



CUIDANDO LAS EMOCIONES EN EL PRESENTE PARA CONSTRUIR EL FUTURO

Carmen Velázquez y Ana Villafranca
Miembros del Equipo Específico de DEA, TEL y TDAH

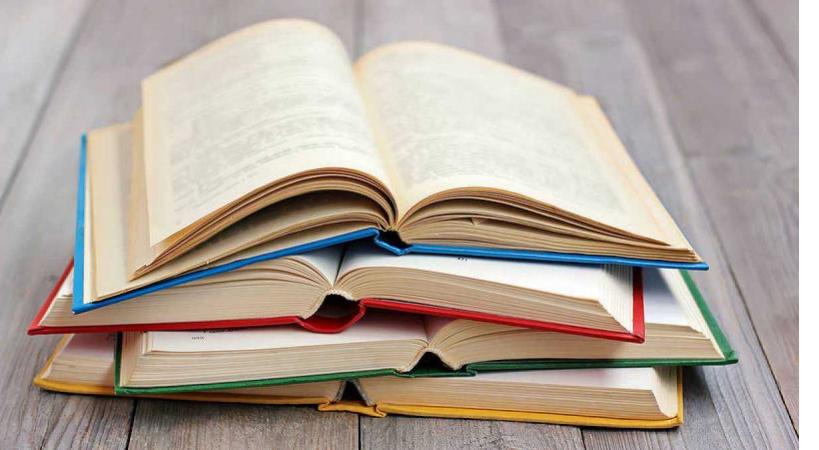
EOEP ESPECÍFICO DE DEA, TEL Y TDAH



Comunidad de Madrid

¿POR QUÉ CUIDAR LAS EMOCIONES?

- Justificación **normativa**.
- Justificación **teórica**:
 - **DUA** (instrumento).
 - **Consecuencias** de un desarrollo emocional desajustado.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC](#)

NORMATIVA

LOMLOE

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación - Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación

DECRETO 36/2022, de 8 de junio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Infantil.

DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.

DECRETO 65/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria.

Normativa: texto consolidado LOE-LOMLOE

Artículo 2. Fines.

- 1.a) El pleno desarrollo de la personalidad y de las capacidades de los alumnos [...].
- 1.f) El desarrollo de la capacidad de los alumnos para regular su propio aprendizaje, confiar en sus aptitudes y conocimientos, [...].

Justificación normativa

DECRETO 36/2022, Educación Infantil

DECRETO 61/2022, Educación Primaria

DECRETO 65/2022, Educación Secundaria Obligatoria

OBJETIVOS

e) Desarrollar **capacidades relacionadas con emociones y afectos.**

m) **Desarrollar sus capacidades afectivas** en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios y estereotipos de cualquier tipo.

d) **Fortalecer sus capacidades afectivas** en todos los ámbitos de la personalidad y en **sus relaciones** con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los **conflictos**.

Justificación normativa

DECRETO 36/2022, Educación Infantil

DECRETO 61/2022, Educación Primaria

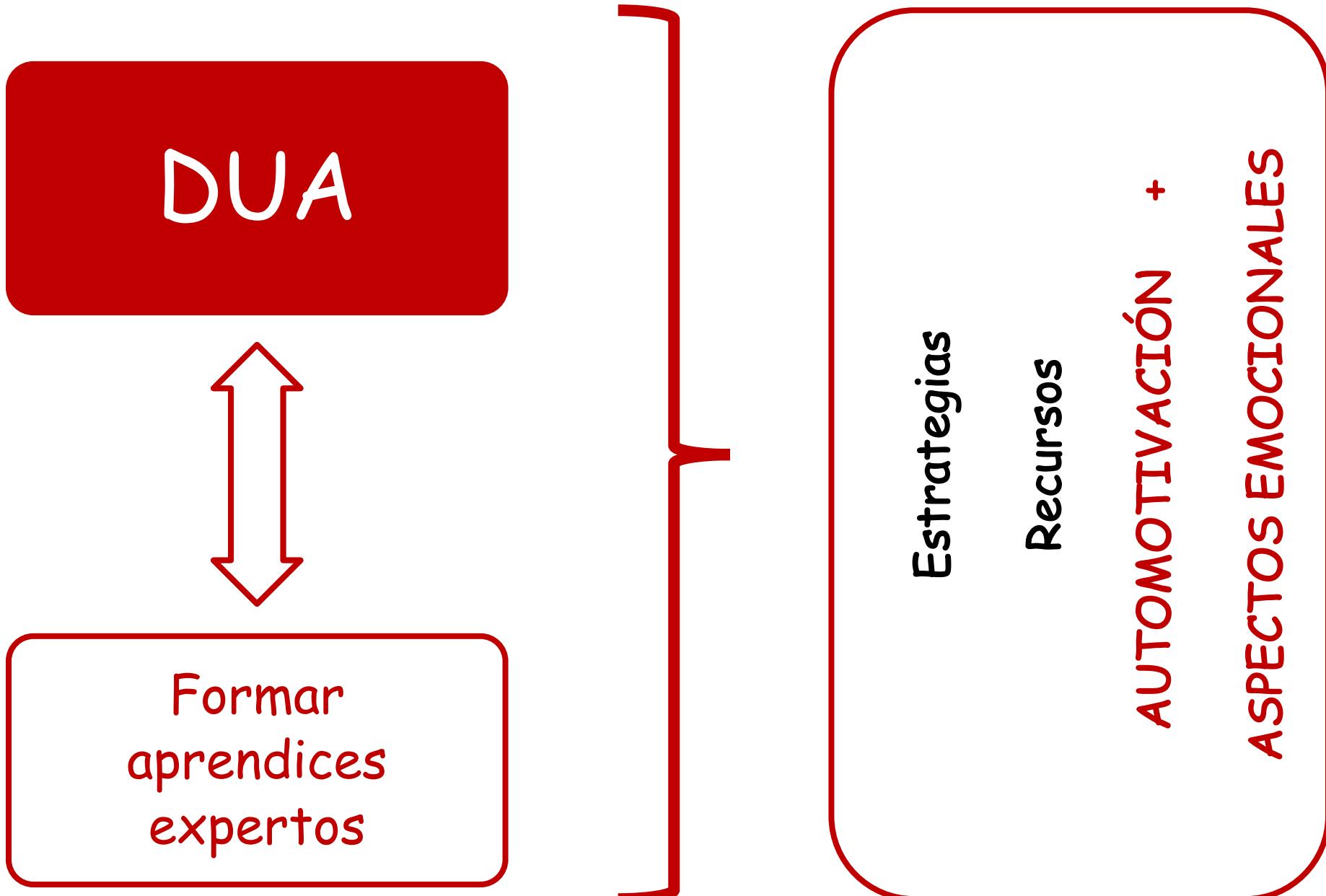
DECRETO 65/2022, Educación Secundaria Obligatoria

COMPETENCIA CLAVE: Competencia personal, social y de aprender a aprender.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Reconocer, manifestar y regular sus emociones expresando necesidades y sentimientos para lograr una seguridad emocional y afectiva.	CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.	<i>Ej.: Educación Física.CE.3.</i> Esta CE se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal , lo social y lo ético. [...] en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia , activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades.
--	--	--

Instrumento para promover inclusión: DUA



Instrumento para promover inclusión: DUA

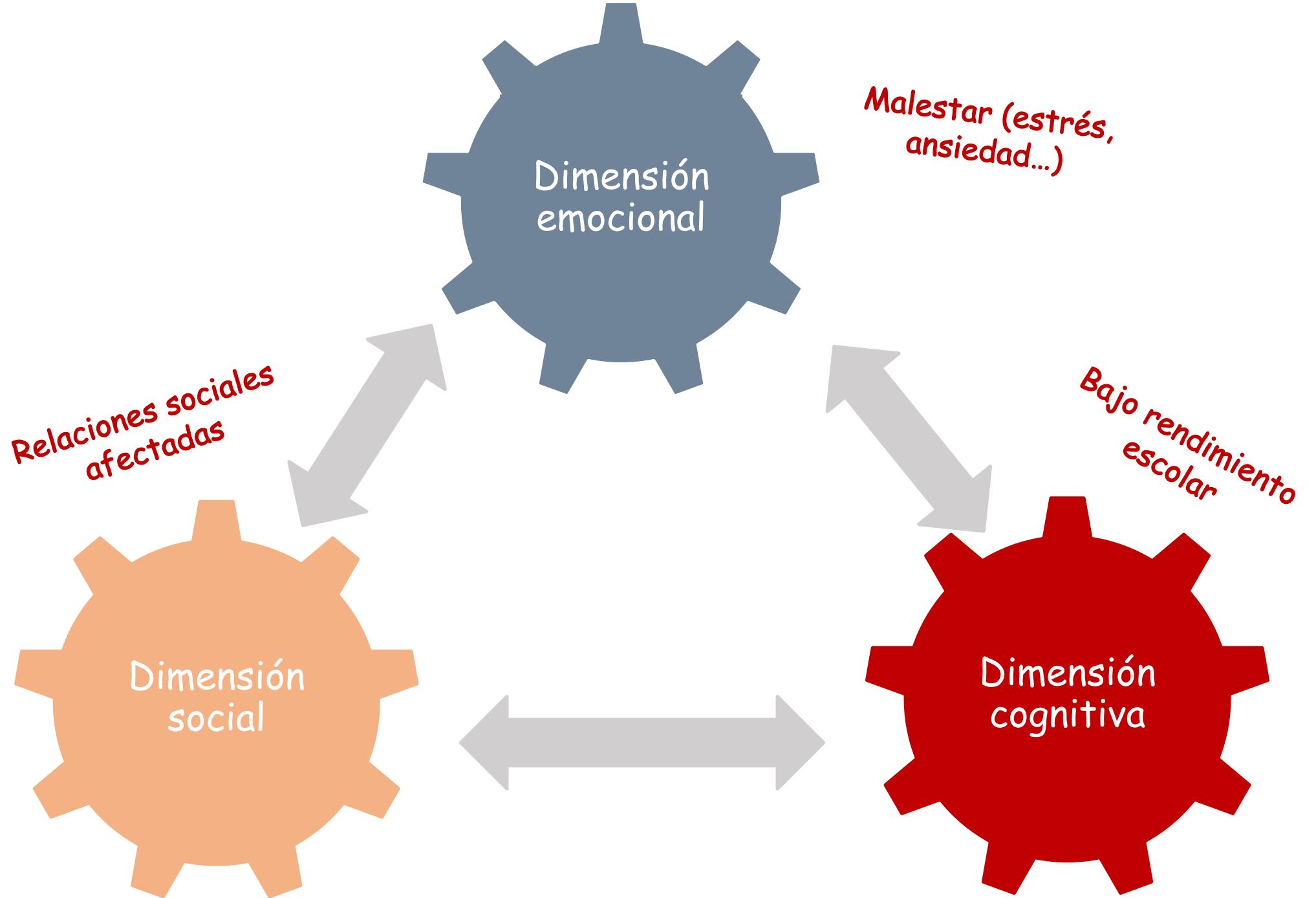
¿Cómo son los aprendices expertos?

- Estratégicos
 - Establecen metas
 - Formulan planes
 - Idean estrategias y tácticas
 - Evalúan su progreso
- Con recursos e informados
 - Activan sus conocimientos previos
 - Utilizan herramientas y recursos: estructurar, recordar y transformar la nueva información
- Motivados
 - Metas centradas en el dominio
 - Capaces de mantener el esfuerzo
 - **Controlan y regulan las reacciones emocionales**



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC](#)

Consecuencias de un desarrollo emocional desajustado



¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

EOEP ESPECÍFICO DE DEA, TEL Y TDAH



Comunidad de Madrid

LAS EMOCIONES

"Eventos o fenómenos de carácter biológico y cognitivo, que tienen sentido en términos sociales".

García Retana (2012)

"Una reacción conductual y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo".

Mora y Sanguinetti (2004)



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC](#)

LAS EMOCIONES

Positivas

Negativas



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

Primarias

Secundarias

LAS EMOCIONES

PILARES / FUNCIONES (Mora, 2008):

1. Supervivencia: defensa estímulos nocivos o aproximarnos a estímulos placenteros. **Motivadoras.**
2. Respuestas del organismo polivalentes y flexibles. **Versatilidad de la conducta.**
3. Alertan al individuo **como un todo** ante el estímulo específico.
4. Mantienen el **interés** por el descubrimiento de lo nuevo.
5. Sirven como lenguaje para comunicarse. **Comunicación** rápida y efectiva.
6. Sirven para almacenar y evocar **memorias** de manera más efectiva.
7. Importante papel en el **proceso de razonamiento**.

EMOCIONES



PILARES BÁSICOS DE LAS FUNCIONES DEL CEREBRO

INTELIGENCIA EMOCIONAL

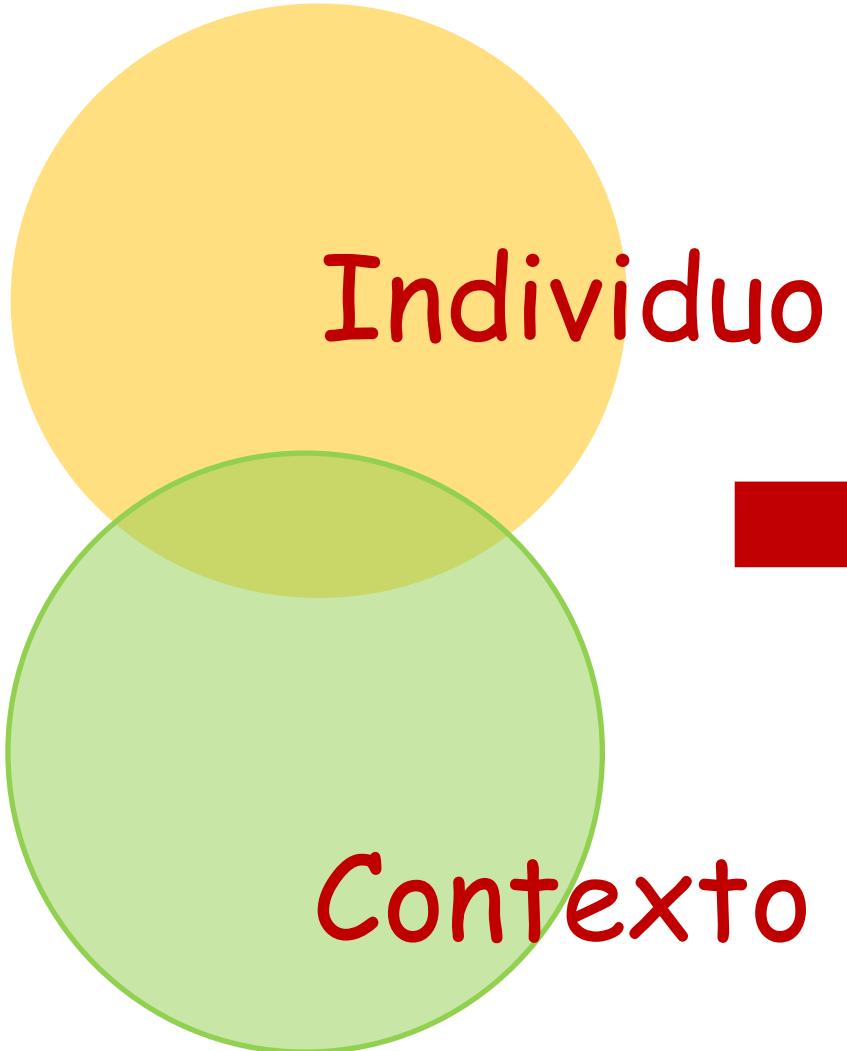
"Ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanzas".

(Goleman, 1996)



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA](#)

COMPETENCIA EMOCIONAL



Basado en Bisquerra y Pérez (2007)

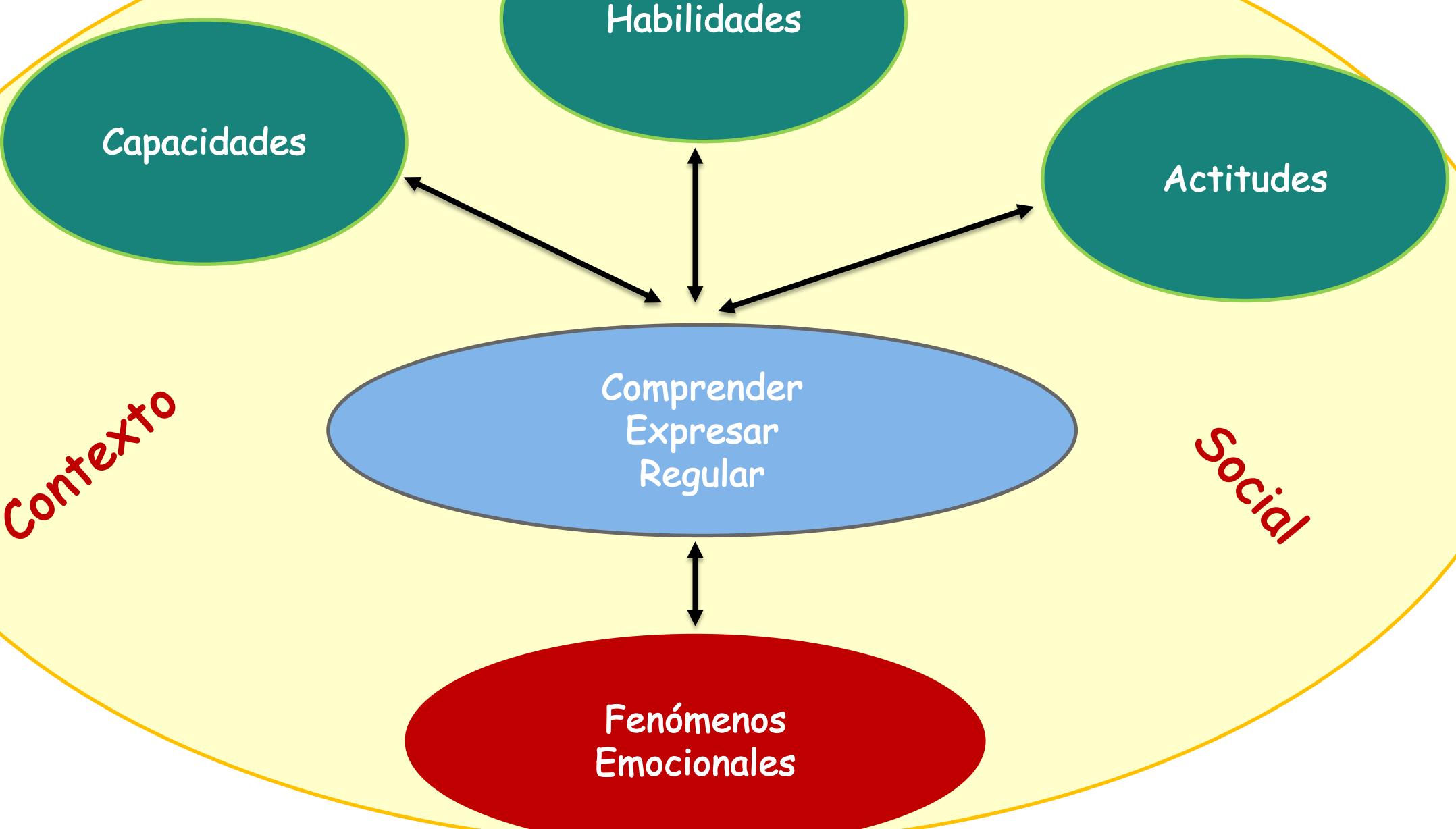
LA COMPETENCIA
EMOCIONAL SE PUEDEN
ENSEÑAR

COMPETENCIA EMOCIONAL

"Conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales."

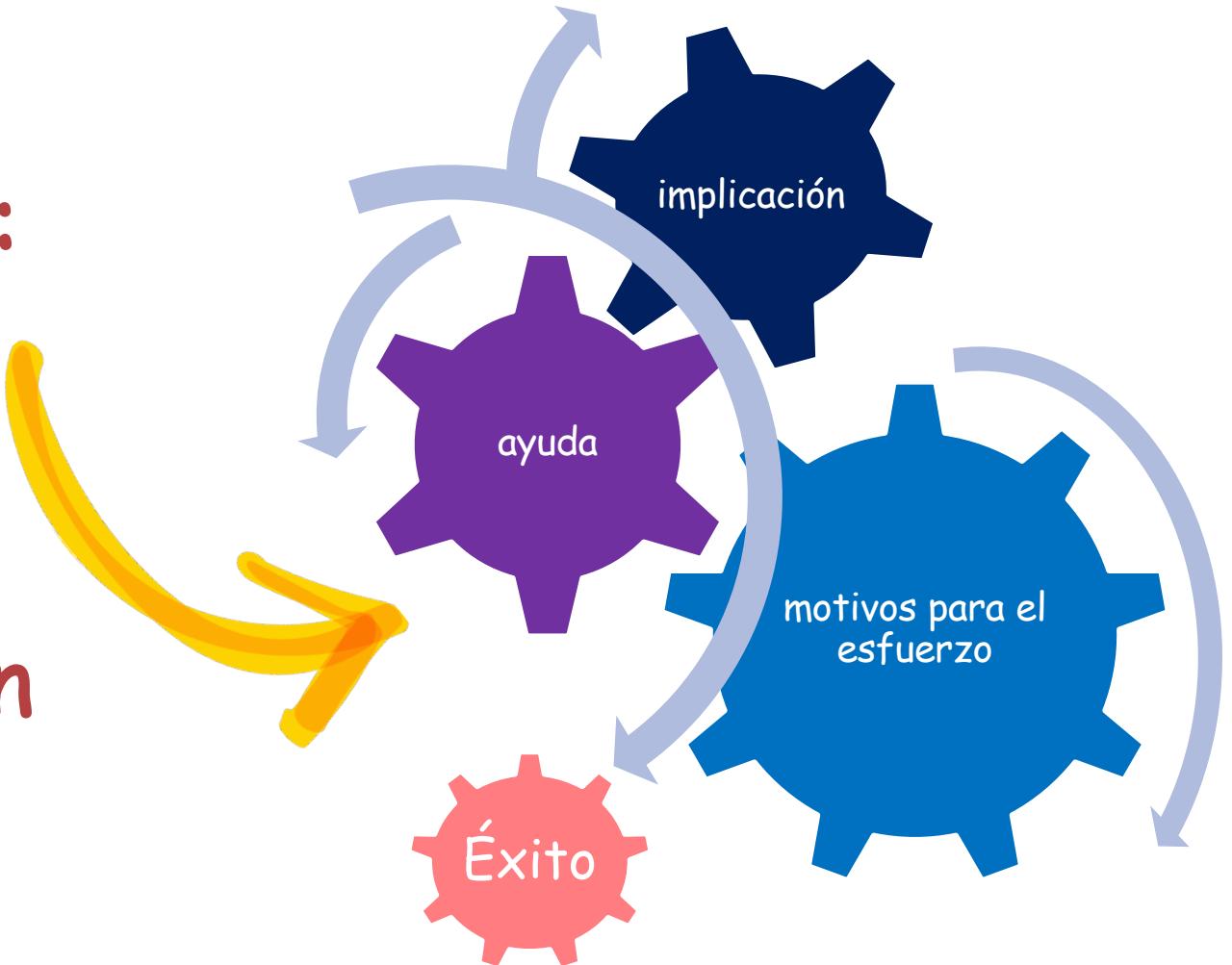
Bisquerra, 2003, p.14

COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL

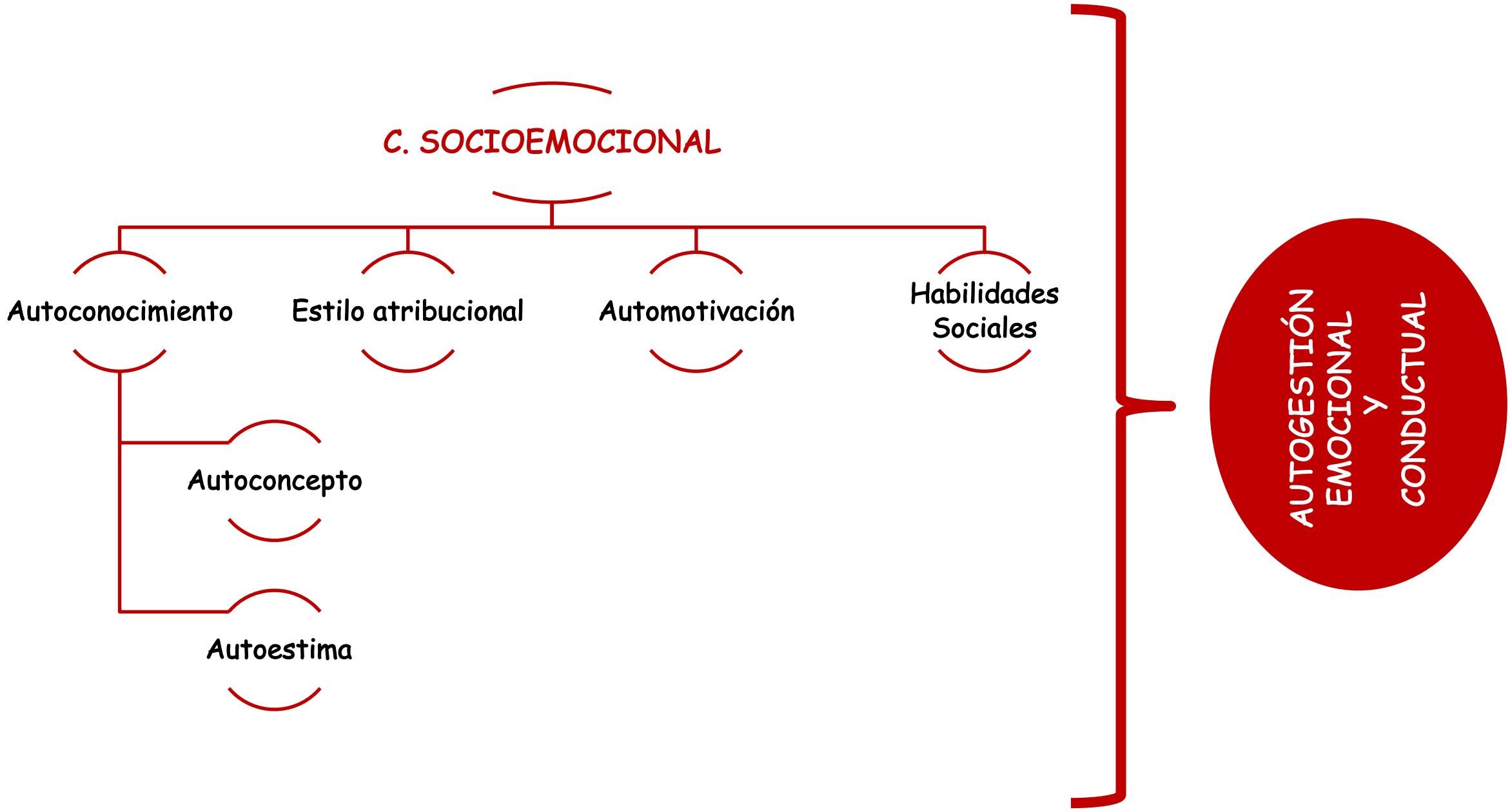


LA COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL:

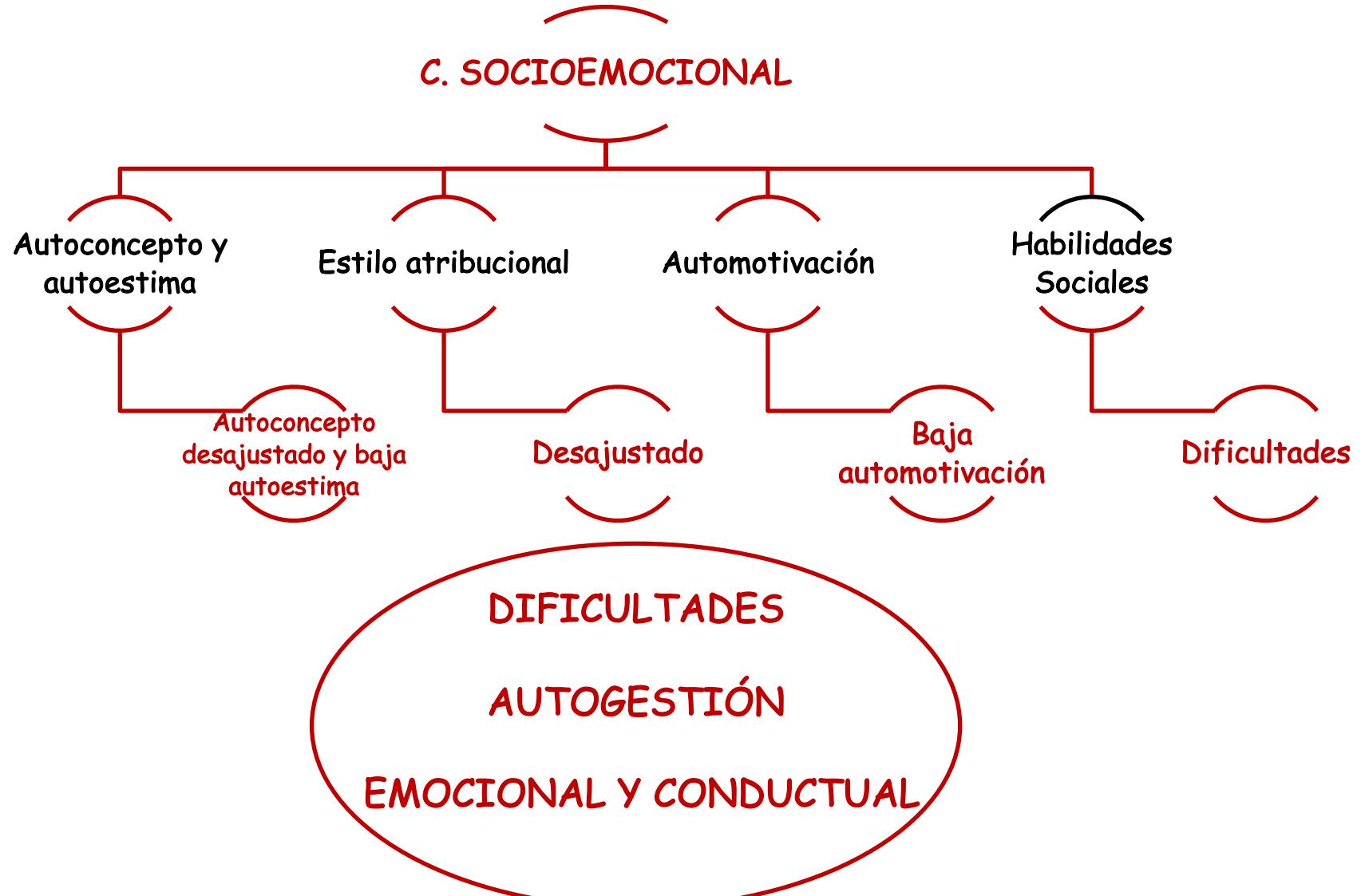
Conjunto de capacidades que se aprenden y se enseñan



COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL



CONSECUENCIAS DÉFICIT EN EL DESARROLLO DE LA C. SOCIOEMOCIONAL



IMPORTANCIA DE LA C. SOCIOEMOCIONAL

COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL

- ¿Qué características* tiene una persona con alta inteligencia emocional?
 - Es una persona que tiene confianza en sí misma.
 - Busca soluciones a los problemas.
 - Es eficaz.
 - Persevera ante la dificultad.
 - Se relaciona bien con los demás y es capaz de mantener relaciones estables.
 - Etc.

RESILIENCIA

* Basado y adaptado de Polaino (2004) e Izquierdo (2008)

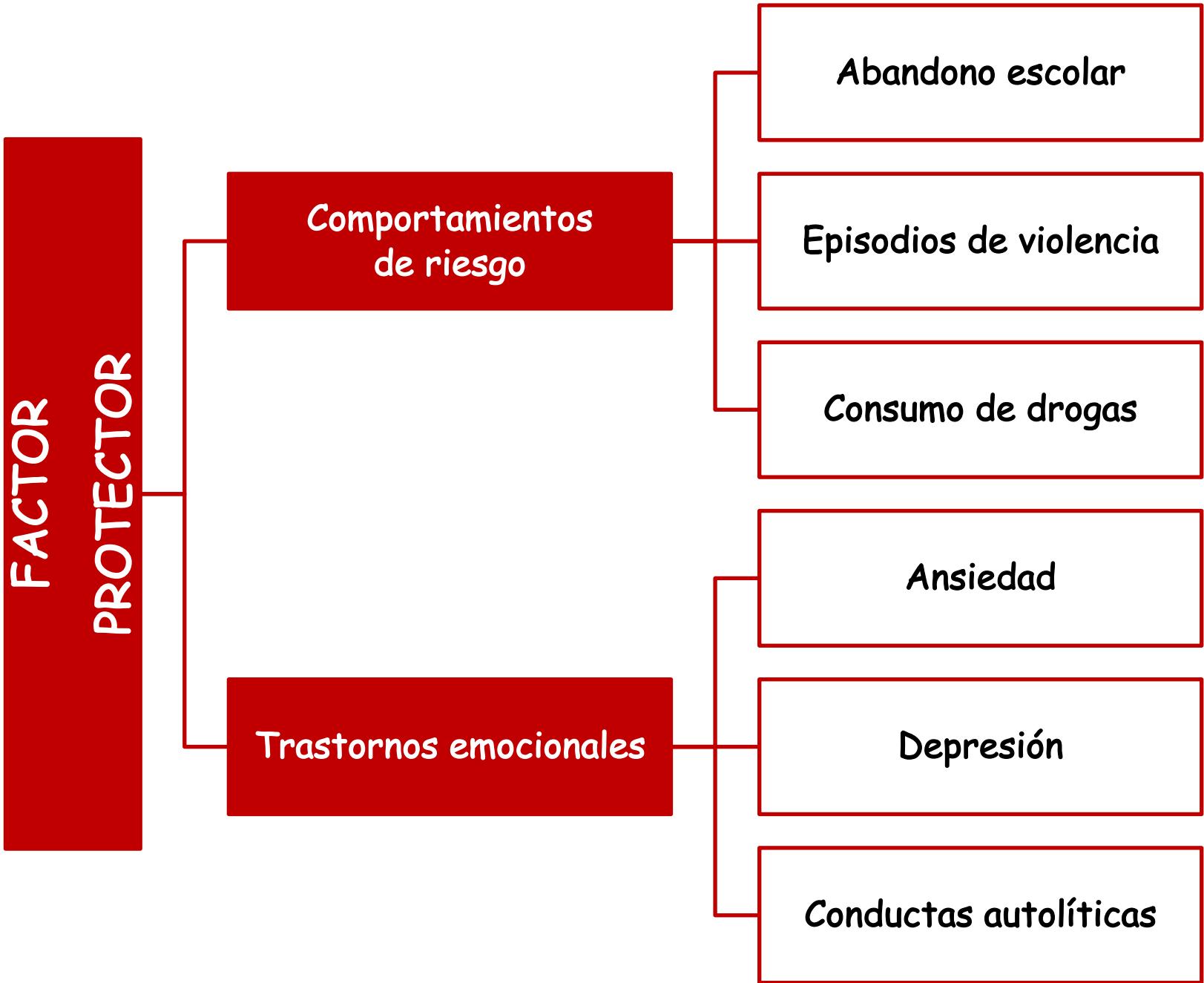
RESILIENCIA

"Capacidad o competencia que posibilita a una persona, prevenir, minimizar o superar los efectos dañinos de la adversidad".

Grotberg (1995)

- **FACTORES** que inciden en el desarrollo de la resiliencia:
 - a) El apoyo que estima el sujeto que puede recibir (**yo tengo**).
 - b) Las fortalezas interiores con que se define la persona (**yo soy, yo estoy**).
 - c) Las competencias relacionales y de resolución de problemas (**yo puedo**).

COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL



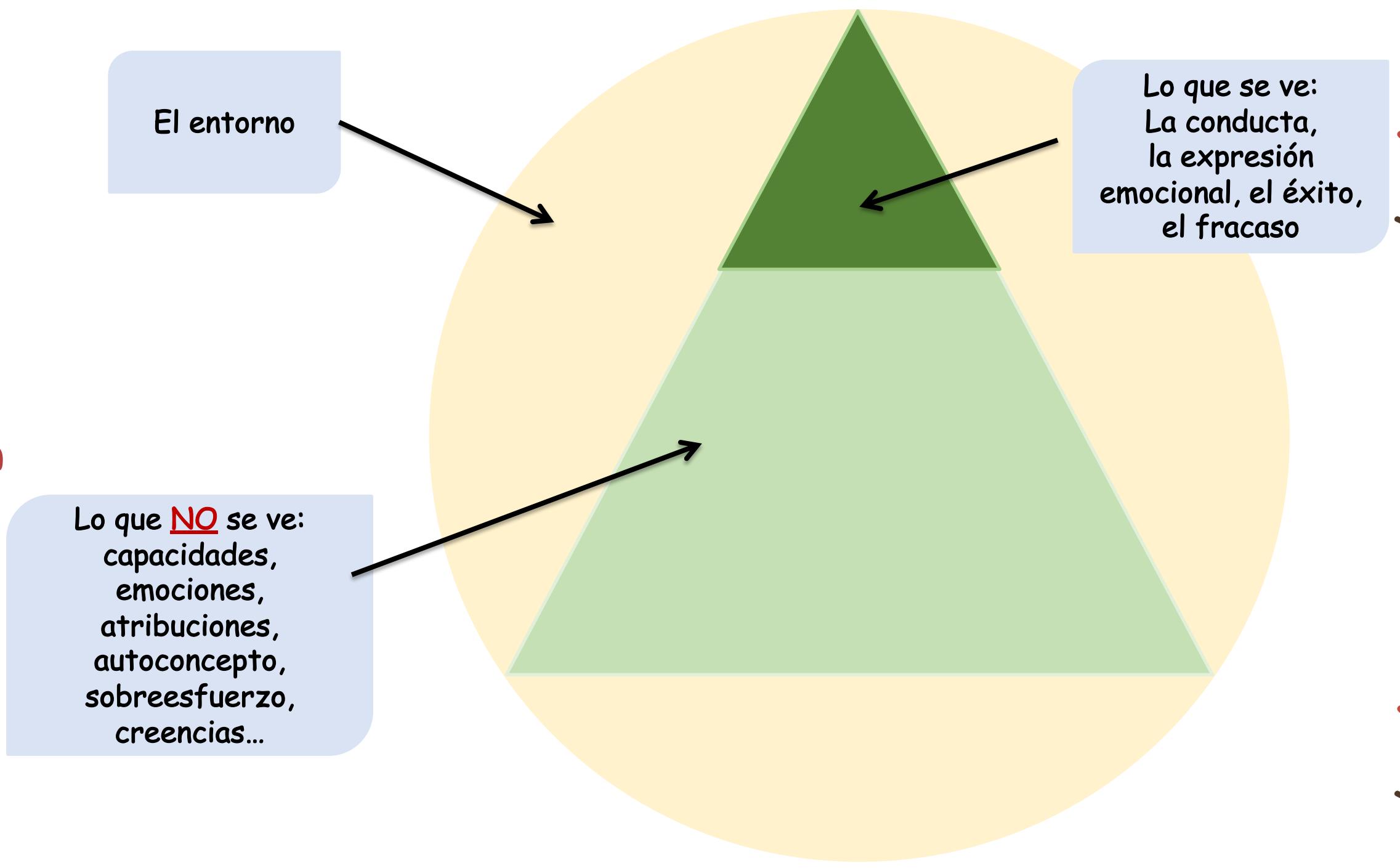
CÓMO CUIDAR LAS EMOCIONES EN LA ESCUELA

EOEP ESPECÍFICO DE DEA, TEL Y TDAH



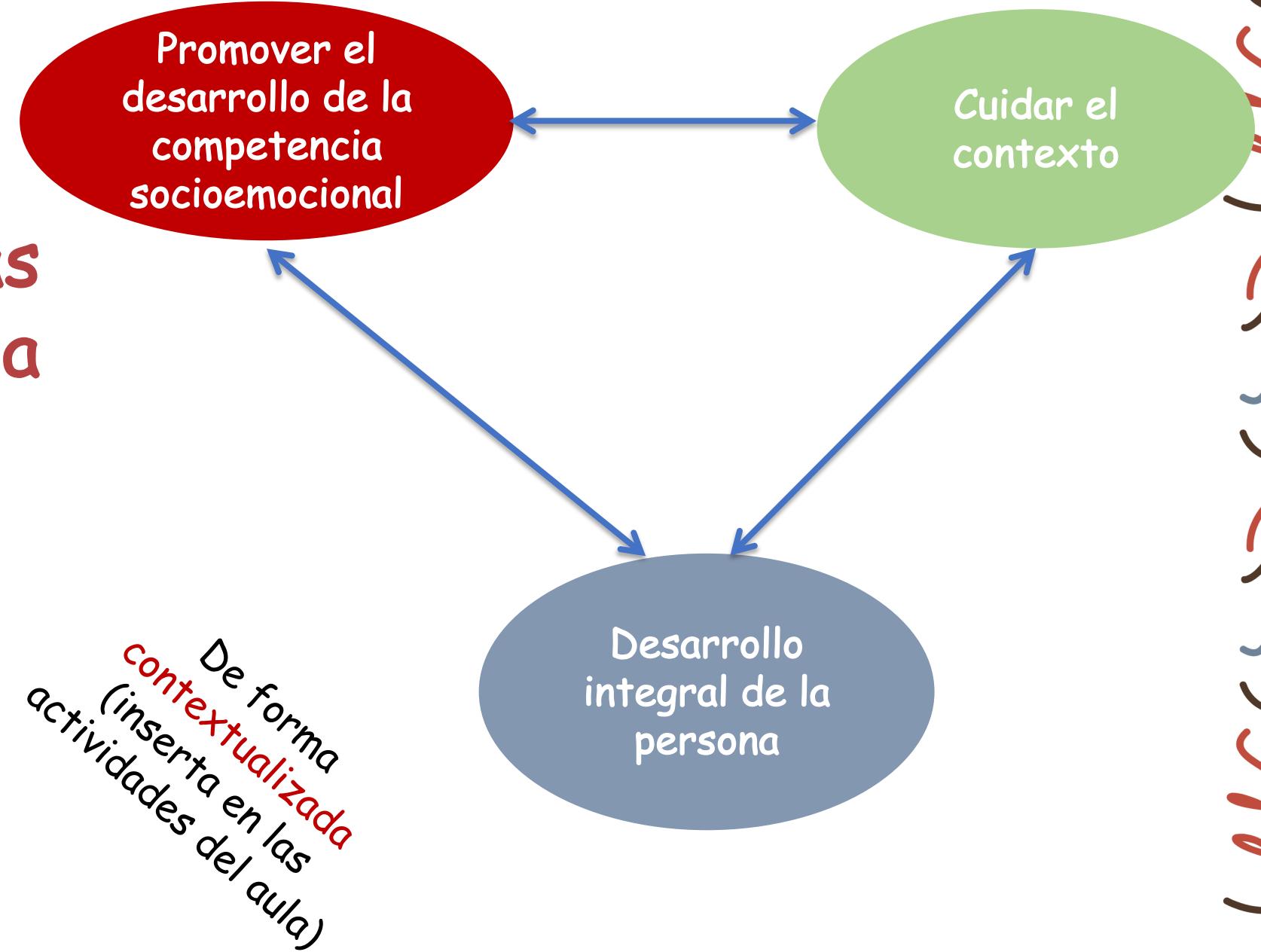
Comunidad de Madrid

Iceberg emocional

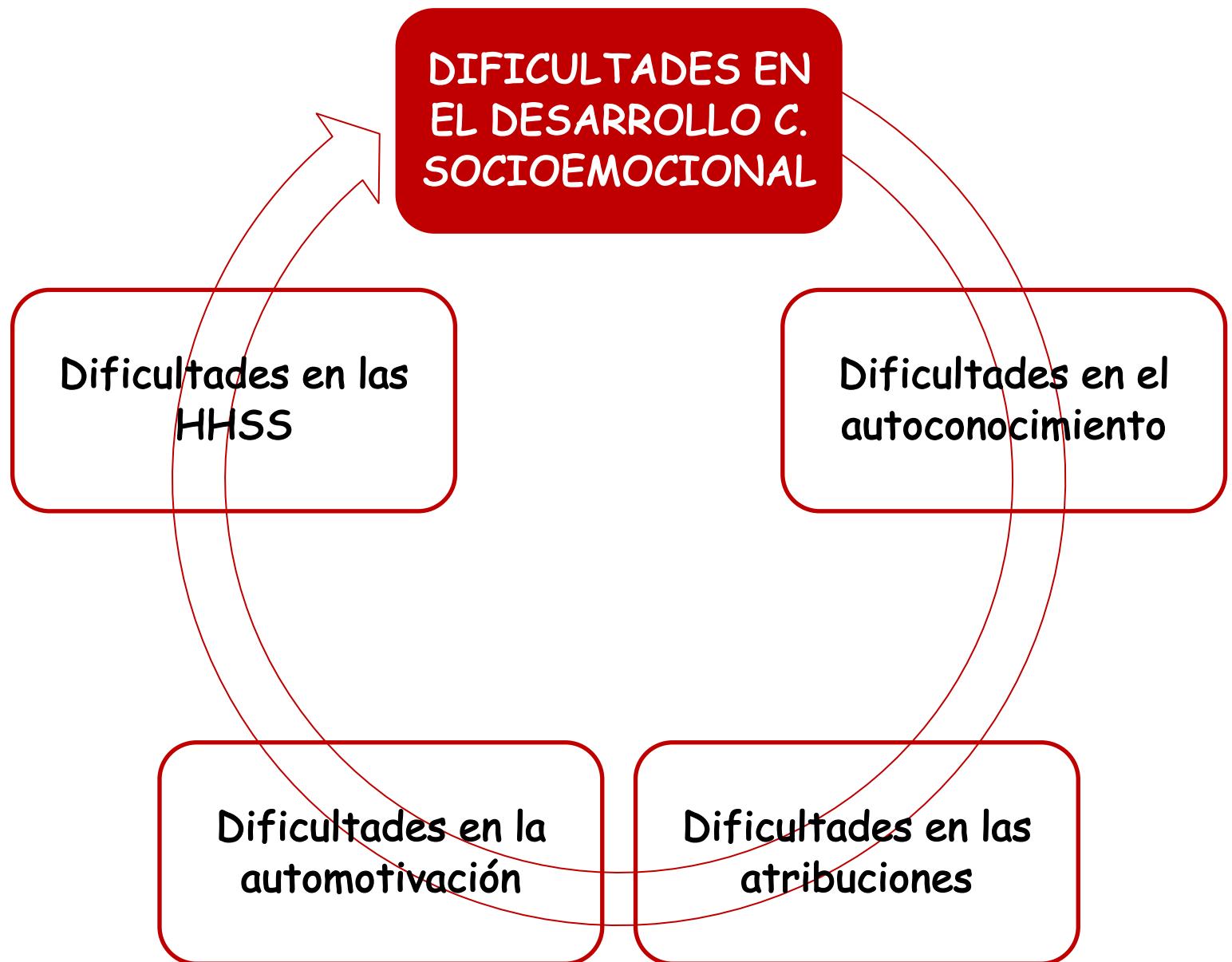


Cómo cuidar las emociones en la escuela

Desde una perspectiva **inclusiva**
(para todos los alumnos)



IMPORTANCIA DE LA ACTUACIÓN PROACTIVA



DUA

- PREVENCIÓN DE DIFICULTADES
- PARA TODOS LOS ALUMNOS
- PARA TODAS LAS EDADES
- INTERVENCIÓN PROACTIVA

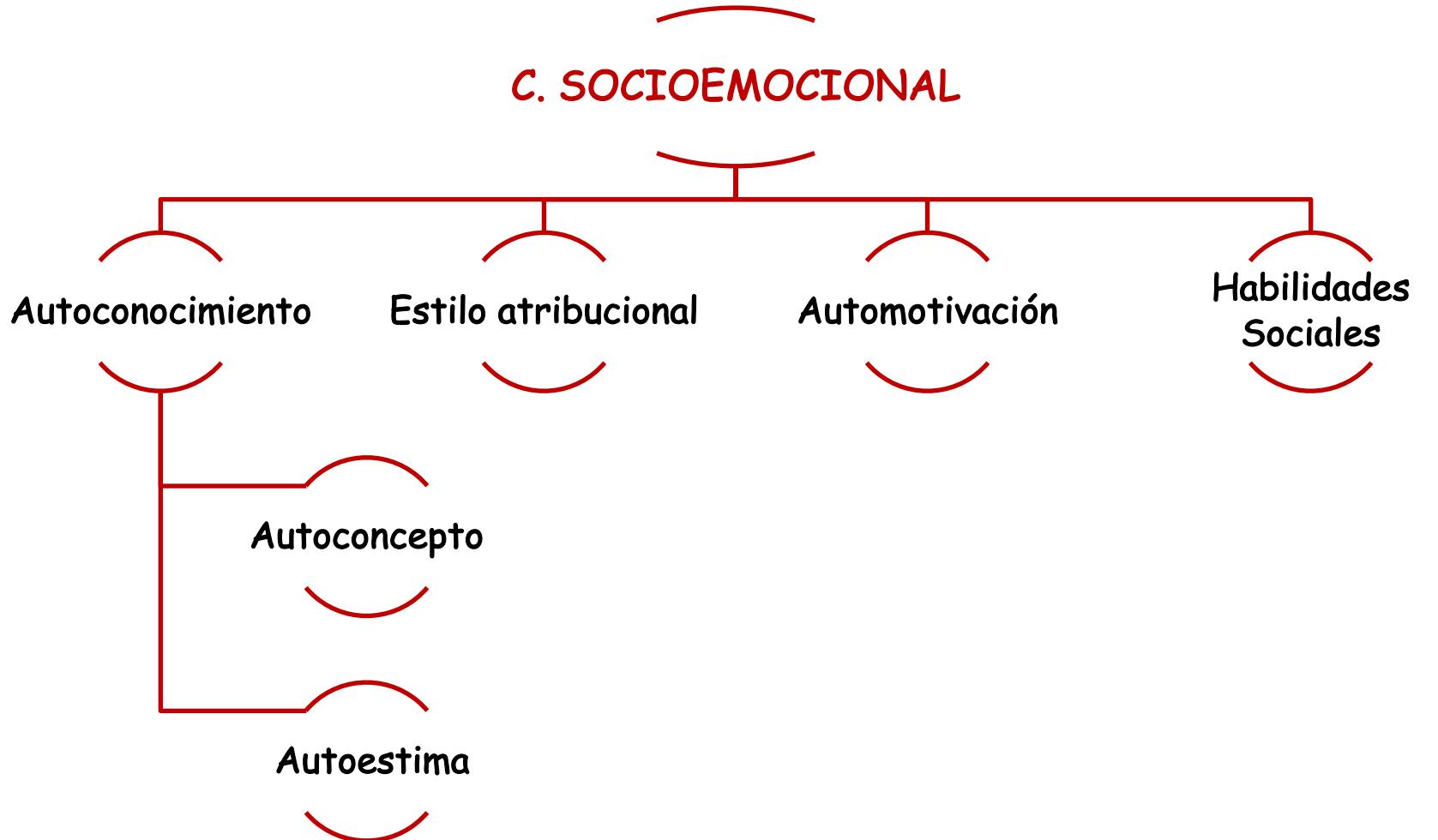
PROMOVER EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL

EOEP ESPECÍFICO DE DEA, TEL Y TDAH



Comunidad de Madrid

COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL



AUTOCONOCIMIENTO

AUTOCONCEPTO

Suma de las creencias de un individuo sobre sus cualidades personales

"Qué sabemos (o creemos saber) de nosotros mismos"

AUTOESTIMA

Evaluación global de la consideración positiva o negativa de uno mismo

"Cómo nos sentimos con nosotros mismos"

DIMENSIÓN COGNITIVA



DIMENSIÓN AFECTIVA

AUTOESTIMA

Factores* que influyen en la construcción del autoconcepto y la autoestima:

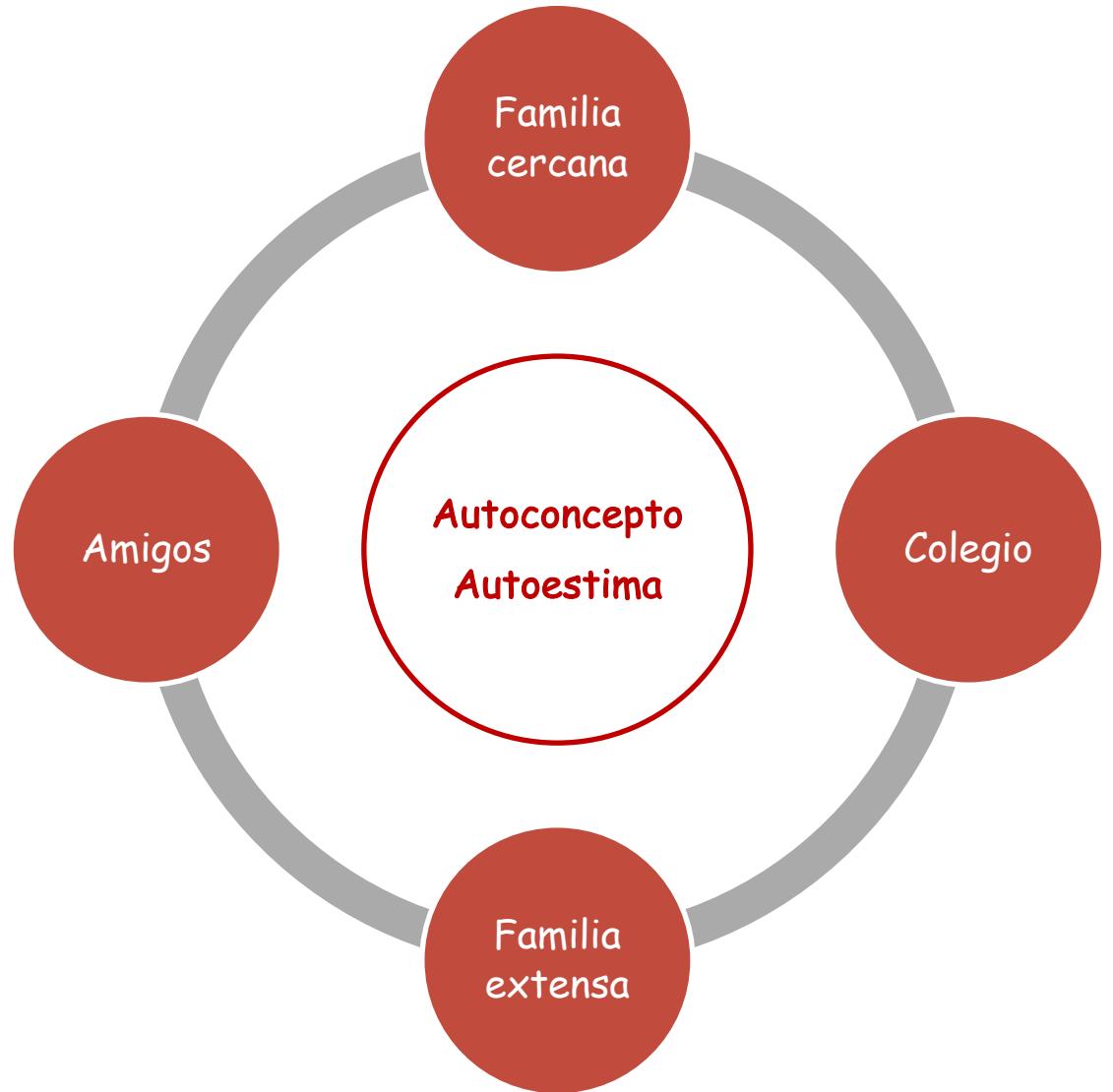
- el afecto que recibe de los demás,
- si es, o no, tratado respetuosamente.
- las comunicaciones que recibe de otros miembros del grupo, especialmente del líder,
- el status que ocupa en el grupo / grupos,
- las relaciones interpersonales que mantenga.



Esta imagen está bajo licencia CC BY

* Coopersmith (1967)

AUTOESTIMA



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Diferencias entre alta y baja autoestima

ALTA AUTOESTIMA	BAJA AUTOESTIMA
Cree que puede alcanzar el éxito a pesar de las dificultades	No cree ser capaz de enfrentarse a los retos escolares
Se orienta hacia el logro	Se orienta hacia los resultados
Acepta las críticas	Muy sensible a las burlas y críticas
Baja ansiedad	Alta ansiedad
Se relaciona bien con los demás	Se muestran reservados y/o agresivos
Se siente integrado en el grupo	Se siente rechazado / Los compañeros le aíslan
Alto rendimiento	Bajo rendimiento

Tipos de alumnos en el aula, según su autoestima

Ruiz-Dodobara (2005)

ALTA AUTOESTIMA

Orientados al dominio:

- tienen éxito escolar,
- alta motivación de logro,
- se consideran capaces,
- muestran confianza en sí mismos.

BAJA AUTOESTIMA

Aceptan el fracaso:

- derrotistas,
- presentan una imagen propia deteriorada,
- tienen sentimiento de indefensión aprendida (el control sobre el ambiente es imposible o muy difícil, y por lo tanto renuncian al esfuerzo).

Evitan el fracaso:

- ponen muy poco esfuerzo en su desempeño,
- intentan protegerse del fracaso (participación mínima en el aula, trampas en los exámenes, demora/rechazo en el abordaje de la tarea...).

Consecuencias baja autoestima

A U T O e s t i M a

Imagen bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)



INDEFENSIÓN APRENDIDA



Imagen bajo licencia [CC BY-SA](#)

PROBLEMAS SOMÁTICOS Y SOCIALES

ESTILO ATRIBUCIONAL

PROCESO ATRIBUTIVO: tras cada actuación, las personas **valoran** el resultado obtenido (positivo/negativo) y lo atribuyen a unas **causas**.

Las atribuciones causales pueden clasificarse en base a **tres dimensiones**: (Weiner, 1985):

a) **Interna-externa (locus de control):**

- factores internos: capacidad y esfuerzo.
- factores externos: dificultad de la tarea, suerte/azar.

b) **Estabilidad - inestabilidad** (las causas del resultado son más o menos inalterables o persistentes en el tiempo):

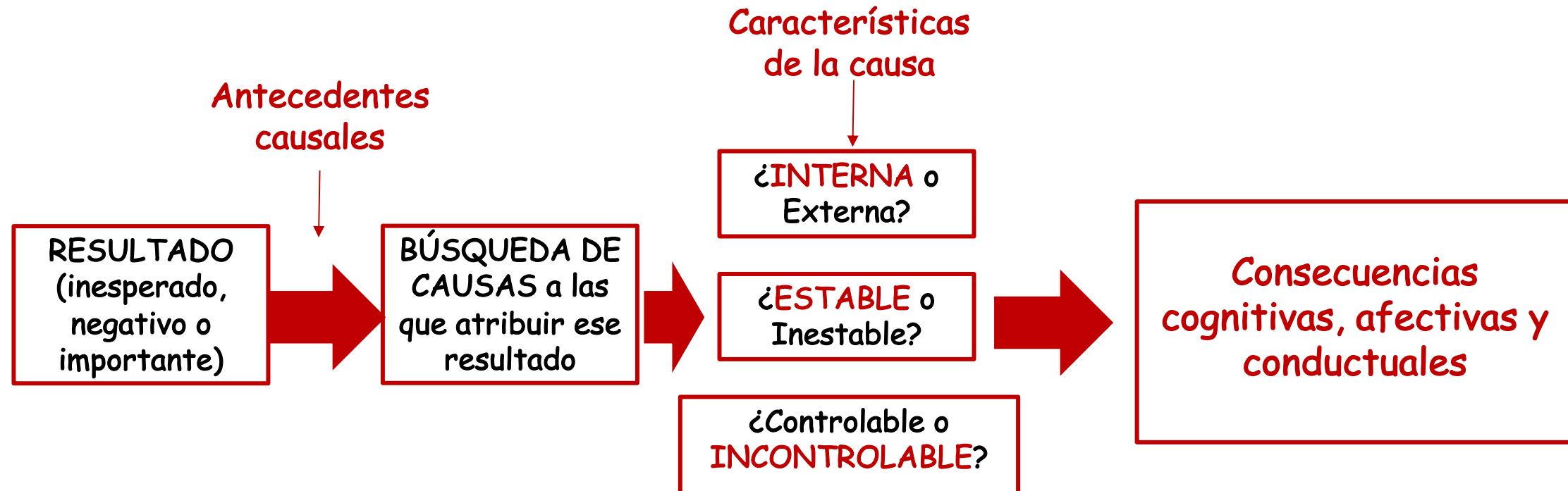
- factores estables: capacidad.
- factores inestables: esfuerzo y suerte.

c) **Controlable o incontrolable:**

- factores controlables: esfuerzo y perseverancia, uso de estrategias.
- factores incontrolables: capacidad, dificultad de la tarea.

Consecuencias atribuciones causales desajustadas

TEORÍA ATRIBUCIONAL DE WEINER (1979)



Consecuencias atribuciones causales desajustadas

Éxito	ATRIBUCIÓN CAUSAL	Fracaso
Confianza en sí mismo Expectativas de éxito Responsabilidad	CAPACIDAD Internas, estable e incontrolable	Pérdida de confianza Expectativas de fracaso Responsabilidad
Satisfacción Atribución personal del éxito Control de la situación Responsabilidad	ESFUERZO Internas, inestable y controlable	Culpa / Enfado / Frustración Atribución personal del fracaso Posibilidad de control: expectativas de mejora
Satisfacción Atribución personal del éxito Control de la situación Responsabilidad	ATENCIÓN A LAS EXPLICACIONES Internas, inestable y controlable	Culpa / Enfado / Frustración Atribución personal del fracaso Posibilidad de control: expectativas de mejora
Sorpresa Ausencia de responsabilidad	SUERTE Externa, inestable, incontrolable	Sorpresa Ausencia de responsabilidad
Gratitud	AYUDA DEL PROFESOR Externa, inestable, incontrolable	Enfado
Requiere necesariamente una atribución causal múltiple	DIFICULTAD DE LA TAREA Externa, inestable, incontrolable	Enfado Ausencia de responsabilidad
Confianza en sí mismo Atribución personal del éxito Control de la situación Responsabilidad	USO DE ESTRATEGIAS Internas, inestable, controlable	Culpa / Enfado / Frustración Atribución personal del fracaso Posibilidad de control: expectativas de mejora

AUTOMOTIVACIÓN

La motivación es un estado interno que incita, dirige y mantiene la conducta.

(Woolfolk, 2011)

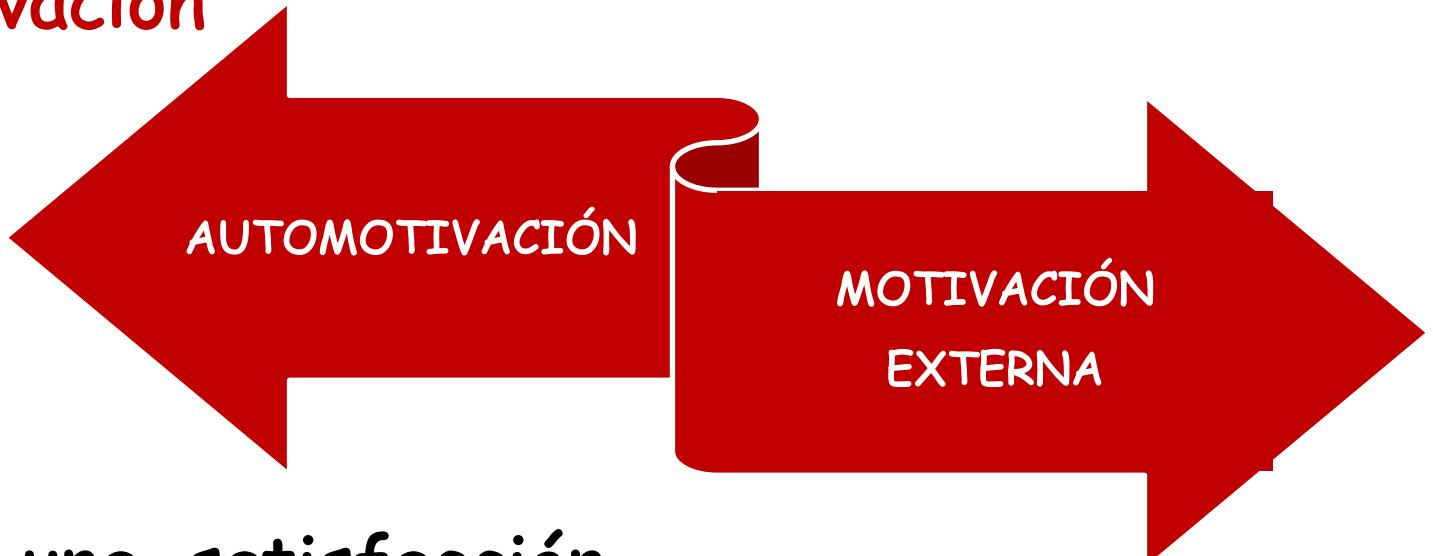
¿CUÁNDO NOS MOTIVA ALGO A ACTUAR?

Si nos sirve, nos es útil... para cubrir (total o parcialmente) una necesidad casi permanente, periódica, coyuntural, o eventual, que requiere ser satisfecha.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

Tipos de motivación



El origen es una satisfacción personal, un beneficio propio, concedido por uno mismo

- ✓ MOTIVOS POSITIVOS: Placer de haber completado tarea, demostrarse a sí mismo que es capaz, haber satisfecho la curiosidad, gusto de ampliar conocimientos, convencimiento de haber obrado correctamente
- ✓ MOTIVOS NEGATIVOS: NO HAY (excepto la autocritica rigurosa y realista, que sirve de incentivo)

El motivo de acción se sitúa en algo exterior a nosotros, algo de fuera

- ✓ MOTIVOS POSITIVOS: Reconocimiento, elogio, recompensa económica (o de otro tipo), ascenso, calificaciones... BENEFICIO
- ✓ MOTIVOS NEGATIVOS: EVITACIÓN de censuras, críticas negativas, pérdida de ventajas, beneficios,...

Consecuencias de la falta de automotivación

- Evitación de la tarea / de la formulación de planes / de las relaciones sociales, etc.
- Menos esfuerzo.
- Menos persistencia ante las dificultades.
- Sensación de fracaso.
- Frustración.
- Rendimiento más bajo, o ausencia de planes a medio - largo plazo.
- Etc.

AUTOCONCEPTO
Y
AUTOESTIMA

ATRIBUCIONES
DESAJUSTADAS

HABILIDADES SOCIALES

Conjunto de habilidades que permiten iniciar y mantener relaciones sociales, basadas en un intercambio que resulta productivo/positivo para ambas partes y redonda en una mejora de la convivencia:

- Habilidades comunicativas.
- Empatía.
- Asertividad.
- Capacidad para pedir ayuda.
- Etc.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Consecuencias de dificultades en las habilidades sociales

- Escasas relaciones sociales con sus iguales y con los adultos.
- Frustración.
- Incapacidad para mantener relaciones sociales estables.
- Estrés.
- Ansiedad.
- Sensación de soledad.
- Imposibilidad para pedir ayuda.
- Etc.



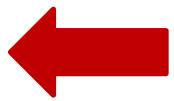
Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA](#)

CUIDANDO LAS EMOCIONES: DESARROLLO DE LA COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL

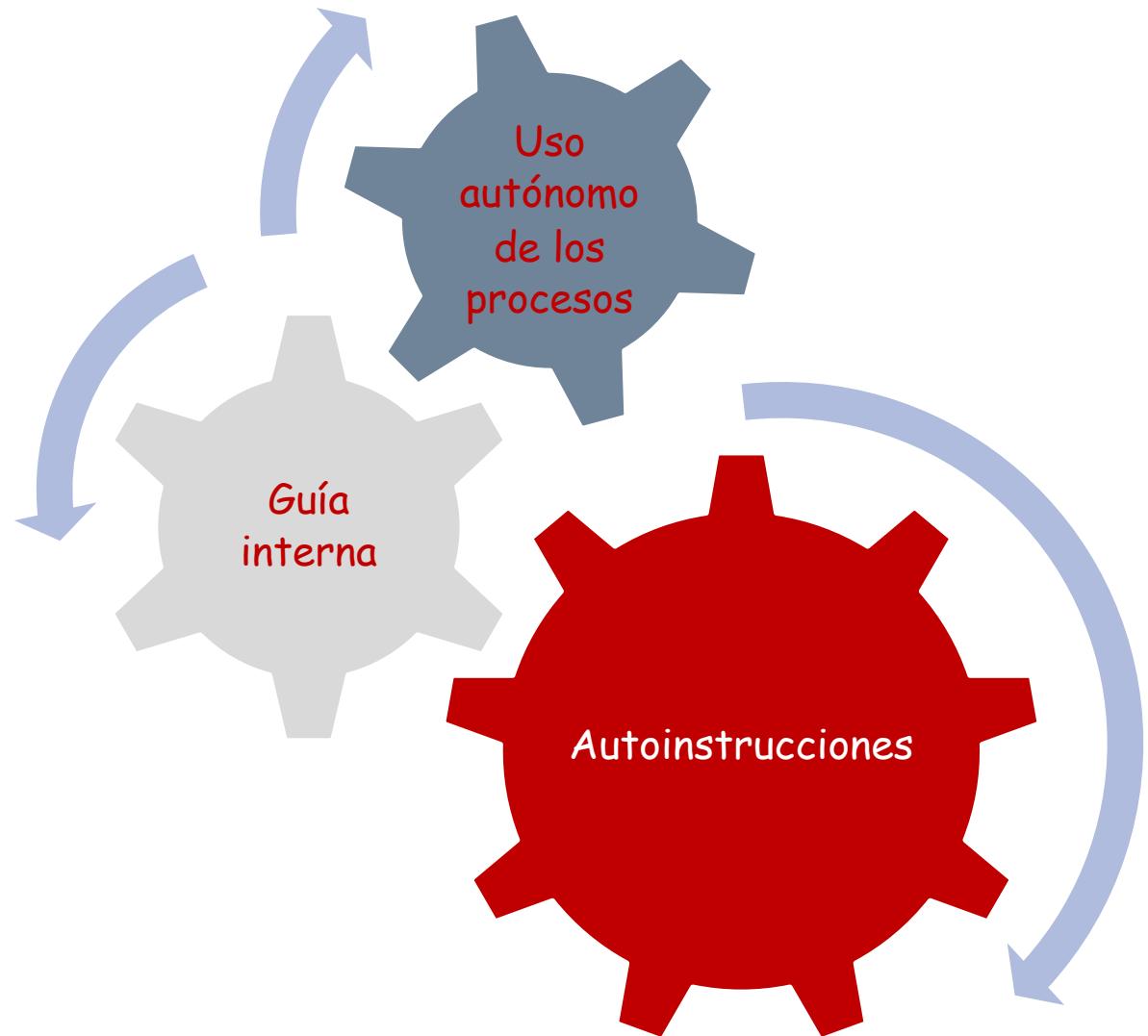
FOMENTAR



COMPETENCIA SOCIOEMOCIONAL



AUTOGESTIÓN



AUTOINSTRUCCIONES

Las autoinstrucciones son **afirmaciones internas**, que indican cómo la persona se debe sentir, hacer o comportar ante una determinada situación.

(Meichenbaum, 1971)

¿Para qué sirven? Para guiar el diálogo interno, como:

- apoyo en el desarrollo de diferentes tareas,
- en la regulación de las emociones,
- en el control de la propia conducta.

¿Obtener resultados positivos? Es imprescindible:

- Profesor como guía.
- Trabajo sistemático y contextualizado.
- Planificar la automatización y la sistematización.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

Recursos del EOEP Específico de DEA, TEL y TDAH:



- Autoinstrucciones general: pautas para realizar autoinstrucciones.
- Autoinstrucciones para la autorregulación emocional:
 - Identificar las señales físicas que preceden.
 - Identificar emociones.
 - Encontrar las causas.
 - Aceptar.
 - Regular.
- Autoinstrucciones para realizar atribuciones causales ajustadas.
- Autoinstrucciones para detener pensamientos negativos.

Recursos del EOEP Específico de DEA, TEL y TDAH:

- Autoinstrucciones para realizar atribuciones ajustadas tras una tarea:

3. Relleno esta tabla, que me puede ayudar a tener más claros los motivos:

0 = nada; 1 = poco; 2 = bastante; 3 = mucho

	0 Nada	1 Poco	2 Bastante	3 Mucho
Soy bueno en esto				
Me he esforzado				
He atendido a las explicaciones del profesor				
He usado las estrategias que me enseñan mis profesores				
El profesor me ha ayudado				
La dificultad de la tarea				
He tenido suerte				
Otra cosa (escríbela):				

Programas para desarrollar la competencia socioemocional

- **Características** que deben reunir estos programas*:

- Atención **temprana**: se inician en Educación Infantil.
- Tienen **continuidad** a lo largo de las diferentes etapas.
- Tienen unos **objetivos** claramente especificados.
- Se desarrollan en **todos los ámbitos** escolares: clase, patio, comedor, actividades complementarias...
- Fomentan el sentimiento de **pertenencia** a través de la participación.
- Fomentan la **colaboración** escuela-familia-comunidad.

Algunos ejemplos:

- Blanco, M.ª Á. (2012). Programa de autoestima para la mejora del rendimiento académico destinado a alumnos de 5º curso de Educación Primaria. En: <https://reunir.unir.net/handle/123456789/172>
- García, E.M. y Magaz, Á. (1998). Ratones, Dragones y Seres Humanos Auténticos. Editorial Grupo ALBOR-COHS
- Hurtado, M. D. (2016). EDUCACIÓN EMOCIONAL. Programa y guíaa de desarrollo didáctico. Región de Murcia: Consejería de Eduuación y Universidades. En:
[https://www.carm.es/web/pagina?IDCONTENIDO=14978&IDTIPO=246&RASTRO=c2709\\$m4331,4330](https://www.carm.es/web/pagina?IDCONTENIDO=14978&IDTIPO=246&RASTRO=c2709$m4331,4330)
- López, S. (2021). Intervención emocional en dislexia. En:
<https://uvadoc.uva.es/handle/10324/49142>

Algunos ejemplos:

- En sus zapatos. Un espacio de empatía activa. Educación Emocional con Teatro de Conciencia para la Convivencia.
En: <https://programaensuszapatos.org/>
- Educar para ser. En: <https://www.educarparaser.org/>
- Material de la Diputación de Guipúzcoa para trabajar la inteligencia emocional. Desglosado por edades (desde E. Infantil, hasta Bachillerato. Con materiales para los alumnos. En:
<https://www.eskolabakegune.euskadi.eus/es/web/eskolabakegune/material-de-la-diputacion-de-guipuzcoa>
- Colección de Vallés, A. Programa de inteligencia emocional para la convivencia escolar (PIECE). Desglosado por edades.

¿Cómo son las aulas que cuidan las emociones?



EOEP ESPECÍFICO DE DEA, TEL Y TDAH



Comunidad de Madrid

LAS AULAS QUE CUIDAN LAS EMOCIONES: CUIDAR EL CONTEXTO

Premisas
Generales

Clima de
convivencia
positivo

Autoconocimiento

Favorecer el
éxito

Cuidar la vivencia
de los errores

Gestionar
refuerzos

Aprendizaje
colaborativo

Premisas generales

Las emociones importan siempre

- **Acuerdos de centro:** abordaje preventivo, garantizar coherencia longitudinal y transversal.
- **Acuerdos de Equipos Docentes:** desarrollo transversal en todos las materias y en todos los contextos de centro.
- Importancia de la figura del **tutor** como coordinador.
- Poner en valor la figura del **Coordinador de Bienestar**.
- **Colaboración familia-escuela.**



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Clima de convivencia positivo

- Plan de Acogida de centro que contempla la integración y la adaptación al centro como primer objetivo.
- Plan de Convivencia: alumnos ayudantes y mediadores.
- Desarrollo transversal de la competencia socioemocional.
- Establecer un vínculo con el alumno nos facilitará su conocimiento y su acercamiento .
- Análisis de los conflictos y búsqueda de soluciones consensuadas.
- La mediación y las asambleas de aula como instrumentos.
- Normas de aula consensuadas.
- Sanciones reparadoras.
- Establecer objetivos colaborativos frente a los competitivos.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

Autoconcepto ajustado y autoestima positiva

Algunas estrategias*:

* Adaptado de Douglas (1995)

- Mostrar **interés** por cada alumno y lo que le afecta.
- **Aceptar** al alumno y transmitirle su afecto y apoyo.
- Generar un **ambiente de aceptación**, sin censuras, sin críticas y sin miedo al error.
- Mostrar **congruencia** entre lo que se dice y se hace.
- Transmitir expectativas de **éxito**.
- Tener una **actitud positiva** hacia los alumnos.
- **Apoyar** de forma incondicional al alumno como tal, sin centrarse en la conducta inadecuada o en los resultados. Cuestionar los hechos, no a la persona.
- **Evitar descalificaciones**.
- **Acompañamiento** en el análisis de las situaciones de conflicto emocional.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

Favorecer el éxito

Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

- Localizar puntos fuertes, descubrir cualidades y explicitarlas: las habilidades como instrumento para ayudar a superar dificultades.
- Hacerle participar en situaciones donde es competente: especialmente en gran grupo. Evitar el ridículo.
- Proporcionar situaciones de aprendizaje sin error:
 - Evitar que la tarea exceda sus posibilidades
 - Ofrecer facilitadores.
- Potenciar la autonomía: desarrollar estrategias.
- Ayuda entre iguales: ayudar y ser ayudado.
- Autoevaluación del proceso seguido: guiarle en la realización de atribuciones ajustadas.

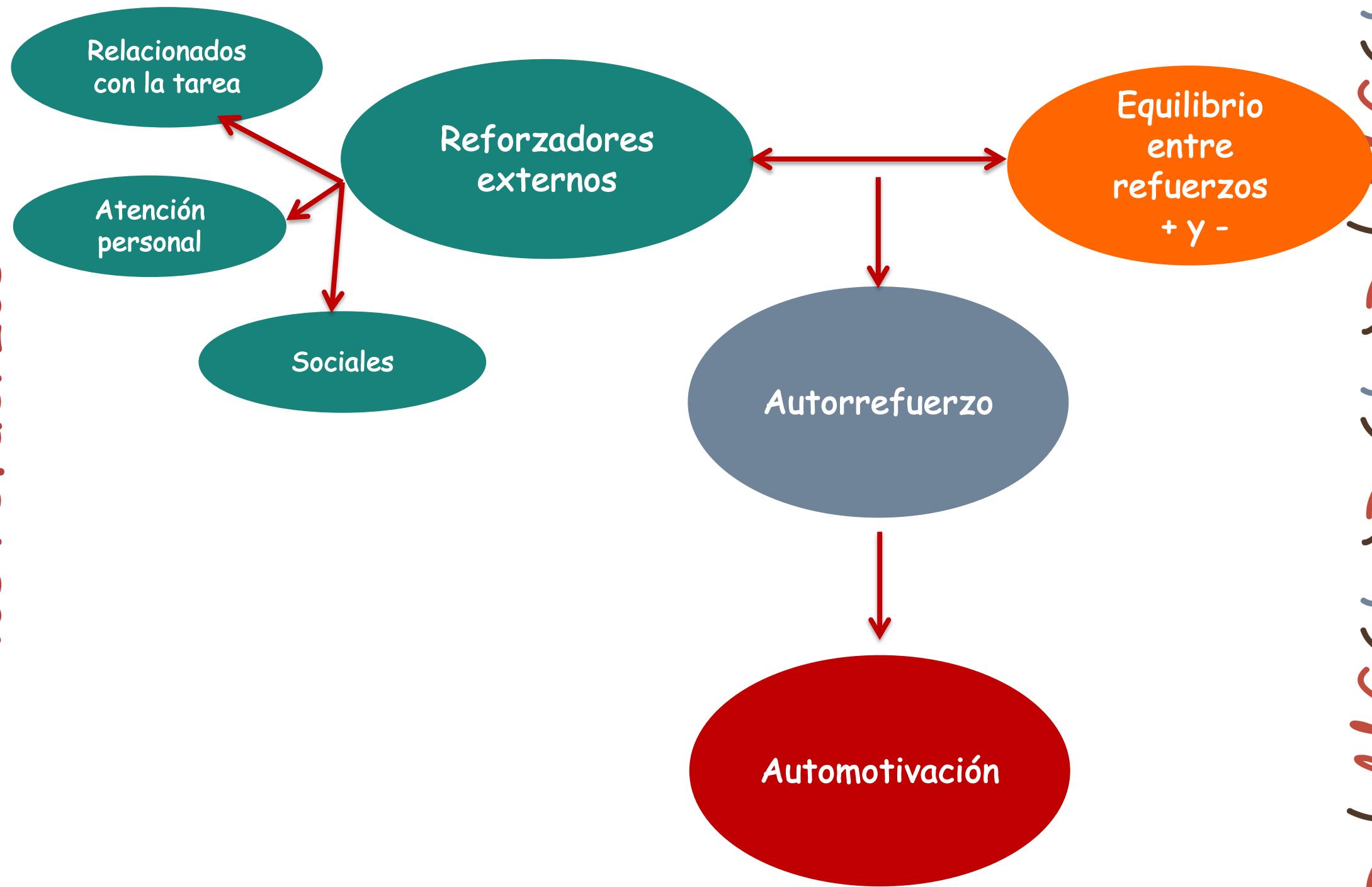
Cuidar la vivencia de los errores

- **Minimizar trascendencia**, ayudar a asimilar: vivencia del error como punto de partida.
- Ayudar **personalmente** a reconocer, anticipar y superar dificultades.
- Autoevaluación del error: guiarle en la realización de **atribuciones ajustadas**.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Cuidar el uso de los reforzadores



Aprendizaje colaborativo

La cooperación entre alumnos:



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA](#)

De forma transversal en todos los contextos y en de todos los materiales centro.

- Favorece el **rendimiento académico** (desarrollo pensamiento crítico, mejora el procesamiento de la información...)
- Genera **relaciones positivas** entre los alumnos
- Fomenta el desarrollo de una **autoestima positiva**

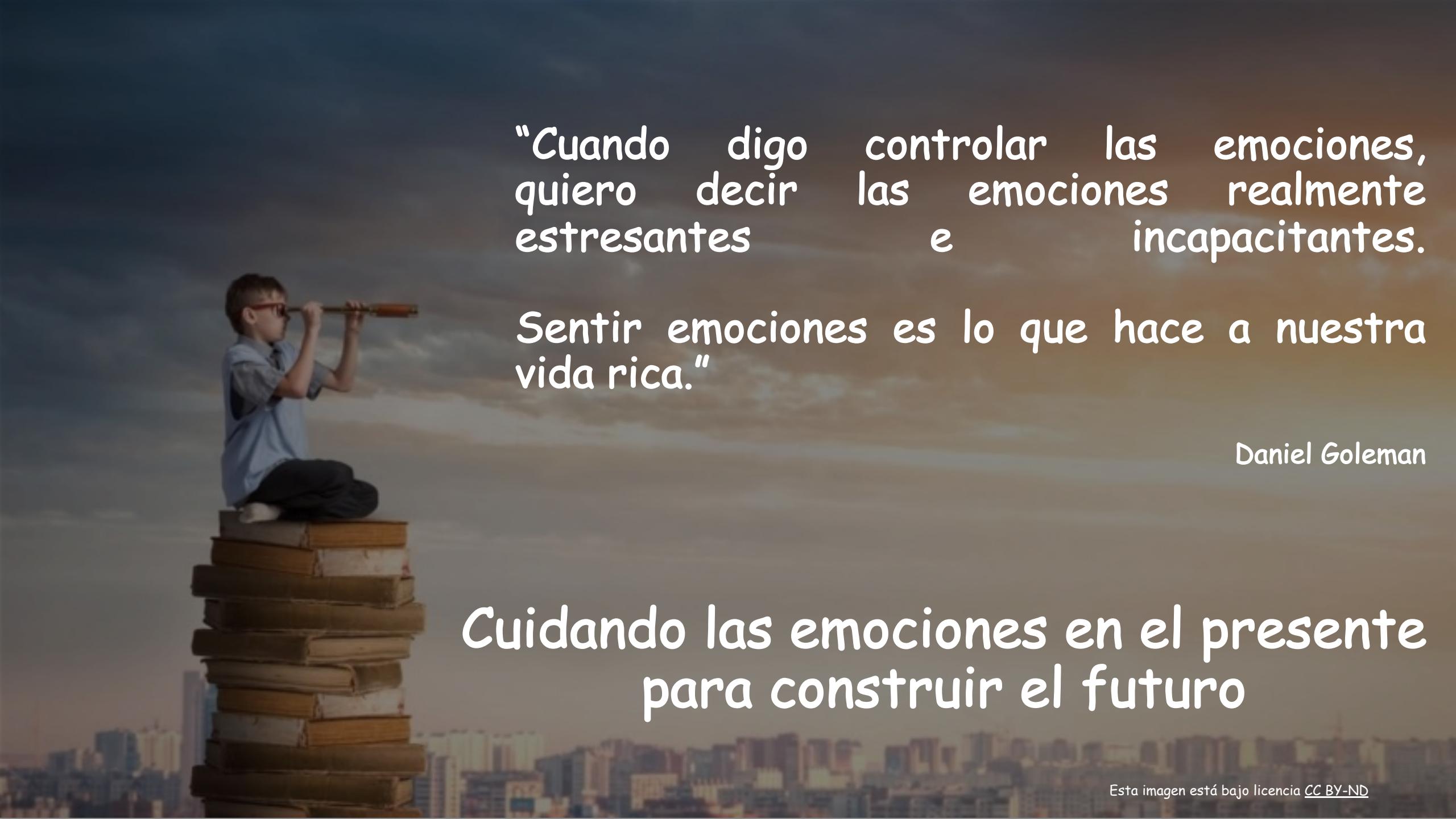
Aprendizaje colaborativo

Ayuda entre iguales:

- Los iguales como **modelo**, que facilita la accesibilidad.
- Aportan **herramientas** en la resolución de conflictos interpersonales.
- Pueden ser **mediadores** entre el alumno y el foco del conflicto.
- Ayudan a **mediar** entre los contenidos de aprendizaje y el alumno.



Esta imagen está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)



"Cuando digo controlar las emociones,
quiero decir las emociones realmente
estresantes e incapacitantes.

Sentir emociones es lo que hace a nuestra
vida rica."

Daniel Goleman

Cuidando las emociones en el presente
para construir el futuro

Referencias

- Alba, C. (2018a). Diseño Universal para el Aprendizaje un modelo didáctico para proporcionar oportunidades de aprender a todos los estudiantes. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (374), pp. 21-27.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa (RIE)*, 21, 1, pp. 7-43
- Bisquerra, R. & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, pp. 61-82.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. WH Freeman & Company.
- Coronado, A. (2014). Dificultades en el aprendizaje, inclusión cultural y autoexpectativas académicas: una propuesta de Orientación e intervención educativa. *Retos actuales de educación y salud transcultural T. II*.
- Douglas, M. R. (1995). Desarrolla tu autoestima. Editorial Iberonet.
- García Retana, J.A. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación* 36(1), pp. 97-109
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

Referencias

- Grotberg, E. (1995). The International Resilience Project: Promoting Resilience in Children. Wisconsin: Universidad de Wisconsin.
- Izquierdo, C. (2008). Crecer en la autoestima. Editorial Roel
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Mora, F. (2008). El reloj de la sabiduría. Tiempos y Espacios en el cerebro humano. Alianza Editorial.
- Mora, F. & Sanguinetti, A.M. (2004). Diccionario de neurociencia. Editorial Alianza.
- Núñez, J. C. (2009, September). Motivación, aprendizaje y rendimiento académico. In Trabajo presentado en el X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia. Braga, Portugal, pp. 41-67.
- Ordax, M. (2011). *La competencia social y emocional en el aula*. [Trabajo de Fin de Máster. Universidad Internacional de La Rioja. Facultad de ciencias de la Educación.]
<https://reunir.unir.net/handle/123456789/115>

Referencias

- Polaino, A. (2004). Familia y autoestima. Editorial Ariel.
- Ruiz-Dodobara, F. G. (2005). Relación entre la motivación de logro académico, la autoeficacia y la disposición para la realización de una tesis. *Persona*, (008), pp. 145-170.
<https://doi.org/10.26439/persona2005.n008.898>
- Valle, A., Rodríguez, S., Cabanach, R.G., Núñez, J.C. y González-Pienda, J.A. (2007). El estudiante eficaz. Editorial CCS.
- Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology*, 71, pp. 3-25.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92(4), pp. 548-573. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.92.4.548>
- Woolfolk, A. (2011). Psicología educativa. Editorial ADDISON- WESLEY.

GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN



EOEP Específico de DEA, TEL y TDAH. Madrid

eoep.tdah.madrid@educa.madrid.org

<https://www.educa2.madrid.org/web/dificultades-de-aprendizaje-trastornos-del-lenguaje-y-tdah>