2007), concluyen en su investigación la necesidad de organizar programas y acciones formativas con metodologías grupales que permitan a los padres y madres compartir y contrastar sus experiencias parentales y apoyarse mutuamente, recibir información sobre el desarrollo evolutivo de los hijos y sus consecuencias y adquirir estrategias y habilidades educativas como la relación y la autorregulación emocional, el autoestima o técnicas de comunicación con los hijos para la resolución positiva de conflictos regulando así su comportamiento.

2. PROPUESTA DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA TRABAJAR EL MIEDO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

2.1. Destinatarios

La revisión de las actividades realizada en este trabajo proceden de programas de intervención en población de niños con edades comprendidas entre los 6 y 12 años, tanto en el aula como en sus contextos familiares. El conocimiento emocional y la capacidad de manejar estados de ánimo negativos previenen el desarrollo de futuros problemas emocionales en niños excesivamente dependientes, sobreprotegidos o con dificultades de aprendizaje que presente déficit en habilidades de autorregulación emocional.

Aunque es factible de desarrollarse en cualquier contexto educativo, se encuentra especialmente indicado en contextos en los que existen alteraciones del clima de aula, problemas de autoestima, puede emplearse también como parte del protocolo de intervención de alteraciones como el Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), en casos de acoso escolar, etc. Otra ámbito susceptible de intervención, dada la alta prevalencia de conductas de riesgo existente en la población adolescente, como el consumo de sustancias ilegales, cuyo desencadenante puede venir determinado precisamente por alteraciones

emocionales, baja capacidad de inhibir impulsos o déficit en habilidades sociales, resulta de gran importancia la prevención mediante la adquisición de estrategias de IE que faciliten un afrontamiento adaptativo de estas situaciones.

Por último, como hemos mencionado en el trabajo, las habilidades emocionales que poseen tanto los padres como los hijos, pueden favorecer un adecuado clima familiar y, por tanto, el desarrollo óptimo y bienestar de sus componentes. El entrenamiento en IE puede resultar muy positivo en contextos en los que exista una situación de conflicto familiar, repercutiendo de forma beneficiosa tanto a nivel individual como grupal.

2.2. Objetivos y metodología

La finalidad de esta secuencia consiste en contribuir a que el alumnado sea capaz de reconocer y manejar sus miedos y los miedos de los otros, de modo que indirectamente se favorece su integración en el grupo de iguales dentro del aula y la mejora de las relaciones interpersonales fuera de la misma. Las actividades diseñadas servirán para motivar a alumnos y padres a trabajar con la educación emocional. Será una actividad a realizar tanto en el contexto familiar como en el aula de forma lúdica y haciendo partícipes a todos los miembros. Para ello, dispondremos de un “tarro de las emociones”, es decir, un recipiente en el que habrá pequeños papeles doblados que contienen una emoción escrita.

La metodología en el aula se llevará a cabo pidiendo a dos voluntarios que salgan de la clase. En el interior del aula un voluntario escogerá una emoción del tarro de las emociones y lo leerá a toda la clase para que todos representen la emoción descrita. Los dos niños que se encontraban fuera volverán a clase y tendrán que adivinar qué emoción tienen sus compañeros. Repetimos el juego algunas veces para que la gran mayoría de los alumnos experimenten el descubrimiento de la emoción en los demás.

Para la realización en casa, pediremos a los padres que construyan, junto a la colaboración de los hijos, un “tarro de las emociones”. Serán los adultos los que establecerán el horario el momento para poder coger una emoción del recipiente y realizar la actividad lúdica. Se aconsejará que esta acción sea a modo de refuerzo conductual, como por ejemplo al finalizar los deberes o recoger la mesa. Además se propondrá realizar la actividad a lo largo de 3 días pudiéndose adaptar posteriormente la tarea a realizar con la emoción escogida con otras actividades como por ejemplo si sale la emoción de tristeza, ser capaz de sugerir soluciones ante este problema emocional.

2.3. Secuencia de trabajo

Atendiendo a lo expuesto en la fundamentación teórica, se ha adoptado el Modelo de cuatro componentes de habilidad en la Inteligencia Emocional: Percepción emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional. de modo que, en primer lugar los alumnos realizarán un reconocimiento de la emoción, tanto propia como ajena. Es muy importante conocer el modo en el que nuestro estado de ánimo o el de otro influye en el comportamiento. Esta habilidad hace que un líder considere los sentimientos de los subalternos y sepa tratar a las personas, según las reacciones que estas puedan tener en determinado momento, es saber cómo decir las cosas y cómo actuar al percibir y entender el punto de vista de cada uno de los miembros de determinado grupo de trabajo, ante situaciones problemáticas.

Posteriormente, se llevarán a cabo actividades de comprensión emocional en las que el niño será consciente de las de señales emocionales que se presentan ante diferentes situaciones y la necesidad de saber identificar de qué emoción se trata. De esta forma el niño será consciente de lo que le ocurre de forma psicológica y fisiológica y podrá comenzar a pensar en el origen y las consecuencias que tiene la emoción sentida.

En tercer lugar, trabajamos la regulación emocional. Para ello se emplean actividades de relajación para el control consciente de las emociones logrando así un crecimiento emocional e intelectual.

Por último, se trabajará la facilitación emocional en la que el niño ya es consciente de la emoción que está sintiendo, controla sus impulsos con la regulación y pone en práctica las soluciones a las diferentes situaciones. Es en esta fase donde el niño tiene la tarea más compleja ya que debe reflexionar acerca del motivo de la emoción, de todo lo siente y padece, de cómo regularlo y poner remedio a ese estado.

2.4. Guía de actividades

2.4.1. Reconociendo el miedo a través de un cuento

Los cuentos están llenos de personajes que viven situaciones diversas, pasan penas, alegrías, sustos, enojos, vergüenzas, etc. Vivir y hacer vivir las emociones que nos transmiten los demás facilita descubrir nuestras propias emociones y el reconocimiento de las mismas. Se puede descubrir cosas nuevas en un cuento, además de disfrutar de una historia divertida, y trabajar las emociones a través de personajes de ficción.

a) Objetivos

- Identificar las emociones que se expresan en los personajes.
- Identificar las emociones propias experimentadas durante la lectura del cuento.
- Identificar los factores situacionales que impulsan la emoción del miedo.

- Buscar otras emociones alternativas al miedo

b) Desarrollo de la actividad

El educador explica el cuento, con ayuda de las imágenes, poniendo énfasis en aquellas situaciones que provoquen situaciones de manera clara, por ejemplo, cuando aparece el lobo, sale el mago de la lámpara, se apaga la luz y queda todo oscuro...

Posteriormente se pasa a reflexionar sobre la explicación, teniendo en cuenta todo aquello que nos ha hecho vivir el relato. Para ellos se proponen una serie de preguntas que el alumnado deberá responder, intentado la participación de todos.

Preguntas:

1. Recordando el cuento, nombra situaciones en las que, según tu opinión, el personaje sintió alegría, tristeza, vergüenza, miedo...
2. ¿cómo te has sentido con la lectura del cuento
3. ¿Cuándo recuerdas haber sentido miedo? ¿en que ocasiones? ¿qué aspectos desencadenan el miedo en ti?
4. ¿Son mis emociones parecidas a las de los demás ante una misma situación? ¿Qué estrategias empleas para combatir el miedo?

c) Recursos

- Cuento del miedo.
- Preguntas de reflexión

d) Temporalización

La actividad se desarrollará en una sesión de 50 minutos aproximadamente

e) Referencia: Programa de Educación Emocional para la Educación Primaria, concretamente para niños de 6 a 12 años, dirigido por la coordinadora Agnès Renom Plana y publicado por la editorial Wolters Kluwer España.

2.4.2. Pensamiento, Situación y Conducta ante la emoción del miedo

La lectura e interpretación de imágenes, dibujos o historietas adiestra a los alumnos en un lenguaje óptimo para expresar un amplio conjunto de experiencias y emociones de la vida cotidiana. Este tipo de material es útil como instrumento para ejercitar la observación, comparar, relacionar, juzgar e interpretar. A su vez, se observa cómo un mismo significante puede adquirir distintas interpretaciones según las experiencias e historias personales de cada niño.

a) Objetivos

- Reconocer y afrontar el miedo.

b) Desarrollo de la actividad

Se muestra una primera imagen a los alumnos poniéndolos en una situación, en concreto en la cabina de un avión. Se les pide a los alumnos que en gran grupo identifiquen el pensamiento del niño de la primera imagen, las sensaciones que tiene y la posible conducta que puede desarrollar ante esta situación. Cuando hemos comentado estos tres aspectos, mostramos a los niños cómo resuelve la situación y los pasos a seguir.

Aunque la actividad base esta prevista para enseñar solo la imagen, podríamos presentar la misma con una pequeña narración que ayude a personalizar los protagonistas de las imágenes y contribuir de ese modo a empatizar con las emociones de los mismos. De igual modo otra propuesta de mejora de la actividad consistiría en favorecer el reconocimiento del pensamiento, la sensación y la conducta de la emoción del miedo a su experiencia propia.

Piensa en la primera vez que te subiste en avión/barco/globo/noria/tiovivo/etc, y sentiste miedo: ¿Qué pensabas?, ¿Qué sensaciones tenías?, ¿Qué hiciste?, ¿Podrías establecer pautas de ayuda como en el caso de Juan?

Las preguntas se realizarán por escrito para que los alumnos no sientan vergüenza a la hora de expresar sus emociones y sentimientos pero de forma anónima. Después el profesor recogerá las fichas y las volverá a repartir de forma aleatoria haciendo que los alumnos vean los miedos de los demás y las soluciones que han propuesto sin saber de quién se trata en concreto. Se escribirán en la pizarra todos los miedos que han descrito los alumnos y las pautas de ayuda.

c) Recursos

- Imágenes proyectadas
- Cuaderno del alumno
- Preguntas de reflexión

d) Temporalización

La actividad se desarrollará en una sesión de 55 minutos aproximadamente

e) Referencia: Acosta, López, Segura y Rodríguez (s.f) diseñan un Programa de educación para la convivencia titulado “Cuaderno de educación en sentimientos” para la Junta de Andalucía donde encontramos una actividad en relación con el miedo

2.4.3. Relajación

La relajación significa una ausencia de tensión o activación que se manifiesta a tres niveles: fisiológico, conductual y subjetivo. Cuando nos sentimos relajados tomamos decisiones más acertadas, estamos mejor con nosotros mismos y valoramos positivamente el esfuerzo de los demás. En definitiva, actuamos de forma más asertiva.

a) Objetivos

- Experimentar y Valorar la relajación como un estado que nos permite regular las emociones.
- Aprender la respiración diafragmática
- Saber capaz de reconocer y gestionar el miedo en una situación concreta mediante la respiración

b) Desarrollo de la actividad

Sentados en el suelo, se pide a los alumnos que piensen en lo que han estado haciendo, en cómo se sienten y en las emociones que están sintiendo. Se tenderán en el suelo y, con los ojos cerrados, se iniciará la relajación acompañados por música de fondo muy suave que les invite a tranquilizarse.

El educador leerá un texto que irán interiorizando y les permitirá seguir las instrucciones que se les detalla: “Piensa que has ido de excursión y has hecho muchas cosas; te lo has pasado muy bien corriendo, saltando y jugando con tus amigos. Pero ahora estás muy cansado y necesitas estirarte en el suelo. Notas cómo todo tu cuerpo empieza a descansar y la respiración se va haciendo cada vez más lenta. Tu rostro está cansado. También tus ojos, la nariz, las orejas, la boca, la barbilla están tensos. Deja que se relajen poco a poco.

En este momento tus hombros notan la fatiga acumulada de todo el día, pero recuerda que ahora estás tranquilo y poco a poco te estás relajando. Mueve los dedos de las manos y déjalas abiertas y en reposo. Ahora concéntrate en tus brazos y experimenta cómo se van relajando. Respira lenta y profundamente y, con la mano encima de tu abdomen, experimenta cómo este sube y baja al compás de tu respiración. Tus piernas están cargadas por la tensión que has ido acumulando mientras corrías, saltabas y jugabas con tus amigos. Deja que se relajen lentamente. Tus pies también necesitan un descanso, muévelos lentamente como si quisieras abrirlos y cerrarlos. Deja que se relajen.

Además de lo contemplado, consideramos esencial practicar la relajación mediante la respiración diafragmática siguiendo los siguientes pasos:

- Ponte una mano sobre el pecho y otra sobre el estómago, para estar seguro de que llevas el aire a la parte de debajo de los pulmones, sin mover el pecho.
- Al tomar el aire, lentamente, lo llevas hacia abajo hinchando un poco estómago y barriga, sin mover el pecho.
- Retienes el aire contando de uno a tres en esa posición.
- Sueltas el aire, lentamente, hundiendo un poco estómago y barriga, sin mover el pecho.

Procura mantenerte relajado y relajarte un poco más al soltar el aire. Diariamente los alumnos expondrán aleatoriamente como se han sentido en la jornada escolar y practicarán la respiración durante 5-10 minutos para relajarse de las emociones tensas.

c) Recursos

- Espacio amplio
- Música de relajación con su correspondiente reproductor
- Luz y temperatura adecuada

d) *Temporalización*

La actividad se desarrollará en una sesión de 30 minutos aproximadamente

e) *Referencia:* Programa de Educación Emocional para la Educación Primaria, dirigido por Agnès Renom Plana y publicado por la editorial Wolters Kluwer España.

2.4.4. Control de impulsos y resolución del problema

a) *Objetivos*

- Tomar conciencia del miedo que se siente.
- Aplicar la técnica de relajación
- Promover una actitud positiva ante los problemas

b) *Desarrollo de la actividad*

En esta actividad se propone al alumno la capacidad de reconocer la emoción que siente y darle un valor. Para ello se muestra al alumno un termómetro emocional. Los alumnos puntuarán del 0 al 10. Cuando más alta sea la temperatura emocional, mejor se sentirá el niño. Se le ponen algunos ejemplos para la comprensión de la utilización de dicho termómetro. El alumno debe darle un valor a la emoción, aplicar la técnica de relajación vista en la sesión anterior y debe describir cómo se encuentra su respiración, su corazón, sus piernas y sus brazos.

Como complemento y profundización en la actividad proponemos que el alumno debe plantear el problema, pensar lo que quiere lograr, es decir, el objetivo a cumplir, pensar en dos caminos que puede tomar para alcanzar el objetivo marcado y averiguar cuáles son las ventajas y consecuencias de cada uno para finalmente elegir la mejor opción y pensar cómo llevarla a cabo.

c) *Recursos*

- Cuaderno del alumno.
- Ficha del termómetro emocional

d) *Temporalización*

La actividad se desarrollará en una sesión de 45 minutos aproximadamente

e) *Referencia:* Programa Escolar de Desarrollo Emocional (PEDE)" realizado por Lozano, García, Lozano, Pedrosa y Llano, promovido por la Conserjería de Educación y Ciencia.

3. CONCLUSIONES

En ocasiones los centros tienen serias dificultades espacio-temporales para poder desarrollar un programa de educación emocional de gran envergadura que trata diversas emociones. Consideramos que pequeñas píldoras de educación emocional, centradas específicamente en una única emoción ajustada a las necesidades de aula, son más fáciles de llevar a práctica. Bajo estas premisas se ha diseñado esta secuencia de educación emocional sobre el miedo, y esperamos que pueda ser no solo replicada sino mejorada con nuevas aportaciones por parte de los docentes y familiares que vayan a ponerlas en práctica.

REFERENCIAS

- Berk, L. (2004). *Awakening Children's Minds: How Parents and Teachers Can Make a Difference*. Oxford University Press.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2001). *¿Es la inteligencia emocional un adecuado predictor del rendimiento académico en estudiantes?*. III Jornada de Innovación Pedagógica: Inteligencia Emocional. Una brújula para el siglo XXI (pp. 146-157).
- Fernández-Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008a). La inteligencia emocional en la educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 421-436.
- Filella, G., Pérez, N., Agulló, M. J., & Oriol, X. (2014). Resultados de la aplicación de un programa de educación emocional en Educación Primaria. *Estudios sobre educación*, 26, 125147
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Nueva York: Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Bantam Books. (Trad. Cast. Kairós, 1996).
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Greenberg, M. T., Weissberg, R. P., O'Brien, M. U., Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H. y Elias, M. J. (2003). Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. *American Psychologist*, 58, 466-74.
- Güemes, I. (2011). Evaluación de la eficacia del programa "conves" para la mejora de la Convivencia en educación primaria. *Escuela Abierta*, 14, 33-46.
- Hernández, D., Ferrándiz, C., Llor, L. (2010). Inteligencia: aplicaciones al contexto escolar. En Ferrándiz, C. (coord.), *Psicología de la Educación para pedagogos* (pp. 79- 89). Murcia, España: Diego Marín.

- Jiménez Morales, M. I., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de psicología*, 41(1).
- Martínez González, R. A., Pérez Herrero, M. H., & Álvarez Blanco, L. (2007). Estrategias para prevenir y afrontar conflictos en las relaciones familiares (padres e hijos). *Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Colección Observatorio de Infancia*.
- Mesa Castillo, O. (2005). Acto convocado por la Sociedad Cubana de Derecho Civil y Familia de la Unión Nacional de Juristas de Cuba y la Federación de Mujeres Cubanas el 7 de marzo de 2005 dedicado a conmemorar el XXX Aniversario de la promulgación y puesta en vigor del Código de Familia de Cuba. *Revista Cubana de Derecho*, (25).
- Merchán, I., Bermejo, M. L., & González, J. (2014).| Eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1(1), 9199
- Musitu, G., & Cava, M.J. (1999). Evaluación de un programa de intervención para la potenciación de la autoestima. *Psychosocial Intervention*, 8 (3), 369-384.
- Parker, J., Summerfeldt, L., Hogan, M. y Majeski, S. (2004). Emotional Intelligence and academic success:examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 36(1), 163-172.
- Rodríguez, A. (2007). Principales modelos de socialización familiar. *Foro de Educación*, 9, 91-97.
- Salovey, P., y Grewal, D. (2005). The science of emotional intelligence. *Current directions in psychological science*, 14(6), 281-285.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Weissberg, R. P. y O'Brien, M. U. (2004). What works in school-based social and emotional learning programs for positive youth development. *Annals AAPSS*, 591, 86-97.