



EDUCAR PARA LA FELICIDAD

Antonio Salvador Jiménez Hernández
Johanna Alexandra Quiroga Carreño
Maribel Vergara Arboleda
Ingrid Catalina Castillo Contreras
Laura Silva Rivera

COORDINADORES

DYKINSON EBOOK

**Esta obra está bajo una licencia
Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional**



© Los autores

Editorial DYKINSON, S.L. Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid
Teléfono (+34) 91 544 28 46 - (+34) 91 544 28 69
e-mail: info@dykinson.com
<http://www.dykinson.es>
<http://www.dykinson.com>

ISBN: 978-84-1070-785-6

Maquetación:

Realizada por los autores

EDUCAR PARA LA FELICIDAD

Antonio Salvador Jiménez Hernández
Johanna Alexandra Quiroga Carreño
Maribel Vergara Arboleda
Ingrid Catalina Castillo Contreras
Laura Silva Rivera

COORDINADORES

Dykinson

ÍNDICE

CUIDADO DE HIJOS/AS CON ENFERMEDADES CRÓNICAS COMPLEJAS. EXPLORACIÓN DE LA SOBRECARGA FAMILIAR PARA LOS CUIDADORES FAMILIARES Y PRESTACIONES SOCIALES PARA ESTOS.....	23
DIEZ AÑOS DEL PACTO PARA LA INFANCIA EN CATALUNYA COMO INSTRUMENTO PARA LAS POLÍTICAS INTEGRALES DE INFANCIA LOGROS Y DIFICULTADES EN SU APLICACIÓN.....	32
UNA MADRE OBSERVANDO A SU HIJA EN EL PERIODO DE ADAPTACIÓN A LA ESCUELA INFANTIL: EFECTOS EN SU ACTITUD Y PERCEPCIÓN DEL LACTANTE.....	40
AFECTACIÓN DE LA BRECHA DIGITAL A LA ESCUELA RURAL GALLEGA.....	48
LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN PARA EL EMPRENDIMIENTO EN EL RURAL.....	57
A DIDACTIC PROPORSAL FOR THE TEACHING OF WELLBEING AND HEALTHY HABITS THROUGH THE FIRST FOREIGN LANGUAGE.....	66
BRILLANDO JUNTOS: PROMOVIENDO LA FELICIDAD Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA PREVENIR EL ACOSO ESCOLAR EN EDUCACIÓN PRIMARIA.....	75
UNA PROPUESTA CON CHAT GPT EN EDUCACIÓN SECUNDARIA....	84
LA EXPULSIÓN DE LOS CENTROS ESCOLARES: LA PUNTA DE UN ICEBERG.....	93
CLAVES Y CONSIDERACIONES PARA EL ACOMPAÑAMIENTO SOCIOEDUCATIVO A LA INFANCIA Y LA JUVENTUD.....	100
REPENSAR LA MOVILIDAD DE NIÑAS Y JÓVENES MIGRANTES NO ACOMPAÑADAS EN ANDALUCÍA: INCLUSIÓN SOCIAL, LABORAL Y DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA.....	109
SCHOLAR AI: EXTENSIÓN DE CHATGPT 4 PARA LA GESTIÓN Y BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN EN CONTEXTOS EDUCATIVOS.....	117
PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN ANTE EL FRACASO Y/O ABANDONO EDUCATIVO EN LA ETAPA DE SECUNDARIA DEL	

ALUMNADO CON DIVERSIDAD FUNCIONAL: UN ENFOQUE INCLUSIVO.....	126
LA SALUD MENTAL INFANTIL. UNA PRIORIDAD DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA.....	135
ESTRATÉGIAS PARA A PROMOÇÃO DE BEM-ESTAR EM CUIDADOS PALIATIVOS PEDIÁTRICOS.....	143
ESCOLARES COMO AGENTES DE PREVENCIÓN EN UN CONTEXTO DIGITAL: PROGRAMA ALUMNO AYUDANTE.....	154
EL PAPEL DE LA EDUCACIÓN COMO HERRAMIENTA PARA PROMOVER PRÁCTICAS FAVORABLES EN LA SALUD ORAL.....	162
EDUCACIÓN, SALUD BUCODENTAL Y TIC EN LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE.....	170
PROMOVIENDO LA SALUD MENTAL EN ADOLESCENTES: UN PROGRAMA PILOTO DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y PSICOLÓGICA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA. RESULTADOS PRELIMINARES.....	179
EXPERIENCIAS EN RECURSOS DE ACOGIMIENTO RESIDENCIAL DEL SISTEMA DE PROTECCIÓN A LA INFANCIA.....	190
EDUCACIÓN Y JUSTICIA AMBIENTAL: CONCIENCIAR A LA JUVENTUD COMO CIUDADANOS Y CIUDADANAS RESPONSABLES CON EL MEDIO AMBIENTE DESDE LAS AULAS.....	200
NEUROEDUCACIÓN EN LA PRIMERA INFANCIA... ¿QUÉ DEBEN CONOCER LOS PADRES Y MADRES PARA PROPICIAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS Y SALUDABLES?.....	211
INFANCIAS PLURIVERSAS. UN TEJIDO DE VOCES CON NIÑOS Y NIÑAS DEL MUNICIPIO DE BELLO -ANTIOQUIA.....	220
PROYECTO EMO.....	226
EXPLORANDO LA REALIDAD EDUCATIVA: PERCEPCIONES, ACTITUDES Y FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA EN CANARIAS HACIA LA INCLUSIÓN Y LAS TIC.....	234
BARRERAS PARA LA INCLUSIÓN EDUCATIVA DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA: ¿ACTITUDES O FORMACIÓN?.....	242
CRECER SANOS PARA SER FELICES. RETOS DE LA EpS EN LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA.....	251

LA PRÁCTICA DEL YOGA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA EN NIÑOS Y NIÑAS CON NEURODIVERSIDAD AUTISTA: UNA VISIÓN PEDAGÓGICA INCLUSIVA.....	259
CIBER CIUDADANOS: IDENTIDAD EN CONSTRUCCIÓN. EXPERIENCIAS DEL TRÁNSITO POR LA CIUDADANÍA DIGITAL EN LA FORMACIÓN IDENTITARIA EN ADOLESCENTES DE 15 A 17 AÑOS	268
“LA VUELTA AL MUNDO EN 80 DÍAS”: SITUACIÓN DE APRENDIZAJE PARA LA ASIGNATURA DE MÚSICA EN 2º ESO.....	273
EDUCACIÓN SEXUAL DESDE LA MIRADA DE JÓVENES UNIVERSITARIOS EN COLOMBIA.....	283
LA EDUCACIÓN EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA DE DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES Y COMPETENCIAS PARA LA VIDA, DESDE LA ORIENTACIÓN FAMILIAR.....	291
DERECHOS, EDUCACIÓN Y FELICIDAD: UN TRIPARTITO POSIBILITANTE II.....	298
PROPUESTA PEDAGÓGICA INCLUSIVA EN GRUPOS ADOLESCENCIA MEDIA CON ESTUDIANTES DISCAPACITADOS VISUALES DE GRADO 8º EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICO DÁMASO ZAPATA SEDE C.....	305
LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA FAMILIAR COMO ELEMENTO CLAVE PARA EL DESARROLLO DE VALORES EN FAMILIA.....	314
LA SOLEDAD EN ADOLESCENTES Y JÓVENES MIGRANTES NO ACOMPAÑADOS/AS EN CATALUÑA (ESPAÑA): DESAFÍOS Y ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN.....	323
LA PARTICIPACIÓN DE LA INFANCIA, ADOLESCENCIA Y JUVENTUD EN SERVICIOS SOCIALES Y ENTIDADES COMUNITARIAS: PERSPECTIVAS PROFESIONALES.....	330
7 PERSONAJES INFANTILES, 7 PILARES DE LA RESILIENCIA.....	338
BIENESTAR EMOCIONAL Y PREFERENCIA LÚDICA EN RELACIONES MOTRICES.....	347
MATERNIDADES E INFANCIA: DESIGUALDADES ENTRECruzADAS	355

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA DE DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES Y COMPETENCIAS PARA LA VIDA, DESDE LA ORIENTACIÓN FAMILIAR

Ana María Aguirre Ocaña

Universidad Internacional de La Rioja (UNIR)

Cosette Franco Muñoz

Universidad Internacional de La Rioja (UNIR)

1. INTRODUCCIÓN

Parece existir un consenso en la comunidad científica de que la gestión emocional está íntimamente relacionada con la adquisición y desarrollo de las habilidades sociales. Estudios como el llevado a cabo por el Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes (2024) atestiguan que cuanto más óptima sea esta gestión emocional, más ayudará a que se resuelvan mejor los conflictos y la toma de decisiones a las que se enfrenta una persona a lo largo de su vida.

Podemos decir también, que la educación emocional hace que cada sujeto tenga unas buenas relaciones personales e interpersonales, siendo necesarias para el ámbito social de la persona y la satisfacción personal (Fernández y Moral, 2022).

El presente estudio propone, a través de la consulta bibliográfica, poner en valor la gestión emocional como instrumento al servicio del bienestar y el desarrollo de habilidades sociales y competencias para la vida que debemos garantizar al alumnado, y a la comunidad educativa en general (De Andrés, 2005). Por último, enfatizaremos en la idea de que la Escuela, y desde la Orientación educativa Familiar, se pueden dar orientaciones e implicar a las familias en el progreso de aprendizaje de la gestión de la educación emocional.

2. OBJETIVO

El objetivo general del presente estudio es subrayar la importancia de la educación emocional como herramienta de desarrollo de habilidades sociales y competencias para la vida, que puede abordarse tanto desde el ámbito escolar como familiar, a través de la perspectiva de la orientación familiar como disciplina.

3. MARCO TEÓRICO

El proceso emocional y las emociones están implicadas en el bienestar personal y contribuyen a favorecer la calidad de vida de las personas (Cano y Zea, 2012). En nuestro país, la Constitución Española de 1978 especifica un modelo de organización social en el que El Estado cubre los derechos sociales de todos los ciudadanos del país (art. 47). Pudiendo argumentar, por tanto, que el Estado del Bienestar debe defender y apostar por una educación integral que contemple la educación emocional como una faceta más. Una educación emocional que puede definirse como “mejor conocimiento de los fenómenos emocionales, el desarrollo de la conciencia emocional, la capacidad para controlar las emociones, fomentar una actitud positiva ante la vida (...)” (Bisquerra y Mateo, 2019).

También en nuestro país, la denominada *LOPVI*, Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia; supone una aproximación integral a un acompañamiento a la infancia y adolescencia desde la promoción del buen trato (art. 1.3.). Coincidiendo precisamente con el Objetivo de Desarrollo Sostenible 3 de Salud y Bienestar establecidos en 2015 por la Asamblea General de las Naciones Unidas cuyo horizonte se fija en el calendario en el próximo 2030.

3.1. ¿Para qué una educación emocional vinculada a la orientación familiar?

Desde esta breve aproximación legislativa parece coherente el relacionar un acompañamiento y atención integral socioeducativa como marco formal de desarrollo de la educación emocional. Pero, sigamos profundizando, ¿por qué es importante, la educación emocional? Siguiendo esta argumentación de Bisquerra y Mateo (2019), hay que tener en cuenta que las emociones y el proceso emocional contribuyen directamente al bienestar personal, puesto que la reacción de las mismas son una respuesta que se da a nuestras relaciones en el ámbito en el que estamos en ese momento. Siguiendo a Peces et al. (2022, p.33) “la educación emocional es un elemento clave para el desarrollo personal y social del niño”. También estos autores, le dan especial importancia a la etapa de la adolescencia expresando que “las emociones adquieren una relevancia especial por los numerosos cambios que en esta etapa se suceden” (Peces et al, 2024, p.33).

Incluso, adentrándonos en su aplicación práctica, posicionamos a la educación emocional como una herramienta preventiva de conductas disruptivas, especialmente en adolescentes. Estudios como el desarrollado por Del Hoyo-Bilbao et. al, (2020), llevado a cabo con casi 300 adolescentes, subraya el poder preventivo de esta gestión emocional a través de la adquisición temprana de competencias relacionadas con la gestión óptima y armónica de las emociones; especialmente en lo vinculado con modelar su conducta. Otros autores también describen la gestión emocional como un factor de protección ante las conductas violentas por su promoción de la conducta prosocial (Wang, 2018).

Estas argumentaciones se ven reforzadas, además, por tres premisas: la crisis de valores de la sociedad actual (Sancho, 2017); la creciente preocupación por la convivencia escolar (Del Moral, Relinque y Ochoa, 2012) y, tercero, por la normalización del uso de la violencia en distintos ámbitos (Franco, 2022).

Ante este complejo panorama, se necesita una implicación de las familias en la educación emocional de los menores para proporcionarles estrategias y habilidades que pueden poner en práctica en su vida cotidiana. Siguiendo a Ludwig (2013), “la familia es la agrupación primera más importante del individuo” (p.25). Desde las actividades y las relaciones de la vida familiar se produce, gradualmente, la formación y transformación de la personalidad de cada individuo, lo cual quiere decir que, las relaciones de familia, tienen como característica proporcionar a los niños sus primeras cualidades de personalidad y de transmitirles los primeros conocimientos para su vida como ser individual y, a la vez, como ser social. (p.25). Asimismo, Latre (2022), expresa que “en la familia se crea ese ambiente de vida donde los hijos pueden desarrollar todas sus potencialidades” (p. 67).

Pero, ¿están todas las familias -progenitores- preparadas para facilitar la gestión emocional de sus hijos? Responder afirmativamente a este cuestionamiento sería negar, por un lado, el propio reto educativo que supone la educación de nuestros hijos, así como, en segundo lugar, todos los condicionantes sociales actuales que dificultan el ejercicio de esta parentalidad positiva: ritmos vertiginosos de trabajo, incorporación de la mujer al mercado laboral, estilos de socialización parental negligentes o permisivos y un largo etc. (Franco, 2022)

Por ello, destacamos la importancia de la Orientación familiar como servicio de ayuda y acompañamiento garante de la adquisición de la educación emocional por parte de los menores. Una Orientación Familiar encaminada a facilitar una

dinámica familiar positiva, encaminada a la calidad de vida y bienestar que describíamos anteriormente. Si bien, son muchas las definiciones de Orientación familiar, seleccionamos la aportada por Fernández Hawrylak (2002) que la describe como un conjunto de técnicas encaminadas a fortalecer los vínculos de los miembros de la unidad familiar capaces de fortalecer *el contexto emocional que los acoge*.

3.2. Estrategias que se pueden implementar desde la Orientación Familiar, para favorecer la educación emocional de sus hijos.

- A continuación, describimos las estrategias que, desde nuestro punto de vista, pueden implementarse, desde la orientación educativa familiar, para favorecer la educación emocional en los hijos:
- Diseñar y emprender Talleres, así como fortalecer el desarrollo de Escuelas de Familias para padres y madres, de forma que se favorezca la educación emocional a nivel familiar. Se puede contribuir a que se mejore el vínculo entre los progenitores e hijos, y que, además, esto redunde positivamente en hallar una mejora para la convivencia dentro del hogar (Peces et al., 2022).
- Establecer canales de comunicación y colaboración entre Familia-Escuela, subrayando la importancia de trabajar la orientación familiar en el contexto escolar a través del modelo sistémico, como medida de prevención e intervención para la mejora de la conducta de los hijos (Verzosa et al., 2009).
- Promover estrategias de comunicación afectivo-efectivas. Muchos autores alertan de cómo estos dos elementos, comunicación y afecto, son definitorios de comportamiento disruptivo. Calvete (2014) en su estudio realizado con una muestra de más de 1800 adolescentes, de edades comprendidas entre los 12 y 17 años, concluyeron que los bajos niveles de afecto y comunicación se asociaban a todas las formas de violencia filio-parental.
- Promover la puesta en marcha, desarrollo y evaluación de métodos novedosos que ofrezcan servicios de acompañamiento familiar como el Método Mentoris capaces de poner en valor estrategias como la intervención domiciliaria (Franco, 2022) o la conexión emocional (Franco y Reina, 2017).

4. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

A continuación, queremos discernir algunas conclusiones y abrir hilo de debate en torno a la siguiente cuestión: ¿cuáles son los aspectos clave de la Educación Emocional a trabajar de la Orientación Familiar?

Nuestra propuesta, desde la Orientación Familiar es abordar algunos aspectos clave en el desarrollo de la educación emocional considerando de vital importancia ese binomio Escuela-Familia (Aguilera al.,2023). Algunos de estos aspectos son:

- Desarrollo emocional. Que comprendan, conozcan sus emociones y sepan expresarlas. Esto les ayuda a saber manejar mejor sus emociones y por lo tanto, saber relacionarse mejor con los demás y adecuar las respuestas al ámbito en el que están.
- Rendimiento académico. Se podría decir, que los niños/as que saben manejar mejor sus emociones redundan en saber afrontar mejor el estrés, la ansiedad y la frustración, de forma más adecuada, ante alguna dificultad acaecida.
- Mejor comunicación. A la hora de saber expresar las emociones, saben cómo hablar y comunicarse mejor de forma abierta con los demás.
- Toma de decisiones. Cuando se trata de responder en una situación de responsabilidad y de resolver una dificultad o problema, tienden a acertar más por el control emocional y a la autorregulación emocional, como capacidad que desarrollan.
- Mejor comportamiento. Al regular más sus emociones, se adaptan mejor a las situaciones a las que se enfrentan cada día y reaccionan con más efectividad a las mismas.

Y, finalmente,

Basándonos en Aguirre (2023), es importante, resaltar, que si hay una buena educación emocional, gestión emocional y autorregulación de las emociones, que conlleva a una adecuada Inteligencia Emocional, hará que haya una sociedad en la que las personas se sientan más seguras y con capacidad de afrontar retos, ayudando a configurarse una imagen positiva de sí misma y que redunde de forma positiva en el bienestar personal y social.

5 BIBLIOGRAFÍA

- Aguirre, A.M. (2023). La educación emocional en la orientación educativa familiar. *Revista UNIR*. <https://www.unir.net/educacion/revista/educacion-emocional-orientacion-educativa-familiar/>
- Aguilera, A.R.; Pérez, R. y Ferreiro, C. (2023). Metodología para el acompañamiento pedagógico al maestro de primario en orientación familiar. *Rev. Mendive*, 21(!) http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1815-76962023000100011&script=sci_abstract
- Calvete, E., Gámez-Guadix, M. y Orue, I. (2014). Características familiares asociadas a violencia filio-parental en adolescentes. *Anales de Psicología*, 30(3), 1176-1182.
- Cano, S. y Zea, M. (2012): Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista LOGOS CIENCIA & TECNOLOGÍA*, 4 (1).
- Constitución Española (1978) *Boletín del Estado*, 311. de 29 de Diciembre de 1978.
- Bisquerra, R. y Mateo, J. (2019): *Competencias emocionales para el cambio de paradigma en la educación*. Horsori Editorial, S.L.
- De Andrés, C. (2005): *La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela*. Universidad Autónoma de Madrid.
- Del Hoyo-Bilbao, J, Orue, I., Gámez, M. y Calvete, E. (2020). Multivariate Models of Child-to-Mother Violence and Child-to-Father Violence among Adolescents. *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 12(1), 11 - 21. <https://doi.org/10.5093/ejpalc2020a2>
- Del Moral Arroyo, G., Relinque, C. S., & Ochoa, G. M. (2012). Roles de los guales y bullying en la escuela: un estudio cualitativo. *Revista de Psicología y Educación*, 7(2), 105-128.
- Extremera, N. y Fernández, P. (2004): *Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía*. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, Madrid.
- Franco, C. (2022): “Violencia filio-parental, aproximación desde la praxis del Método Mentorís”. Tesis Doctoral. Universidad Pablo de Olavide, Sevilla.
- Franco, C. y Reina, A. (2017): *Conexión emocional, la apuesta por los jóvenes: herramienta de intervención desde la praxis del Método Mentorís* Ed. Área Digital.