
Diseño de un plan de educación emocional en Guipúzcoa: diseño y aplicación del programa de formación de formadores

Design of an emotional education plan in Guipúzcoa: design and implementation of the training program for trainers

Maite Muñoz de Morales, Rafael Bisquerra

maite.munozdemorales@ehu.es

Dpto. Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación. Universidad del País Vasco/Universidad de Barcelona

Resum. Esta comunicación se contextualiza en el marco de un proyecto denominado “Guipúzcoa: Hacia una sociedad emocionalmente inteligente” puesto en marcha por el Departamento de Innovación y Sociedad del Conocimiento de la Diputación Foral de Guipúzcoa (actualmente Departamento de Innovación, Desarrollo Rural y Turismo), que tuvo la iniciativa de impulsar procesos de innovación educativa en base a la inteligencia emocional. La finalidad del citado proyecto es la transformación de la sociedad guipuzcoana mediante la intervención en cuatro áreas: educación, empresa, servicios socio-comunitarios y familia. Nuestra investigación se centra en el área de educación. En este trabajo se expone, dentro del plan de innovación educativa, el diseño del proceso formativo que consiste en un programa de educación emocional abierto al profesorado y profesionales de la educación de todas las etapas educativas del ámbito no universitario, con el compromiso por parte del profesorado de poner en práctica programas para el desarrollo de competencias emocionales en el alumnado. Los participantes se han comprometido a participar en la evaluación externa de las intervenciones educativas. Los resultados obtenidos han mostrado de forma general un efecto positivo del programa sobre el desarrollo emocional y social del alumnado en todas las etapas educativas aunque con importantes diferencias en función del rango de edad y del centro entrenado. El programa ha causado un impacto relevante, manifestando todos los centros participantes interés por continuar con esta línea de intervención en un futuro.

Palabras clave: inteligencia emocional, educación emocional, competencias emocionales, formación inicial del profesorado, intervención psicopedagógica

Abstract. The objective of this research is the design, implementation and evaluation of programs of emotional education in order to develop emotional skills in teachers and students. This article describes the educational innovation plan launched by the Department of innovation and the knowledge of the society Diputación Foral de Guipúzcoa, which consists of a training programme in emotional education open to teachers of all educational stages of not academia, with a commitment by the trained teachers to implement emotional education in your school programs. This paper presents, within the plan of educational innovation, design of the learning process of an emotional education program open to teachers and education professionals in all stages of non-educational university with a commitment by the teachers to implement programs for the development of emotional competencies in students. Participants have agreed to participate in the external evaluation of educational interventions. The results obtained have shown a positive effect of the program on social and emotional development of students in all stages of education but with important differences depending on the range of

age and trained Center generally. The program has caused a significant impact, expressing interest in pursuing this line of intervention in the future all participating centres.

Key words: emotional intelligence, emotional education, emotional competence, initial teacher training, psychopedagogical intervention

Introducción

El Departamento de Innovación y Sociedad del Conocimiento de la Diputación Foral de Guipúzcoa (actualmente Departamento de Innovación, Desarrollo Rural y Turismo), que ha patrocinado este trabajo, tuvo la iniciativa de impulsar procesos de innovación educativa en base a la inteligencia emocional. La finalidad es la transformación de la sociedad guipuzcoana mediante la intervención en cuatro áreas: educación, empresa, servicios socio-comunitarios y familia. Iniciativa que puede seguirse en la web: <http://www.emozioak.net>.

Este trabajo se centra exclusivamente en la educación formal no universitaria, donde se ha puesto en marcha un plan de innovación consistente en la formación del profesorado en educación emocional, con el fin de poner en práctica programas para el desarrollo de competencias emocionales en el alumnado. Los participantes se han comprometido a participar en la evaluación externa de las intervenciones educativas.

El plan de educación emocional: diseño formativo

De la teoría a la práctica

Analizando la situación de los contextos escolares en un entorno global, el estado actual de la evidencia empírica nos lleva a la consideración de elementos comunes como el aumento de las conductas problemáticas de los escolares y la afirmación del profesorado sobre su falta de preparación para responder eficazmente a las necesidades relacionadas con la salud mental de su alumnado (Gettinger, Stoiber, Goetz y Caspe, 1999; Sprague y Walker, 2005; Marvel, Lyter, Peltola, Strizek y Morton, 2006). Ante este estado de la cuestión y apoyados en los modelos de Inteligencia Emocional (Salovey y Mayer, 1990; Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. y Palfai, T. P. (1995); Salovey y Sluyter, 1997), y en sus aplicaciones a la educación emocional (Bisquerra, 2000, 2008, 2009, 2011; Fernández Berrocal y Extremera, 2005; Muñoz de Morales, 2004a, 2004b, 2005a, 2005b) encontramos programas de intervención en aprendizaje emocional y social como SEL en la Universidad de Wisconsin (Callan Stoiber, 2011) o Strong kids (Gueldner y Merrell, 2011) en Oregón. El objetivo de estos programas es la prevención de la salud mental mediante la intervención en los contextos escolares con el fin de desarrollar competencias emocionales, siguiendo modelos de consulta cola-

borativa y metodologías de Investigación-Acción. Estas acciones van dirigidas a la creación de sinergias en los entornos educativos mediante la participación e implicación tanto de los profesionales de la educación como del alumnado.

Apoyándonos en este marco teórico, en el diseño del Plan de educación emocional se ha seguido un modelo integrador (Bisquerra, 2009; Bisquerra y Pérez, 2007; Muñoz de Morales y Bisquerra, 2006) que incluye cinco bloques de competencias: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social, habilidades de vida para el bienestar. Estas competencias se desarrollan a través de actividades prácticas como las presentadas por López (2003) para la educación infantil, Renom (2003) par la educación primaria, Pascual y Cuadrado (2001) para la ESO, Güell y Muñoz (2003) para la secundaria post-obligatoria, etc.; Álvarez (2001) presenta propuestas para el diseño y evaluación de programas de educación emocional.

Fundamentación teórica del diseño formativo

Nuestro diseño formativo se fundamenta en los modelos mixtos de Inteligencia Emocional (Goleman, 1995; Bar-On y Parker, 2000). Los modelos mixtos se caracterizan por incluir rasgos del carácter junto con capacidades no cognitivas, es decir, competencias que influyen en la habilidad del sujeto para tener éxito en el afrontamiento de demandas y presiones del ambiente. Cuando hablamos de competencias, hablamos de ese *saber hacer, haciendo*, es decir, de esa capacidad de transferir conocimientos, procedimientos y actitudes coordinados, en una situación profesional compleja y con vistas a una finalidad. La competencia permite prevenir y/o resolver problemas específicos de forma autónoma y flexible, adaptándose a las necesidades contextuales. Integra el saber, el saber hacer y el saber ser (Bisquerra, 2000).

Entre los diversos enfoques de Inteligencia Emocional, la Educación Emocional se basa en aquellos que, más allá de las características de la personalidad (**SALOVEY, Y SLUYTER, D. J. (Eds.)(1997)**), ponen el énfasis en la interacción entre persona y ambiente (Saarni, 2000), dando más peso al aprendizaje y al desarrollo. Dentro de este último enfoque, Saarni expone las consecuencias positivas de la competencia emocional en la regulación emocional, el bienestar subjetivo y la resiliencia, ayudando a prevenir y superar situaciones de estrés y favoreciendo la adopción de comportamientos saludables.

Por otra parte, la Educación Emocional apoyándose en modelos teóricos y de intervención psicopedagógica (Modelo de consulta colaborativa y Modelo de programas) nos ofrece mediante metodologías como la Investigación-Acción la posibilidad de entrenar estas competencias en la práctica en organizaciones educativas (Muñoz de Morales y Bisquerra, 2013), favoreciendo la creación de organizaciones saludables.

Objetivos del diseño de formación

1. Prevenir el estrés psicosocial potenciando la salud mental del profesorado y del alumnado.
2. Desarrollar competencias emocionales en los profesionales de la educación (profesorado, orientadores, consultores,...) y en el alumnado.
3. Capacitar al profesorado para el diseño de programas de educación emocional.
4. Capacitar al profesorado para la intervención tutorial en educación emocional con el alumnado.

Formación en cascada

El diseño de intervención incluye un modelo de formación en cascada, donde personas expertas forman al profesorado (incluyendo equipos directivos, orientadores, profesionales de apoyo, etc.), para que apliquen los conocimientos adquiridos con su alumnado.

La formación del profesorado tiene como finalidad la sensibilización y formación básica en educación emocional y el desarrollo de competencias emocionales que les capacite para la puesta en práctica de programas de educación emocional en sus respectivos centros de procedencia.

El diseño del programa de formación del profesorado se estructura en cuatro módulos:

Módulo 1: Sensibilización y formación básica en educación emocional

La formación del profesorado en este primer módulo se centra en torno al marco conceptual de las emociones, la inteligencia emocional y las competencias emocionales. Se trata de hacer una formación inicial con el profesorado con la finalidad de sensibilizarle y capacitarle para desarrollar competencias emocionales en el alumnado mediante un plan de acción tutorial.

Este primer nivel de formación tuvo una duración de 20 h, llevándose a la práctica educativa los siguientes **objetivos**:

1. Sensibilización y formación básica en Inteligencia Emocional aplicada a la educación.
2. Ejercitar con diferentes actividades los procesos básicos relacionados con la Inteligencia Emocional.

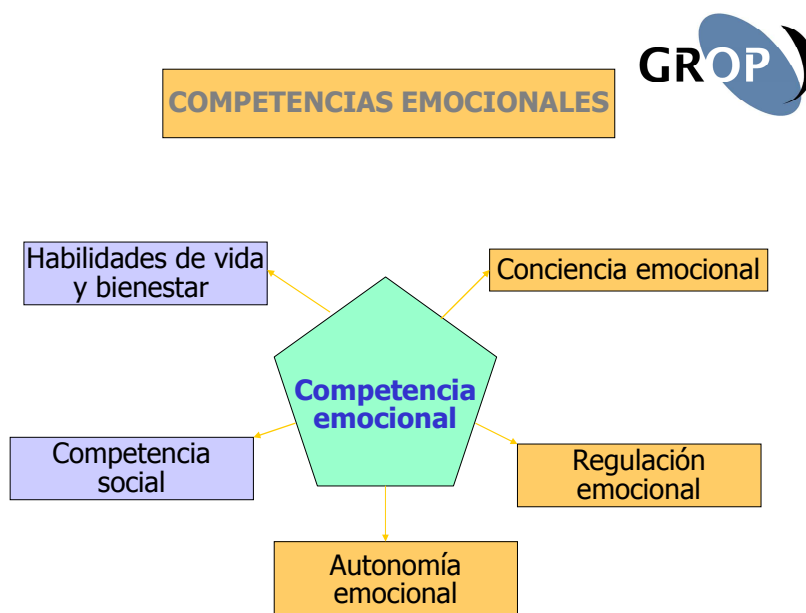
Módulo 2: Desarrollo de competencias emocionales

En el módulo 2, la formación del profesorado consiste en un entrenamiento en competencias emocionales durante 30 horas. Se trata de una aplicación en la práctica del

marco conceptual de la educació emocional. Con esa finalidad, se plantearon los siguientes objetivos:

- Conocer las emociones propias y las del alumnado, identificándolas y comprendiéndolas.
- Desarrollar la capacidad de regular las propias emociones y ser capaz de autocontrolarse en situaciones emocionalmente intensas y/o adversas.
- Capacitar al profesorado para ayudar al alumnado a desarrollar su inteligencia emocional.
- Desarrollar la capacidad de automotivación y utilizar técnicas de motivación con el alumnado.
- Desarrollar la capacidad de empatía.
- Desarrollar habilidades sociales como:
 - Escucha activa.
 - Comportamiento asertivo.
 - Crítica constructiva.
 - Utilización adecuada del feedback.
 - Gestión inteligente de las emociones.
 - Trabajo en equipo.
 - Desarrollo del liderazgo.
 - Eficacia en el aula.

En cuanto a los contenidos formativos, en este módulo se entrenaron las cinco competencias del Modelo del GROPE.



Módulo 3: La educación emocional en la práctica

En este tercer nivel formativo, el profesorado se entrena para llevar a la práctica educativa las competencias emocionales, previamente experimentadas, con su alumnado. Durante 15 h se propone al profesorado diferentes ejercicios y dinámicas de grupo (role playing, introspección, relajación,...). En este módulo se agrupó al profesorado por etapas educativas, dado que tanto los objetivos como las actividades planteadas siguen un planteamiento acorde con la evolución psicológica del alumnado.

A continuación pasamos a describir los **objetivos para el desarrollo secuencial de las competencias emocionales por etapas educativas:**

Tabla 1. Desarrollo secuencial de competencias emocionales por etapas educativas

Educ. Infantil	Educ. Primaria	ESO	Secundaria Post-obligatoria
<p>Favorecer el auto-descubrimiento y el descubrimiento de los demás.</p> <p>Valoración de las emociones del niño.</p> <p>Juegos de socialización.</p> <p>Implicación de la familia en la valoración de las emociones del niño.</p>	<p>1er Ciclo</p> <p>Ayudar al alumnado a identificar sus emociones.</p> <p>Empleo de circunstancias emocionales como medio de transmisión de experiencias.</p> <p>Adquirir habilidades sociales.</p> <p>2º Ciclo</p> <p>Ayudar al alumnado a identificar las emociones de los demás.</p> <p>Elaboración de un programa de actividades de expresión y vocabulario emocional.</p> <p>3er Ciclo</p> <p>Desarrollar programas de conocimiento de las emociones, tipología y regulación emocional.</p> <p>Favorecer la autonomía del niño en la resolución de sus problemas emocionales.</p>	<p>Ciclo 1º</p> <p>Ejercitar la asertividad.</p> <p>Afrontar la presión de grupo.</p> <p>Control del impulso.</p> <p>Tolerancia a la frustración.</p> <p>Aprender a automotivarse a partir de la emoción.</p> <p>Ciclo 2º</p> <p>Desarrollo del autoconcepto y la autoestima.</p> <p>Desarrollo progresivo del autoconocimiento y de la autoestima.</p> <p>Desarrollo progresivo de la empatía y de las actitudes pro-sociales.</p>	<p>Educación emocional y desarrollo moral:</p> <p>Desarrollo del juicio crítico.</p> <p>Autocrítica para mejorar.</p> <p>Aceptación de puntos de vista distintos.</p> <p>Respeto a la diversidad.</p>

Módulo 4: "Expertise" en educación emocional

Objetivo del curso de experto

Este módulo formativo capacita a diferentes profesionales de la educación (profesorado ordinario y de apoyo, orientadores, consultores,...) para el diseño, aplicación y evaluación de programas de educación emocional en las diferentes etapas educativas, mediante una formación teórica, técnica y práctica.

Destinatarios

Para acceder a este cuarto nivel de formación, los profesionales de la educación tienen que haber cursado previamente los tres niveles del Plan de formación en educación emocional.

Planificación

Este cuarto módulo se desarrolla en 87 h distribuidas en dos fases:

Fase I: 60 h de formación teórico-práctica en aula. Antes de concluir la formación de esta fase, los participantes realizaron el diseño de programas de intervención en educación emocional contextualizados en sus centros educativos, comprometiéndose a ponerlos en práctica durante la segunda fase.

Fase II (27 h): En esta fase, simultáneamente a la implementación de los programas se realizó un seguimiento de la misma en los centros educativos. Para ello, se realizaron reuniones mensuales de 3 h de duración, en las que participaron la coordinadora del Plan de formación y los tutores. Se utilizó la técnica de los grupos de discusión. Esta fase se llevó a la práctica en 27 h, realizándose nueve sesiones con los tutores durante un curso académico.

Programa formativo

En el programa formativo se desarrollaron contenidos en torno al marco de la orientación psicopedagógica, es decir, modelos teóricos y de intervención psicopedagógica. En la prácticas se realizaron en base al modelo de programas y el de consulta colaborativa, desde una perspectiva de investigación-acción.

Participantes

La muestra inicial del profesorado que siguió la formación es de 1828, distribuidos entre 99 centros de San Sebastián y 46 pueblos de la provincia de Guipúzcoa. Pero no todos llegaron a la puesta en práctica del programa.

Como consecuencia, la muestra de alumnado es de 1426 sujetos, de los cuales hay 1022 que pertenecen al grupo experimental (GE) que ha recibido formación y entre-

namiento en educación emocional, y 404 en el grupo control (GC). Se distribuyen en cinco centros entre las diversas etapas educativas según la tabla 2, con un rango de edad de 2 a 22 años, estando la mayor parte entre los 3 y los 18 años. La distribución por sexo es equilibrada como se puede observar en la tabla de sexo.

Tabla 2: Muestra de alumnado por etapas educativas

Count		GRUPO		Total
		Grupo control	Grupo experimental	
ETAPA	Infantil	54	362	416
	Primaria	143	312	455
	ESO	207	218	425
	Bachillerato	0	109	109
	FP	0	21	21
Total		404	1022	1426

Count		SEXO		Total
		Hombre	Mujer	
ETAPA	Infantil	186	214	400
	Primaria	216	237	453
	ESO	195	228	423
	Bachillerato	63	45	108
	FP	10	10	20
Total		670	734	1404

Procedimiento

Intervención tutorial en educación emocional

La implementación de estos programas se ha desarrollado en las horas de tutoría siguiendo el modelo de consulta colaborativa, el profesorado formado en educación emocional ha ejercido de facilitador de sus compañeros en cada etapa educativa. Los centros educativos han elegido a un coordinador/a en cada etapa educativa para la implementación de los programas entre miembros de los equipos directivos, del departamento de orientación o del personal de apoyo que han participado voluntariamente en el Plan de formación de la Diputación Foral de Guipúzcoa. Estos coordinadores se coordinaron con los tutores en cada etapa educativa, y estos con el profesorado de etapa.

Compromiso con el diseño de programas de Educación Emocional contextualizados

Cada centro hace un diseño según sus posibilidades, contextualizando así los programas y planificando diferentes fases en la aplicación. Dependiendo del grado de sensibilización y motivación del profesorado y de las necesidades formativas, hay centros que han comenzado por aquellas etapas educativas en las que las variables eran más favorables (profesorado más sensibilizado, motivado y formado), estableciendo estrategias para ir paulatinamente integrando la innovación educativa en el resto del centro. Los más afortunados, comenzaron aplicando los programas en todas las etapas educativas. En estos casos, el elemento determinante fue la implicación y formación previa del equipo directivo y del personal de apoyo, además del profesorado ordinario. Algunos comenzaron un proceso de intervención con las familias, planificando actividades formativas desde las "Escuelas de padres" con el fin de sensibilizarlas sobre la importan-

cia y necesidad de las competencias emocionales, con la intención de que vayan colaborando con el profesorado en el proceso de implementación de la educación emocional.

Conclusiones

A partir de los datos analizados se pueden extraer las siguientes conclusiones.

- Los resultados obtenidos han mostrado de forma general un efecto positivo del programa sobre el desarrollo emocional y social del alumnado en todas las etapas educativas aunque con importantes diferencias en función del rango de edad y del centro entrenado.
- Relacionando las etapas educativas con las variables criterio, cabe destacar un impacto positivo del programa en el ajuste y bienestar emocional del alumnado en educación infantil, secundaria y bachillerato incidiendo en la dirección esperada en variables como depresión e hiperactividad, así como una influencia positiva en las habilidades interpersonales y sociales en variables como habilidades sociales, liderazgo y adaptabilidad. En cuanto a la actitud hacia el entorno escolar y familiar, se observa la influencia del programa en una menor actitud negativa hacia el colegio y menor estrés social en la etapa de educación primaria, y una mejora en la actitud hacia el profesorado en educación secundaria y bachillerato. No obstante, cabe resaltar las diferencias entre los centros evaluados atribuibles al clima de centro, motivación y habilidades de liderazgo de los profesionales participantes.
- En función del sexo, la diferencia más pronunciada se observa en educación primaria donde tanto en la muestra general como en algunos centros los alumnos del GE han aumentado su nivel de confianza, no existiendo diferencias en el caso de las alumnas. Destacamos también las diferencias en educación secundaria y bachillerato donde se han observado diferencias muy pronunciadas en el entrenamiento entre ambos sexos. Así, mientras el programa ha sido efectivo en la mejora del ajuste clínico de las alumnas, parece haberse producido un efecto contrario en los alumnos, los cuáles han aumentado su nivel de somatización, ansiedad o depresión. También sobre esta variable aparecen diferencias entre los centros.

Limitaciones y prospectiva

Antes de generalizar las conclusiones hemos de considerar algunas limitaciones de la presente investigación. En primer lugar, nos referiremos a las características del GC seleccionado ya que su tamaño ha sido inferior al del GE, sobre todo cuando se han comparado las diferencias entre ambos grupos de forma general.

En segundo lugar, en la presente investigación solo se ha realizado una evaluación al finalizar la intervención. Es posible que el alumnado necesite mayor tiempo para consolidar y extender a su vida cotidiana las competencias emocionales aprendidas durante el desarrollo del programa. Sería interesante llevar a cabo un seguimiento a largo plazo de la muestra con el fin de observar si los resultados se mantienen o se ven mejorados con el paso del tiempo.

En tercer lugar, se han evaluado todo un conjunto de variables relacionadas con el ajuste psicosocial del alumnado utilizando tanto el informe de los/as tutores/as como el autoinforme, y no se ha incluido ninguna medida de habilidad de la inteligencia emocional o las competencias emocionales del alumnado. En este sentido, sería interesante para futuras investigaciones incluir este tipo de medidas que nos permiten constatar de forma directa si el programa de intervención ha sido efectivo para mejorar las competencias del alumnado del GE en comparación con el GC.

En cuarto lugar, se ha constatado la existencia de diferencias en cuanto a la efectividad de la intervención en función de la edad y el sexo, sobre todo a partir de los 12 años lo que nos sugiere la necesidad de explorar, en futuras intervenciones, qué estrategias serían más efectivas para el aprendizaje de competencias emocionales en cada sexo.

Por último, se han observado diferencias en la efectividad en función del centro entrenado que pueden atribuirse a variables como clima de centro, motivación y capacidad de liderazgo de los tutores y orientadores. Conviene analizar las razones por las cuales los resultados son efectivos en unos grupos y en otros no. Probablemente el "factor profesor", su experiencia y su capacidad para transmitir entusiasmo sean factores relevantes, tal como se ha puesto de manifiesto en múltiples investigaciones. En este caso, la experiencia del profesorado en educación emocional era mínima. De hecho se trataba de las prácticas de un curso. Será interesante investigar si con profesorado experimentado se obtienen mejores resultados. En todo caso, para que la educación emocional sea efectiva requiere del cumplimiento de una serie de requisitos que convendrá ir especificando y difundiendo para sentar las bases de una educación más efectiva.

Bibliografía

Álvarez, M. (Coord.). (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Praxis.

Bar-On, R. y Parker, J.D.A. (2000). *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis-Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. (2008). *Educación para la ciudadanía y convivencia. El enfoque de la educación emocional*. Barcelona: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (Coord.). (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower.
- Bisquerra, R. y Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XX1*, 10, 61-82.
- Callan Stoiber, K. (2011): Translating Knowledge of Social-Emotional Learning and Evidence-Based Practice Into Responsive School Innovations, *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 21:1, 46-55.
- Fernández Berrocal, P. y Extremera Pacheco, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19, 3, 63-93.
- Gettinger R, M., Stoiber, K. C., Goetz, D. y Caspe, E. (1999). Competencies and training needs for early childhood specialists. *Teacher Education and Special Education*, 22, 41–54.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Güell, M. y Muñoz, J. (2003). *Educación emocional. Programa para la educación secundaria postobligatoria*. Barcelona: Praxis.
- Guedner, B. y Merrell, K. (2011). Evaluation of a Social-Emotional Learning Program in Conjunction With the Exploratory Application of Performance Feedback Incorporating Motivational Interviewing Techniques, *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 21:1, 1-27.
- López, E. (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis.
- Marvel, J., Lyter, D. M., Peltola, P., Strizek, G. A. y Morton, B. A. (2006). Teacher attrition and mobility: Results from the 2004–2005 follow-up survey (Report No. NCES 2007-307). Washington, DC: Government Printing Office.
- Muñoz de Morales, M. (2004a). Intervención psicopedagógica en Educación Emocional para la prevención del Estrés Psicosocial. En *Prevención de riesgos laborales en la enseñanza*. San Sebastián: Servicio de Publicaciones de la Universidad del País Vasco.
- Muñoz de Morales, M. (2004b). La intervención psicopedagógica en educación emocional. *Boletín de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés*, 20, 13-27.

Muñoz de Morales, M. (2005a). *Diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional para la prevención del estrés psicosocial*. San Sebastián: Tesis Doctoral, Universidad del País Vasco.

Muñoz de Morales, M. (2005b). Prevención del estrés psicosocial del profesorado mediante el desarrollo de competencias emocionales: el programa P.E.C.E.R.A. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19, 3, 115-136.

Muñoz de Morales, M. y Bisquerra R. (2006). Evaluación de un programa de educación emocional para la prevención del estrés psicosocial en el contexto del aula. *Revista Ansiedad y Estrés*, 1, 2-3, 401- 412.

Muñoz de Morales, M. y Bisquerra, R. (2013). Diseño, aplicación y evaluación de un plan de educación emocional en Guipúzcoa: análisis cuantitativo. *Revista EduPsykhé*, vol.12, nº 1, 3-21.

Pascual Ferris, V. y Cuadrado Bonilla, M. (2001). *Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria obligatoria*. Barcelona: Praxis.

Renom, A. (2003). *Educación emocional. Programa para la educación primaria*. Barcelona: Praxis.

Saarni, C. (2000). Emotional competence. A Developmental Perspective. En Bar-On, R. y J.D.A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco, Ca: Jossey-Bass.

Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. y Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure, & Health* (pp. 125-154). Washington: American Psychological Association.

Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.

Salovey, P. y Sluyter, D. J. (Eds.) (1997). *Emotional development and emotional intelligence. Educational implications*. Nueva York: Basic Books.

Sprague, J. R. y Walker, H. M. (2005). *Safe and healthy schools: Practical prevention strategies*. New York, NY: Guilford Press.