

---

# La educación emocional como método para mejorar los problemas de conducta de los niños y niñas

Una experiencia llevada a cabo en República  
Dominicana

---

Inés García García  
[al286967@uji.es](mailto:al286967@uji.es)

Clara Andrés-Roqueta  
[candres@uji.es](mailto:candres@uji.es)

## I. Resumen

---

Actualmente, la educación emocional ha ido cobrando importancia en las escuelas y se ha considerado que, para que la educación conlleve un desarrollo pleno e integral de la personalidad de los niños, es necesario que el desarrollo cognitivo y emocional se contemplen. En este sentido, la inteligencia emocional comprende un conjunto de habilidades como la identificación y expresión de emociones, las habilidades socioemocionales, la autonomía emocional y el autocontrol. Además, ayuda a tomar mejor las decisiones, a confiar en los demás, a mejorar la conducta y a desarrollar relaciones interpersonales satisfactorias. Por ello, debería iniciarse desde los primeros años de escolarización, y ser una práctica continuada a lo largo de la escolaridad.

En el presente estudio se implementó un método de intervención en educación emocional en un aula ordinaria de 1.º de educación primaria (24 niños entre 6 y 8 años) de un colegio de República Dominicana, en la que se observaron graves problemas de conducta en gran parte del alumnado de la clase. La duración de la intervención fue de seis sesiones (una por semana), extraídas de una guía elaborada por las autoras donde se proponen recomendaciones y recursos para mejorar las competencias emocionales de los niños y niñas de edad escolar, siguiendo los hitos evolutivos del desarrollo emocional infantil típico, y estructuradas en sus distintos componentes. Con el fin de conocer la efectividad del método sobre la competencia emocional del alumnado, este fue evaluado con la aplicación *Emocionatest* antes y después de llevar a cabo la intervención.

Los resultados del estudio mostraron que todos los niños y las niñas mejoraron sus competencias emocionales, aunque hubo diferencias entre los logros conseguidos. Se concluye sobre el valor de la educación emocional ante la prevención de los problemas de conducta, y se destaca la necesidad de potenciar su desarrollo desde el inicio de la escolarización.

**Palabras clave:** educación emocional, desarrollo emocional, intervención, educación primaria, problemas de conducta.

## II. Introducción

---

Tradicionalmente, la educación ha estado centrada en el desarrollo cognitivo de la persona, y ha olvidado la dimensión emocional. No es hasta mediados de los noventa cuando la educación emocional comienza a ser un tema de interés general por parte de la sociedad; por ello, es cuando empiezan a aparecer

artículos y libros sobre ello (Bisquerra, 2009). Sin embargo, hoy en día se considera que para que la educación se oriente al pleno desarrollo de la personalidad de los niños, es necesario que el desarrollo cognitivo se contemple con el desarrollo emocional (de Andrés Vitoria, 2005).

La educación emocional se entiende como un proceso en el que se potencia el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona (Bisquerra Alzina, 2007), además de aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra Alzina, 2005). Agulló, Filella, Garcia, López y Bisquerra (2010) exponen que esta, no solo se limita a la educación formal, sino que se extiende también a los medios sociocomunitarios y a las organizaciones, y afirman que es un aprendizaje que se da a lo largo de la vida.

La educación emocional adquiere mucha importancia tanto en el ámbito familiar como en el escolar. En cuanto al primer ámbito, Bisquerra Alzina (2011) afirma que la implicación de la familia es un elemento esencial para la educación emocional de los hijos e hijas, porque es en este mismo entorno, donde se establecen prácticas educativas que se convierten en punto de referencia para niños y niñas, y permiten el logro de estilos de socialización, donde se desarrollan las competencias emocionales (Henaó y García, 2009). Además, se produce una conexión entre ambos agentes, padre/madre e hijo/hija, de tal forma que, si se observa la conducta del niño o la niña, se pueden identificar rasgos esenciales en el tipo de socialización que se da en la familia (Darling y Steinberg, 1993). La educación emocional en este ámbito es conseguir un hogar caracterizado por la paz, la armonía y la felicidad y todo esto se puede alcanzar si las relaciones entre los miembros son satisfactorias y positivas (Bisquerra Alzina, 2011).

Por lo que respecta al ámbito escolar, varios estudios han demostrado que la inteligencia académica no es suficiente para alcanzar el éxito profesional y que la emocional también juega un papel muy importante. Los niños y las niñas pasan gran parte de su infancia en las aulas; en la etapa de educación primaria se produce un gran desarrollo emocional, de forma que este entorno es un espacio principal de socialización emocional y los docentes son los principales líderes de los niños y las niñas, su referente más importante en cuanto a actitudes, sentimientos y emociones; por ello, los maestros y maestras tienen que hacer un uso consciente de estas habilidades en su trabajo (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004).

Según Ibarrola (2014), el desarrollo emocional es el proceso por el cual el niño o la niña construye su identidad, autoestima, la confianza en sí mismo y en las cosas que le rodean etc. de forma que se ubica a sí mismo como una persona única y distinta. A

continuación, se muestran los hitos evolutivos más importantes del desarrollo emocional entre los 6 y los 8 años en niños con un desarrollo típico. A los 6 años se inicia una etapa donde se produce un aumento de los conocimientos, de la curiosidad, de la socialización etc. Por lo que respecta a conciencia emocional, a partir de esta edad comienzan a comprender que los demás conocen la manifestación de sus emociones, por lo que comienza habiendo una regulación (Renom, 2008). Además los niños y las niñas empiezan a comprender que los demás entienden las emociones que él o ella expresa, por lo que empiezan a regular sus propias emociones (García, 2012). En cuanto a la regulación emocional, los niños de 7 años utilizan principalmente estrategias de conducta. Además, puede haber una discrepancia entre la expresión externa de la emoción y la emoción que realmente sienten. A partir de los 8 años, entienden la posibilidad de ocultar y disimular emociones (Pons, Harris y de Rosnay, 2004). Tal y como sostienen González y Villanueva (2014), a los 7 u 8 años, los niños son capaces de entender dos emociones simultáneas, pero de la misma valencia emocional (ambas positivas o ambas negativas).

Tal y como se ha comentado, la educación emocional es muy importante en los diferentes ámbitos, ya que de ella se derivan numerosos beneficios para los niños y las niñas. Por eso, en este trabajo se diseña una intervención donde se trabajan las competencias emocionales, para poder mejorar los problemas de conducta que presenta el alumnado de una clase de primero de primaria. Numerosos autores (por ejemplo, Buj, 2014; Renom, 2008; Soldevila, 2009; Valles, 1999) han diseñado actividades para llevar a cabo en el aula de primaria con el objetivo de mejorar las competencias emocionales del alumnado. Asimismo, las autoras del presente trabajo han elaborado una guía donde se recopilan actividades propuestas por diferentes autores, agrupadas en los cinco bloques siguientes: identificar emociones, expresar emociones, regulación emocional, habilidades socioemocionales y autonomía emocional. En la intervención que se ha llevado a cabo se han tenido en cuenta las recomendaciones y se ha puesto en práctica parte de las actividades que se proponen en la guía.

### III. Objetivos

---

Por todo lo señalado, el objetivo de este estudio es mejorar los problemas de conducta detectados en gran parte del alumnado de un aula de primero de educación primaria en un colegio de Punta Cana, República Dominicana. Para ello, se llevó a cabo un proyecto en la asignatura de Formación Humana. Las actividades incluidas se extrajeron de una guía elaborada por las mismas autoras donde se

proponen recomendaciones y recursos para mejorar las competencias emocionales de los niños y las niñas en edad escolar.

Los objetivos específicos del proyecto son los siguientes:

- Mejorar el clima del aula.
- Resolver los conflictos del día a día.
- Aplicar técnicas de autorregulación en el día a día.
- Fomentar el respeto a los demás.
- Desarrollar la empatía.
- Mejorar sus habilidades sociales.



## IV. Método y desarrollo de la experiencia

---

### 4.1. Participantes

La intervención se ha llevado a cabo en un aula ordinaria de 24 niños y niñas de primero de educación primaria, con edades comprendidas entre los 6 y los 8 años.

Gran parte del alumnado presentaba problemas de comportamiento, además de relacionarse entre ellos de forma violenta tanto físicamente como verbalmente. A pesar de que existían normas de comportamiento en el aula, no se cumplía ninguna ya que muchos de los alumnos actuaban de manera impulsiva: salían del aula cuando querían, interrumpían, jugaban durante las clases, se negaban a realizar cualquier tarea, etc.

### 4.2. Instrumento

Para evaluar el nivel de desarrollo emocional que presenta el alumnado antes y después de la intervención, se utilizó la aplicación *Emocionatest*, diseñada por un grupo de investigadores de la Universidad Jaume I de Castellón (Andrés-Roqueta, Bresó y Ramos, 2015). Su objetivo es evaluar la competencia emocional en niños y niñas de los 3 a los 12 años. Dicha aplicación está formada por cinco niveles de dificultad (con 12 ítems cada uno), que se basan en diferentes hitos evolutivos del desarrollo emocional. Los niveles que se utilizaron para evaluar el nivel del alumnado fueron el 1, el 3 y el 4 basados en: el reconocimiento de expresiones faciales (nivel 1), la identificación de emociones a partir de situaciones comunes (nivel 3) y el reconocimiento de emociones basadas en experiencias cognitivas (nivel 4).

Por lo que respecta al nivel 1, el niño niña tiene que reconocer, de entre seis opciones, qué expresión facial es la que se corresponde con la emoción escrita (felicidad, tristeza, enfado, sorpresa, asco y miedo).

En cuanto al nivel 3, el niño o niña tiene que identificar, de entre seis expresiones dadas, la emoción que el personaje principal

representa. Para ello tiene que entender la situación que se presenta y saber la causa de la emoción.

En el nivel 4, tiene que identificar cómo se siente el protagonista antes y después de que haya una sorpresa, una broma, etc.

Cada nivel tiene un total de 12 ítems y cada uno de ellos tiene una puntuación de 2 puntos. La puntuación máxima por nivel es de 24 puntos; se obtienen 2 si la respuesta es correcta y ninguno si la respuesta es incorrecta.

### 4.3. Material de intervención

A la hora de implementar el proyecto en un contexto escolar real, se ha utilizado parte de una guía diseñada por las autoras donde se proponen actividades para mejorar las competencias emocionales en niños de 6 a 12 años, tanto en el aula de educación primaria como en el ámbito familiar. Las actividades propuestas se presentan divididas en 5 bloques:

Identificar emociones: identificación de emociones a través de una situación dada, en otras personas, en imágenes de personas y en dibujos.

- Expresión de emociones: adquirir habilidades para expresar emociones con seguridad y expresar las necesidades relacionadas a ellas (Extremera y Fernández-Berrocal, 2003).
- Regulación emocional: capacidad para manejar las emociones propias y las de otras personas de forma apropiada. Es necesario tener buenas estrategias para afrontarlas; tener la capacidad para autogenerarse emociones positivas (Bisquerra y Pérez-Escoda, 2007).
- Habilidades socioemocionales: capacidad para establecer relaciones sociales satisfactorias (Agulló et al., 2010)
- Autonomía emocional: «la capacidad de conocerse a uno mismo, valorar las propias capacidades y limitaciones, tener identidad personal y social, capacidad de afrontar situaciones adversas, etc. (...). Dentro de esta se incluye todo lo que tiene que ver con la autoestima, la autoconfianza, la automotivación, la autoeficacia emocional y la actitud positiva ante la vida» (López, 2011: 71).

De las actividades que se proponen, se seleccionaron las más adecuadas según las necesidades que presentaba el alumnado del aula de primaria. Asimismo, se tuvo en cuenta la edad de los niños a la hora de adaptar alguna actividad que inicialmente estaba propuesta para otro nivel de educación primaria.

#### 4.4. Procedimiento

Para la realización del proyecto en el aula se obtuvo la previa aprobación de la dirección del centro, la tutora del curso y la profesora de la asignatura de Formación Humana, en la cual se llevó a cabo su implementación. El proyecto tuvo una duración de seis sesiones con una duración de 45 minutos cada una.

De acuerdo con los objetivos propuestos, se seleccionaron los contenidos siguientes para trabajar:

- a) De manera transversal: normas de convivencia en el aula, cohesión de grupo, resolución positiva de conflictos, escucha activa y reflexión sobre sus actos.
- b) Mediante actividades específicas: paciencia autoestima, autocontrol y respeto a los demás.

Las sesiones seguían siempre la misma estructura: primero se escribían y se recordaban las normas de la clase. Después se hacían grupos de cuatro personas y se comenzaba con las actividades propuestas, que podían ser tanto grupales como individuales. Al final de cada sesión hablaban sobre qué actividades les habían gustado más, lo que habían aprendido en ellas y cómo se habían sentido.

Para conocer si hubo una mejora después de la intervención en el aula se evaluó a 8 alumnos al azar, por tiempo no se pudo evaluar a más, y se aplicó el instrumento previamente mencionado, antes y después de la intervención. Los resultados obtenidos en situación pretest y postest se registraron en las hojas de respuesta para su posterior codificación, análisis y estudio, con el fin de plasmar los resultados en el siguiente apartado del trabajo.

## V. Resultados

---

Para comprobar la efectividad del método de intervención sobre la competencia emocional del alumnado, se comparó la puntuación obtenida con la aplicación *Emocionatest* antes y después de la intervención. En la tabla 1 se muestra la comparación de los resultados obtenidos en el pretest y el postest.

**Tabla 1.** Resultados obtenidos en el test *Emocionatest* antes y después de llevar a cabo la intervención (pretest y postest)

Partic.	Pretest				Postest			
	Nivel 1 <i>Caras</i>	Nivel 3 <i>Causas</i>	Nivel 4 <i>Creencias</i>		Nivel 1 <i>Caras</i>	Nivel 3 <i>Causas</i>	Nivel 4 <i>Creencias</i>	
			Antes	Después			Antes	Después
1	12/12	11/12	9/12	8/12	12/12	11/12	9/12	9/12
2	11/12	9/12	8/12	6/12	11/12	10/12	9/12	7/12
3	10/12	6/12	5/12	8/12	12/12	4/12	7/12	9/12
4	9/12	4/12	8/12	10/12	12/12	8/12	8/12	11/12
5	12/12	10/12	8/12	10/12	12/12	11/12	10/12	10/12
6	11/12	7/12	7/12	5/12	12/12	9/12	7/12	9/12
7	10/12	5/12	7/12	5/12	12/12	8/12	7/12	5/12
8	10/12	7/12	7/12	8/12	12/12	10/12	7/12	8/12



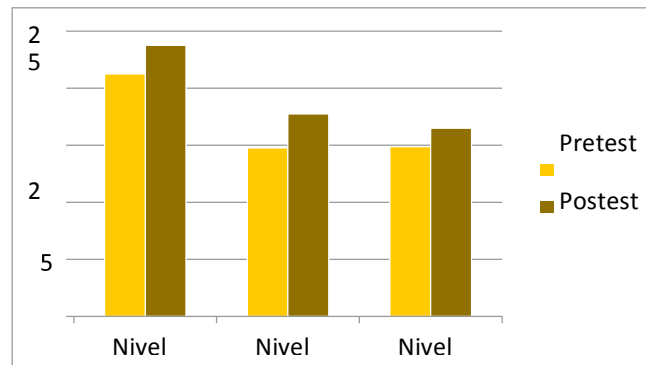
Atendiendo a los datos del nivel 1, se establece una mejora en todos los alumnos evaluados, excepto uno de ellos, que obtiene la máxima puntuación en la evaluación de antes y de después de la intervención. En la situación de postest se observa que solo hay un alumno que comete un fallo, ya que confunde el reconocimiento de la cara de sorpresa con la de felicidad.

En el nivel 3, la mayoría del alumnado también mejoró en el postest respecto a la situación de pretest. Solo hubo uno de ellos que bajó dos puntos después de la intervención, tal y como se muestra.

El nivel 4 fue donde la puntuación obtenida después de la intervención fue más baja; aun así, todos los niños mejoraron su puntuación en este nivel.

A continuación, se muestra un gráfico (figura 1) comparativo de los resultados globales del alumnado en situación pretest y postest en la aplicación *Emocionatest*. A grandes rasgos, se observa que en los tres niveles se produce incremento de la puntuación después de la intervención. De entre los niveles evaluados, fue en el 1, «reconocimiento de expresiones faciales», donde obtuvieron una puntuación más alta, tanto en el pretest como en el postest. Sin embargo, en el nivel 3, referido a la «identificación de emociones a partir de situaciones comunes», se muestran mayores avances, lo que demuestra que la intervención fue más efectiva en este apartado. Por lo contrario, en el nivel 4, «reconocimiento de emociones basadas en experiencias cognitivas», fue donde hubo una menos mejora. Además, algunos de los niños y las niñas presentaron dificultades para comprender la situación.





**Figura 1.** Gráfico comparativo de los resultados globales del alumnado en situación pretest y postest

En general, se observa que los resultados hallados después de la implementación del método educativo indican una mejora en el conjunto de la tarea, ya que en todos los niveles los resultados han aumentado.

## VI. Discusión y conclusiones

El objetivo que se planteaba este trabajo era mejorar los problemas de conducta persistentes en un contexto escolar real. De este modo, se pretendía implementar parte de la guía creada por las autoras en un aula ordinaria de primero de educación primaria (24 niños de 6 y 8 años) de un centro escolar situado en República Dominicana, donde una gran parte del alumnado presentaba graves problemas de conducta, por lo que se hacía necesaria una intervención. Especialmente se pretendía usar la guía como método de intervención para mejorar su comportamiento y respeto hacia los demás. Debido al escaso tiempo de las prácticas, momento en el que se realizó la intervención, solamente se evaluó en situación pretest y postest a 8 alumnos/as al azar, aunque la intervención se realizó con todos los niños y las niñas. Para ello se usó el test digital *Emocionatest* (una aplicación novedosa que dispone de distintos niveles de evaluación de la competencia emocional). Los datos obtenidos mostraron que dicho objetivo se cumplió satisfactoriamente puesto que la intervención realizada mejoró la competencia emocional de los alumnos. En dicha intervención, se trabajaron contenidos extraídos de la guía elaborada por las autoras del trabajo adaptados a las necesidades observadas: empatía, respeto a los demás, técnicas de autocontrol, normas básicas de comportamiento, técnicas de relajación, etc.

La duración de la intervención ha sido una de las limitaciones que se ha observado, ya que podría haber sido más prolongada. Además, la relación de los contenidos trabajados en el proyecto en otras de las asignaturas del curso. Es necesario destacar que los datos que se han obtenido en este estudio no se pueden generalizar

a todos los niños y niñas de su misma edad, ya que la muestra de participantes es corta y, para ello, debería ser mayor y, además, el contexto puede hacer variar los resultados (es un país distinto, un sistema de educación distinto, etc.).

Aunque el resultado ha sido satisfactorio, se ofrecen sugerencias futuras para mejorar la calidad de intervención. Una sugerencia sería que, cuando surge un conflicto, la tutora del aula debería hacer mención de las competencias trabajadas previamente, por ejemplo, si se ha trabajado el autocontrol a través de la técnica de la tortuga, en los momentos que tengan conductas impulsivas, se hará mención de la técnica que se trabajó. Por ello, habría sido más provechoso estar todo el tiempo en el aula de primero y no solo acudir para poner en práctica la guía realizada.

Como conclusión general e implicación práctica, se señala que este trabajo pretende ser una herramienta útil para la comunidad educativa y para todas aquellas personas que estén interesadas en mejorar las competencias emocionales de los niños y niñas. Además, por lo que respecta a la comunidad científica, ofrece un ejemplo de la implementación de un proyecto para mejorar las competencias emocionales de los niños y niñas, en el que se propone una variedad de recursos para trabajarlas.

## VII. Bibliografía

- Agulló, María Jesús, Gemma Filella Guiu, Esther García Navarro, Elia López Cassà y Rafael Bisquerra Alzina. 2010. *La educación emocional en la práctica*. Barcelona: Horsori.
- de Andrés Vitoria, Carmen. 2005. «La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores». *IOS. Tendencias Pedagógicas* 10: 107-123.
- Andrés-Roqueta, Clara, Edgar Bresó y José Francisco Ramos. 2015. *EMOCIONATEST*. Aplicación móvil.
- Bisquerra Alzina, Rafael. 2005. «La educación emocional en la formación del profesorado». *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* 19 (3): 95-114.
- . 2007. «La educación emocional para la convivencia». *Educación para la convivencia intercultural*. Madrid: La Muralla.
- . 2009. *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, Rafael y Núria Pérez-Escoda. 2007. «Las competencias emocionales». *Educación XXI* 10: 61-82.
- Bisquerra, Rafael, Aina Bisquerra Prohens, Mireia Cabero Jounou, Gemma Filella Guiu, Esther García Navarro, Elia López Cassà,

- Carolina Moreno Romero y Xavier Oriol Granado, ed. 2011. *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée.
- Buj, María José. 2014. *La educación emocional en el aula. Propuestas didácticas para niños y niñas de 6 a 12 años*. Barcelona: Horsori.
- Darling, Nancy y Laurence Steinberg. 1993. «Parenting Style as a Context: An Integrative Model». *Psychological Bulletin* 113 (3): 487-496.
- Extremera, Natalio y Pablo Fernández-Berrocal. 2003. «La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula». *Revista de educación* 332: 97-116.
- . 2004. «La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado». *Revista Iberoamericana de Educación* 33: 1-10.
- García, José Ángel. 2012. «La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje». *Revista Educación* 36 (1): 97-109.
- González, Remedios, y Lidón Villanueva. 2014. *Recursos para educar en emociones. De la teoría a la acción*. Madrid: Pirámide.
- Henao, Gloria Cecilia, y María Cristina García. 2009. «Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas». *Revista latinoamericana de ciencias sociales niñez y juventud* 7 (2): 785-802.
- Ibarrola, Begoña. 2014. *La criança com a base de la salut mental*. Conferencia presentada en la XXI Jornada del Centro de Desarrollo Infantil y Atención Precoz. Barcelona.
- López, Èlia. 2011. *Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años) Reflexiones y propuestas prácticas*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Pons, Francisco, Paul L. Harris, y Marc de Rosnay. 2004. «Emotion Comprehension Between 3 and 11 Years: Developmental Periods and Hierarchical Organization». *European Journal of Developmental Psychology* 1 (2): 127-152.
- Renom Plana, Agnès (ed.) 2008. *Educación emocional. Programa para educación primaria (6-12 años)*. Bilbao: Wolters Kluwer.
- Soldevila Benet, Anna. 2009. *Emociónate: programa de educación emocional*. Madrid: Pirámide.
- Vallés, Antonio y Consol Vallés. 1999. *Desarrollando la inteligencia emocional I, II y III*. Madrid: Eos.

