

Educando la inteligencia emocional en el aula: Proyecto Intemo

Desiree Ruiz-Aranda, Pablo Fernández-Berrocal,
Rosario Cabello y José Marín Salguero
Universidad de Málaga. Málaga (España)

Recepción: 14-04-08

Aceptación provisional: 22-05-08

Aceptación definitiva: 29-05-08

Resumen

Las personas podemos aprender a razonar y comprender de manera inteligente nuestras emociones. Sin embargo, en el aprendizaje de las habilidades emocionales nos encontramos con numerosos desafíos. En la actualidad los colegios demandan propuestas educativas que promuevan el éxito académico, la mejora de la salud y la prevención de las conductas problemáticas.

El "Programa Intemo", un proyecto de educación emocional financiado por la delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, está dirigido a adolescentes de entre 12 y 18 años pertenecientes a diferentes Institutos de Educación Secundaria de la provincia de Málaga. Este programa de entrenamiento emocional está basado en el modelo teórico de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey (1997).

El objetivo principal de la intervención es dotar a los alumnos de habilidades emocionales y analizar su influencia sobre el inicio y consumo progresivo de sustancias adictivas, así como sobre variables psicosociales tales como la autoestima, la adaptación personal, la inadaptación escolar o el desajuste clínico.

Palabras Clave: Inteligencia emocional, programa educativo, adolescentes, éxito académico, salud.

Nota. Este artículo fue realizado en parte gracias a la ayuda SCO/3386/2004 del Plan Nacional sobre Drogas (Ministerio de Sanidad y Consumo).

Desiree Ruiz-Aranda. Facultad de Psicología. Universidad de Málaga. Campus de Teatinos, s/n. 29071 Málaga, España.
e-mail: desiree@uma.es; berrocal@uma.es

Título en inglés

Abstract

We humans can learn to reason and understand our emotions in an intelligent way. Nevertheless, the process of learning emotional abilities is fraught with challenges. Nowadays, schools require education proposals that promote academic success, health improvement and prevention of problematic behaviours. The "Intemo Program", an emotional education project financed by the government delegation for the National Drug Prevention Program targets adolescents aged between 12 and 18, belonging to various secondary schools in the Málaga province. This program of emotional training is based on the theoretical model of Emotional Intelligence of Mayer and Salovey (1997).

The main objective of the intervention lies in providing the students with emotional abilities and to analyze the influence of such abilities on the onset and progressive consumption of addictive substances, as well as on psychosocial variables such as self-esteem, personal adaptation, academic maladjustment or clinical maladjustment.

Keywords: Emotional intelligence, educational program, adolescents, academic success, health.

Introducción

El desarrollo cognitivo ha recibido tradicionalmente un énfasis especial en detrimento del desarrollo emocional que ha quedado prácticamente olvidado de la práctica educativa. Sin embargo, muchos de los problemas que surgen en el ámbito escolar tienen su origen en el terreno emocional. En la actualidad, una de las áreas prioritarias de actuación en las aulas es la prevención de conductas problemáticas. La violencia entre los estudiantes, el consumo de sustancias adictivas y los trastornos de tipo emocional se han convertido en un asunto más prioritario que el hecho de que los alumnos tengan un buen rendimiento académico. En los últimos años se ha puesto bastante énfasis en un nuevo enfoque de la educación desde una perspectiva del manejo inteligente de nuestras emociones. Lo habitual hasta el momento en el ámbito educativo ha sido priorizar el aprendizaje y la enseñanza de modelos de conducta correctos y pautas de acción deseables, sin atender a los procesos emocionales que subyacen y generan tales conductas. Desde las teorías de la Inteligencia Emocional (IE) se trata de enseñar a los adolescentes una forma inteligente de sentir. Hasta finales de la década pasada y comienzos de la actual no se empezaron a dar los primeros pasos firmes en la constatación empírica de los efectos que una buena IE puede ejercer sobre las personas y, en concreto, la relevancia de las habilidades emocionales en la vida diaria de los adolescentes (Rivers, Lord, Sandoval, McLaughlin, Carpenter y Brackett, 2008). Las recientes investigaciones señalan que las habilidades sociales y emocionales están asociadas con el éxito en muchas áreas de la vida incluyendo la salud mental y el rendimiento académico (Bellami, Gore, Sturgis, 2005; Brackett y Katulak, 2006; Ciarrochi, Chan y Bajgar, 2001; Mestre y Fernández-Berrocal, 2007; Trinidad, Unger, Chou y Johnson, 2005).

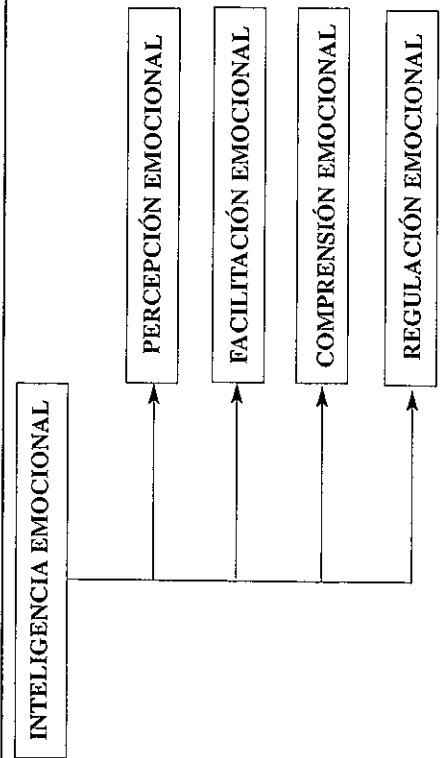
Las personas podemos aprender a ser más conscientes de nuestros procesos emocionales y a razonar y comprender de manera inteligente nuestras emociones. La IE es un conjunto de habilidades que pueden ser desarrolladas y mejoradas, pero para que esto ocurra es necesario que estas habilidades se pongan en práctica.

En este artículo presentamos el "Proyecto Intemo". Este programa está basado en el modelo de IE de Mayer y Salovey, el modelo con mayor apoyo empírico en la actualidad (Mayer y Salovey, 1997). El "Proyecto Intemo" es un proyecto de educación emocional financiado por la delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas y está dirigido a adolescentes de entre 12 y 18 años pertenecientes a diferentes Institutos de Educación Secundaria de la provincia de Málaga. El objetivo principal de la intervención es dotar a los alumnos de habilidades emocionales y analizar su influencia sobre el inicio y consumo progresivo de sustancias adictivas, así como sobre variables psicosociales tales como la autoestima, la adaptación personal, la inadaptación escolar o el desajuste clínico.

La IE implica un conjunto de habilidades que pueden ser aprendidas y mejoradas a través de la educación. Desde el modelo teórico de Salovey y Mayer la IE es concebida como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones de manera que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio que le rodea. El modelo de habilidad de Mayer y Salovey considera que la IE se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas, que son:

"la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual" (Mayer y Salovey, 1997) (ver Figura 1):

Figura 1. Modelo de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997)



Programas de entrenamiento de la inteligencia emocional

En la actualidad existe una gran demanda por parte de los colegios para implementar una puesta educativa que promueva el éxito académico, la mejora de la salud y la prevención de las conductas problemáticas. Muchos investigadores han propuesto iniciativas fragmentadas para tratar de solucionar esos problemas sin una adecuada comprensión de los objetivos y prioridades. Los colegios han sido inundados de programas de prevención y promoción que abordan diversos temas como el consumo de drogas, el absentismo escolar, la resolución de conflictos, la violencia, la multiculturalidad, etc. Los programas que están insuficientemente coordinados, controlados y evaluados tendrán un reducido impacto sobre la conducta del estudiante y es poco probable que los efectos producidos se sostengan en un futuro (Greenberg, Weissberg, O'Brien, Zins, Frederick, Resnik, Elias, 2003).

La ineficacia de muchos de estos programas de prevención y promoción de la salud impulsó un encuentro en 1994 patrocinado por el Instituto Fetzer. Los participantes estaban implicados en el trabajo sobre la competencia social, la inteligencia emocional, prevención de la violencia y consumo de drogas, educación sexual, promoción de la salud, etc. El grupo Fetzer introdujo por primera vez el concepto de "Social and Emotional Learning" (SEL: *Aprendizaje Emocional y Social*) como una estructura para abordar las necesidades de los estudiantes y la fragmentación que típicamente había caracterizado las respuestas a las necesidades de las escuelas (Elias, Zins, Weissberg, Greenberg, Haynes, Kessler et al. 1997).

Los principios del "Social and Emotional Learning" se proponen como un marco integrador para coordinar todos los programas específicos que se aplican en la escuela bajo el presupuesto básico de que los problemas que afectan a los jóvenes están causados por los mismos factores de riesgo emocional y social. Los principios del aprendizaje social y emocional pueden servir como una estructura organizada para la coordinación de todas las actividades escolares tanto a nivel académico como de prevención, salud y desarrollo juvenil. De esta forma, la mejor manera de prevenir estos problemas específicos sería mediante el desarrollo práctico de las habilidades emocionales y sociales de los niños en un ambiente positivo y estimulante (Greenberg et al., 2003; Weissberg y O'Brien, 2004). Los programas SEL están inspirados, enmarcados y basados en el concepto de inteligencia emocional desarrollado por Peter Salovey y John Mayer en 1990 (Salovey y Mayer, 1990).

Un reciente meta-análisis de 300 estudios muestra que los programas diseñados para aumentar el aprendizaje social y emocional mejora significativamente las competencias socioemocionales así como el rendimiento académico (Durlack y Weissberg, 2005). Es necesario, por tanto, dar respuestas a las demandas y necesidades de los alumnos e incluir los aspectos sociales y emocionales en el currículo, pero es preciso que esta intervención se realice de una manera sistemática desde las primeras etapas escolares y con programas de eficacia comprobada. A continuación, revisaremos algunos de los programas SEL que se han realizado en los últimos años en diversos países.

Uno de los programas de entrenamiento en habilidades sociales y emocionales más antiguos es el Curriculum para el Desarrollo Social de New Haven de las Escuelas Públicas del estado de Connecticut (Shriver, Schwab-Stone y DeFalco, 1999; Weissberg, Shriver, Bose y DeFalco,

1997). Este programa trabaja el desarrollo de las habilidades emocionales y sociales en el contexto de varios programas de prevención (sida, consumo de drogas o embarazos en adolescentes). Se trabajan áreas como la autodirección, el conocimiento de los sentimientos, empatía o la comprensión de la comunicación no verbal.

Además de enseñar y mejorar las habilidades socioemocionales, muchos de los programas escolares basados en SEL se centran en algunos tópicos como la prevención del uso de drogas, prevención de la violencia, la sexualidad o la salud (ver para una revisión, Zins, Weissberg, Wang, y Walberg, 2004). Este es el caso del Programa de Resolución de Conflictos Creativamente (*Resourcing conflict creatively program, RCCP*) desarrollado en Nueva York. Se trata de uno de los programas más extensos sobre la prevención de la violencia. (Lantieri y Patti, 1996). Uno de los objetivos principales del programa es incrementar el conocimiento sobre las diferentes opciones que pueden utilizar los niños para desenvolverse en situaciones de conflicto. Este programa pone el énfasis en la percepción de los propios sentimientos en situaciones de conflicto. Este programa en los intentos para adoptar el punto de vista de los otros y comprender sus sentimientos. Los resultados de una evaluación de 5.000 niños que habían participado en el programa mostraban que disminuyeron los informes de los profesores sobre las atribuciones hostiles y las conductas agresivas de los niños. Además, se experimentó un incremento en el rendimiento académico de aquellos niños que habían recibido más lecciones.

Greenberg, Kusché y Riggs (2004) desarrollan un programa con el objetivo de promover la competencia social y emocional y prevenir los problemas de conducta (*The Promoting Alternative Thinking Strategies Curriculum, PATH*). La finalidad de este programa es mejorar la competencia social y emocional a través del desarrollo del autocontrol, la conciencia emocional y la comprensión de las emociones y las relaciones y la resolución de problemas interpersonales. Los resultados de una evaluación realizada con 9.000 niños que han participado en este programa han mostrado una mejora en la competencia social y emocional y una disminución de los niveles de agresión y depresión.

Brackett, Alster, Wolfe, Katulak y Fale, (2007) proponen un modelo sobre cómo implementar con éxito un programa SEL en Valley Stream (Nueva York). Su trabajo incluye dos talleres para profesores y personal del colegio. En el primer taller de trabajo, los participantes aprenden estrategias y técnicas para incrementar la conciencia de la importancia de las habilidades emocionales y para aumentar sus destrezas a la hora de emplear estas habilidades en sus relaciones sociales y personales. En el segundo taller se entrena a los profesores para que puedan desarrollar en el aula un programa de aprendizaje socioemocional. En este caso se aplicó el *Emotional Literacy in the Middle School: A Six Step Program to Promote Social, Emotional and Academic Learning (ELMS)* (Maurer y Brackett, 2004). El objetivo principal del programa es aumentar el aprendizaje social, emocional y académico del alumno a partir de unas lecciones que puedan estar integradas en las programaciones de las materias. Es uno de los pocos programas de aprendizaje socioemocional que han sido evaluados rigurosamente usando una comparación de grupos y una evaluación longitudinal. Tras la finalización del programa los alumnos se sentían más cómodos a la hora de hablar en clase sin miedo a ser juzgados o ridiculizados, lograban com-

prender mejor a su grupo de iguales y mantenían relaciones más positivas entre ellos. Además, mostraban menos conductas problemáticas y más comportamientos prosociales. Los autores han comparado grupos de alumnos que han sido entrenados en inteligencia emocional con un grupo control evaluándolos una semana antes del desarrollo del programa (línea base), después de cuatro meses y una semana después de la finalización del programa (siete meses después). Los primeros resultados sugieren que los estudiantes que han realizado el programa son percibidos por sus profesores como menos ansiosos, menos depresivos y con menos actitudes negativas hacia el colegio tras cuatro meses de aplicación del programa (Brackett y Katulak, 2006).

En España, también empiezan a aparecer programas de alfabetización emocional y de aprendizaje socio-afectivo que educan al alumno en una serie de capacidades elementales y necesarias para el bienestar individual (Bisquera, 2000; Iriarte, Alonso-Gancedo, Sobrino, 2006). Desde los años 80 podemos encontrar en España algunas experiencias educativas interesadas en la educación socioemocional, aunque ha sido en esta última década cuando el interés ha crecido de forma notable.

Una limitación importante de estas iniciativas es que, para la mayoría de las experiencias en educación emocional que se han realizado en nuestro país, no existen pruebas que demuestren que hayan sido efectivas ya que no han sido evaluadas. La mayoría de los programas de intervención carecen de un rigor científico y metodológico mínimo que incluya un diseño de evaluación pretest-intervención-posttest con un grupo de control equiparable que nos permita la comparación de nuestros resultados con otro tipo de programas. Con todo, sí existen algunos ejemplos de intervenciones SEL que se están llevando a cabo en nuestro país y que tratan de forma sistemática y rigurosa probar la eficacia de la educación emocional y la IE.

En Guipúzcoa se está desarrollando en la actualidad una actuación integral con políticas públicas de promoción de la inteligencia emocional. La Diputación Foral inició en el año 2004 un programa para el aprendizaje emocional y social con la finalidad última de lograr una "sociedad emocionalmente inteligente". Se trata de una actuación pionera por su concepción, tratamiento y orientación territorial integrando diferente ámbitos de intervención (centros educativos, familias, núcleos comunitarios y ámbitos organizativos) y herramientas de intervención aplicadas (Guridi y Amondarain, 2007).

Por otro lado, en Barcelona, el GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica) del Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación (MIDE) de la universidad de Barcelona centra sus actividades tanto de investigación como de formación en la educación emocional. Una de las experiencias que han sido llevadas a cabo por el GROPE es un programa sobre la formación del profesorado en educación emocional en la provincia de Lleida (Soldevilla, Feliella y Agulló, 2007). El objetivo general del proyecto fue potenciar el desarrollo personal y profesional a nivel emocional del profesorado ya que son los educadores de las emociones de sus alumnos.

Estas intervenciones aunque aún están en curso y necesitan ser analizadas con más detenimiento están basadas en un marco científico que permite identificar qué habilidades pueden ser entrenadas, por qué y cuál es el efecto producido por el programa de entrenamiento.

Desarrollo del Proyecto Intemo

El "Proyecto Intemo" es un proyecto de educación emocional financiado por la delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, basado en el modelo teórico de inteligencia emocional de Mayer y Salovey, 1997. El objetivo principal del Proyecto Intemo es entrenar a la población adolescente en una serie de habilidades emocionales que puedan incrementar la resistencia al consumo de sustancias en una doble vía: en un nivel más intrapersonal, dotando de estrategias para la regulación de emociones internas y a nivel interpersonal, incrementando las estrategias para manejar la presión del grupo de iguales. Se trata de un programa de entrenamiento basado en un diseño de evaluación pretest-intervención-posttest con un grupo de control equiparable. De este modo, es posible la evaluación de los efectos producidos por el programa. Se ha llevado a cabo en 10 sesiones durante una hora a la semana en diferentes colegios de enseñanza secundaria de la provincia de Málaga. Las sesiones del programa de entrenamiento se extendieron a lo largo de tres meses durante dos años consecutivos.

Hemos definido la IE como un conjunto de habilidades interrelacionadas que ayudan a las personas a procesar la información emocional. Estas habilidades pueden desarrollarse a través del aprendizaje y la experiencia y son susceptibles de entrenamiento. La enseñanza de estas habilidades depende de forma prioritaria de la práctica, el entrenamiento y su perfeccionamiento. Presentaremos algunas de las actividades realizadas en este programa siguiendo el esquema previamente presentado en la Figura 1.

Percepción emocional

El primer paso para desarrollar las habilidades de IE, por tanto, es aumentar la conciencia de nuestros propios sentimientos. Esto implica saber leer nuestras emociones. Reconocer nuestros estados emocionales es el primer paso para predecir nuestras acciones y nuestros pensamientos. Una de las tareas que podemos proponer para trabajar en el aula esta primera destreza es realizar un diario emocional. Para esto, se distribuye a los alumnos por parejas dentro de cada clase. Cada pareja debe observarse mutuamente durante toda una semana en diferentes lugares (recreo, en clase, a la salida, etc.). Cada alumno tendrá su hoja de registro para poder realizar las anotaciones. Tendrán que escribir cómo cree que se siente cada día su compañero y él mismo y por qué cree que se han sentido así. Son muchos los ejercicios que podemos utilizar para educar nuestra percepción emocional. Por ejemplo, podemos presentarle a los alumnos fotografías de personas que se encuentran interactuando. Deberán averiguar qué emoción están sintiendo cada uno de los personajes de la fotografía. También podemos utilizar situaciones de la vida real o escenas de películas (ver Figura 2).



Figura 2. Fotograma de película y registro de emociones.

¿QUÉ ESTÁN SINTIENDO?	
FOTOGRAFÍA I	PERSONAJE A PERSONAJE B

Asimilación emocional

Esta habilidad se refiere a los eventos emocionales que ayudan al procesamiento intelectual, es decir, a cómo las emociones actúan sobre nuestro pensamiento y nuestra forma de procesar la información.

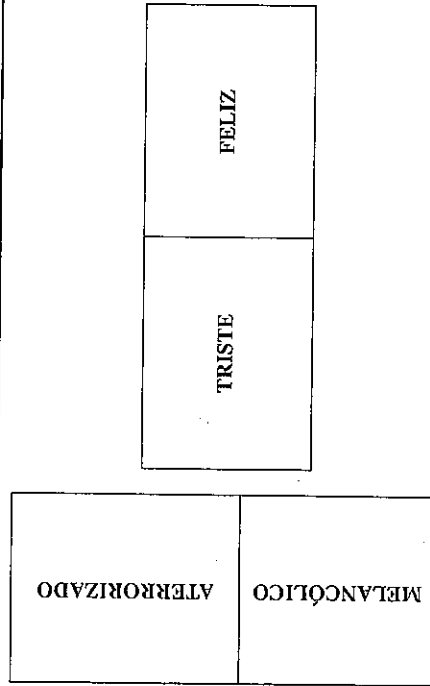
Para trabajar esta habilidad podemos proponerles a los alumnos el siguiente ejercicio. En un primer momento, para conocer el estado emocional de cada uno, los alumnos se situaran en un "termómetro emocional" en función de cómo sean sus emociones en ese momento. Después realizarán una tarea de creatividad. A continuación, intentaremos que los alumnos, compartiendo sus experiencias con todo el grupo piensen sobre la influencia diaria de las emociones sobre su pensamiento. Es importante comprender que diferentes estados emocionales van a favorecer la realización de diferentes tareas. En esta actividad, será importante señalar a los alumnos cómo, por ejemplo, la alegría va a facilitar la realización de tareas donde es necesaria la creatividad, aportar soluciones innovadoras y pensar de una manera más flexible.

Comprensión de las emociones

Esta habilidad hace referencia a la capacidad para comprender emociones y utilizar el conocimiento emocional.

Para trabajar esta habilidad podemos emplear el "dominó emocional". En cada ficha de este dominó aparece el nombre de dos estados emocionales diferentes. Cada jugador deberá unir aquellas fichas que se refieren a una misma emoción. De este modo, aprenderán diferentes etiquetas emocionales así como la relación que existe entre las diferentes emociones (ver Figura 3).

Figura 3. Dominó emocional



Si nuestro propósito es comprender los sentimientos de los demás, entonces debemos empezar por comprendernos a nosotros mismos. Debemos conocer cuáles son nuestras necesidades y deseos, qué personas o situaciones nos causan determinados sentimientos, qué pensamientos generan esas emociones, cómo nos afectan y qué reacciones nos provocan. A través del *role-playing* (juego de roles) podemos representar en clase diferentes situaciones de su vida cotidiana (e.g., conflictos familiares o en su grupo de amigos, etc.). Tras la representación de estas situaciones abrimos el diálogo a través de preguntas del tipo ¿cómo crees que se sienten las personas representadas?, ¿cómo lo sabes?, ¿qué hacen?, ¿por qué crees que se sienten así?

Regulación de las emociones

La última rama del modelo hace referencia al proceso emocional de mayor complejidad. Supone la habilidad para manejar nuestra propia reacción emocional ante situaciones intensas, ya sean positivas o negativas y utilizar la información que nos proporcionan las emociones en función de su utilidad sin reprimir o exagerar la información que conllevan.

En clase, surgen muchas situaciones donde podemos trabajar la capacidad de manejo o regulación emocional (e.g., nerviosismo ante un examen o miedo a hablar en público). Con todo, podemos proponer la siguiente actividad. En clase, dividimos a los alumnos en grupos de trabajo. Todos deberán realizar la tarea que propongamos, por ejemplo, componer un poema. En cada grupo habrá una persona que deberá generar emociones determinadas en su equipo mientras realizan la tarea. De este modo, el alumno tendrá que poner en marcha todas sus destrezas emocionales para manejar las emociones de sus compañeros y tener en cuenta de qué manera va a influirles las diferentes emociones en la realización de la tarea propuesta.

Conclusiones

Educar la inteligencia emocional de los alumnos se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo, siendo primordial el dominio de estas habilidades para el desarrollo evolutivo y socioemocional. Es muy importante educar a los niños y a los adolescentes con programas de IE cuya eficacia esté lo suficientemente comprobada en diferentes contextos educativos. En este sentido, el desarrollo de la inteligencia emocional se presenta no ya sólo como una herramienta útil sino como una necesidad para garantizar un adecuado ajuste emocional de los alumnos (Durlack y Weissberg, 2005). El déficit en ciertas habilidades como el manejo de conflictos, la resolución de problemas interpersonales o el control de impulsos pueden causar la adaptación social en la adolescencia. En la consecución de todas estas competencias socio-emocionales subyace la capacidad para procesar la información emocional de forma eficaz. La dotación de estrategias y habilidades emocionales básicas puede servir como factor protector de conductas problema tales como el consumo de drogas o la violencia escolar, entre otras.

En España, el interés por la educación de las emociones va en aumento aunque es necesario un impulso riguroso y sostenido mediante organizaciones tanto públicas como privadas que lo consoliden.

En respuesta a la preocupación existente por el bienestar general de niños y jóvenes son muchos los programas de prevención y promoción que han inundado los colegios. Estos programas tratan áreas tan diversas como el consumo de drogas, la resolución de conflictos, delincuencia, absentismo escolar, etc. A veces, estos esfuerzos resultan más problemáticos que beneficiosos ya que en la mayoría de los casos los programas no se encuentran lo suficientemente coordinados, controlados ni evaluados (Goetz, Frenzel, Pekrun, Hall, 2005; Weissberg, O'Brien, 2004; Zeidner, Roberts y Matthews, 2002). Con todo, las escuelas que utilizan programas de aprendizaje social y emocional informan de un incremento en el éxito académico, una mejora de la calidad de las relaciones entre profesores y estudiantes y un descenso en las conductas problemáticas (Greenberg et al., 2003; Lopes y Salovey, 2004; Maurer y Brackett, 2004; Durlack y Weissberg, 2007).

Aprender a ser una persona con alta inteligencia emocional depende directamente del entrenamiento, la práctica y el perfeccionamiento de las habilidades emocionales y sociales en diferentes situaciones de la vida cotidiana. Por ello, es necesario ejercitar y practicar las capacidades emocionales y convertirlas en una parte más del repertorio emocional del alumno. Desde este punto de vista, es muy importante enseñar a los niños y a los adolescentes programas de inteligencia emocional que de forma explícita contengan y resalten las habilidades emocionales basadas en la capacidad para percibir, comprender y regular las emociones, como destaca el modelo de Mayer y Salovey. Para conseguirlo, es imprescindible que los programas de educación emocional se encuentren enmarcados en un marco reflexivo y teórico riguroso que nos permita evaluar y saber qué resultados son esperables en cada momento.

Referencias

- Bellami, A., Gore, D., Sturgis, J. (2005). Una exploración de la relevancia de la inteligencia emocional en los programas educativos para los estudiantes de alta capacidad. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 3 (2), 53-78.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxís, Barcelona.
- Brackett, M. A., Alster, B., Wolfe, C., Katulak, N., y Fale, E. (2007). Creating an emotionally intelligent school district: A skill-based approach. En R. Bar-On, J.G. Maree, y M.J. Elias (Eds.), *Educating people to be emotionally intelligent* (pp. 123-137). Westport, CT: Praeger Publishers.
- Brackett, M. A., y Katulak, N. A. (2006). Emotional intelligence in the classroom: Skill-based training for teachers and students. In J. Ciarrochi y J. D. Mayer (Eds.), *Improving emotional intelligence: A practitioners guide* (pp. 1-27). New York: Psychology Press/ Taylor y Francis.
- Ciarrochi, J.V., Chan, A. y Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 31, 1105-1119.
- Durlack, J.A. y Weissberg, R. P. (2005). *A major meta-analysis of positive youth development programs*. Presentation at the Annual Meeting of the American Psychological Association, Washington, DC.
- Durlak, J.A. y Weissberg, R.P. (2007). *The impact of after-school programs that promote personal and social skills*. Chicago, IL: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., Kessler, R., et al. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Goetz, T., Frenzel, A., Pekrun, R. y Hall, N., (2005). Emotional Intelligence in the Context of Learning and Achievement. En R. Shulze y R. D. Roberts (Eds.), *Emotional Intelligence. An international Handbook* (pp. 31-50). Ashland, OH: Hogrefe y Huber Publisher.
- Greenberg, M. T., Kusche, C. A., Riggs, N. (2004). The PATHS Curriculum: Theory and research on neuro-cognitive development and school success. In J. E. Zins, R. P. Weissberg, M. C. Wang y H. J. Walberg, H.J. (Eds.). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* (pp. 170-188) New York: Teachers College Press.
- Greenberg, M. T., Weissberg, R.O., O'Brien, M.U., Zins, J., Fredericks, L., Resnik, H. y Elias, M.J. (2003). Enhancing school-base prevention and youth development through coordinated social, emotional and academic learning. *American Psychologist*, 58, 466-474.
- Guridi, J.R. y Amadorain, J. (2007). Gipuzkoa: una apuesta por una sociedad emocionalmente inteligente. En *Book of abstracts of I International Congress on Emotional Intelligence*. Málaga: Gráfico.
- Iriarte, C., Alonso-Gancedo, N., Sobrino, A. (2006). Relaciones entre el desarrollo emocional y moral a tener en cuenta en el ámbito educativo: propuesta de un programa de intervención. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 4 (1), 177-212.
- Laniteri, L. y Janet P. (1996). *Waging peace in our schools*. Boston: Beacon Press.
- Lopes, P., y Salovey, P. (2004). Toward a broader education: Social, emotional, and practical skills. En J.E. Zins, R.P. Weissberg, M.C. Wang, y H.J. Walberg (Eds.), *Building school success on social and emotional learning* (pp. 79-93). New York: Teachers College Press.
- Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: implications for educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Maurer, M. y Brackett M. A. (2004). *Emotional Literacy in the middle school. A 6-step program to promote social, emotional and academic learning*. New York: Ed. Dude.
- Mestre, J.M. y Fernández-Berrocal, P. (2007). *Manual de Inteligencia Emocional*. Madrid: Pirámide.
- Rivers, S. E., Lord, H., Sandoval, R. F., McLaughlin, K., Carpenter, M., y Brackett, M.A. (2008). Educating the whole child with emotional literacy: Links to social, emotional, and academic outcomes. En M.A. Brackett y J. P. Kremenitzer with M. Maurer, M. Carpenter, S.E. Rivers, y N. Katulak (Eds.), *Emotional literacy in the classroom: Grades 3 to 5. Portchester, NY: National Professional Resources*.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Shriver, T.P., Schwab-Stone, M. y DeFalco, K. (1999). Why SEL is the better way: The New Haven Social Development Program. En Cohen, J. (ed.), *Educating Minds and Hearts: Social Emotional Learning and the Passage into Adolescence*.
- Soldevila, A. (2007). Emociónate: programa de educación emocional para personas mayores. En *Book of abstracts of I International Congress on Emotional Intelligence*. Málaga: Gráfico.
- Trinidad, D. R., Unger, J.B., Chou, C.P., y Johnson, C.A. (2005). Emotional Intelligence and Acculturation to the United States: Interactions on the Perceived Social Consequences of Smoking in Early Adolescents. *Substance Use and Misuse*, 40, 1697-1706.
- Weissberg, R., y O'Brien, M., (2004). What Work in School-Based Social and Emotional Learning Programs for Positive Youth Development. *The Annals of the American Academy*, 591, 86-97.
- Weissberg, R.P., Shriver, T.P., Bose, S., y DeFalco, K. (1997). Creating a districtwide social development project. *Educational Leadership*, 54, 37-39.
- Zeidner, M., Roberts, R.D., y Matthews, G. (2002). Can emotional intelligence be schooled?: A critical review. *Educational Psychologist*, 37 (4), 215-231.
- Zins, J. E., Weissberg, R.P., Wang, M.C. y Walberg, H.J. (2004). *Building academic success on social and emotional learning: what does the research say?*. New York, Teachers College Press.