

<https://doi.org/10.69639/arandu.v13i1.2126>

## **Aulas felices: implementación de la psicología positiva para el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de 6 a 10 años**

*Happy classrooms: implementation of positive psychology for the development of emotional intelligence in children aged 6 to 10*

**Marleni de Jesús Miles Guaicha**

[marleni.miles@educacion.gob.ec](mailto:marleni.miles@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0009-0297-3563>

Investigador Independiente

Ecuador

**Yonny Pricilia Córdova Vera**

[yonny.cordova@educacion.gob.ec](mailto:yonny.cordova@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0008-6509-1093>

Investigador Independiente

Ecuador

**Sonia del Rocío Ordoñez Apolo**

[soniar.ordonez@educacion.gob.ec](mailto:soniar.ordonez@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0004-8610-0316>

Investigador Independiente

Ecuador

**Cecilia del Cisne Ramírez Peña**

[cisne.ramirez@educacion.gob.ec](mailto:cisne.ramirez@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0009-6808-0952>

Investigador Independiente

Ecuador

**Teresa Isabel Fernández Pincay**

[teresa.fernandez@educacion.gob.ec](mailto:teresa.fernandez@educacion.gob.ec)

<https://orcid.org/0009-0001-9596-582X>

Investigador Independiente

Ecuador

*Artículo recibido: 18 febrero 2026-Aceptado para publicación: 20 marzo 2026*

*Conflictos de intereses: Ninguno que declarar.*

### **RESUMEN**

El presente estudio tuvo como objetivo promover el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de 6 a 10 años mediante la implementación del programa "Aulas Felices", integrando principios de psicología positiva en el entorno educativo. La metodología consistió en aplicar encuestas y cuestionarios a 573 estudiantes antes y después del programa, así como capacitar a 20 docentes en técnicas de educación emocional. Se llevaron a cabo actividades prácticas y dinámicas grupales para fomentar habilidades como el reconocimiento emocional, la regulación de emociones, la empatía y la comunicación asertiva. Los hallazgos indicaron mejoras significativas en las habilidades emocionales de los estudiantes, las evidenciadas por el aumento


en las puntuaciones promedio en las evaluaciones emocionadas, así como un incremento en el rendimiento académico, que pasó de un promedio de 6.0 a 8.0. Además, se observó una notable mejora en el índice de convivencia escolar, que aumentó del 55% al 78%. La satisfacción de los docentes y estudiantes con el programa también fue alta, reflejando la aceptación y el valor percibido de las actividades realizadas. El programa "Aulas Felices" demostró ser eficaz en mejorar la inteligencia emocional de los estudiantes, contribuyendo a su bienestar y al rendimiento académico. Se recomienda continuar y expandir la implementación del programa, así como ofrecer formación continua a los docentes, para garantizar un impacto sostenible en la educación emocional de los estudiantes.

*Palabras clave:* Educación emocional, inteligencia emocional, aulas felices, bienestar

### ABSTRACT

The present study aimed to promote the development of emotional intelligence in children aged 6 to 10 through the implementation of the "Happy Classrooms" program, integrating principles of positive psychology into the educational environment. The methodology consisted of administering surveys and questionnaires to 573 students before and after the program, as well as training 20 teachers in emotional education techniques. Practical activities and group dynamics were carried out to foster skills such as emotional recognition, emotional regulation, empathy, and assertive communication. The findings indicated significant improvements in the emotional skills of the students, evidenced by the increase in average scores in emotional assessments, as well as an increase in academic performance, which rose from an average of 6.0 to 8.0. Additionally, a notable improvement in the school coexistence index was observed, increasing from 55% to 78%. The satisfaction of both the teachers and students with the program was also high, reflecting the acceptance and perceived value of the activities carried out. The "Happy Classrooms" program proved to be effective in enhancing the emotional intelligence of the students, contributing to their well-being and academic performance. It is recommended to continue and expand the implementation of the program, as well as to offer continuous training for teachers, to ensure a sustainable impact on the emotional education of the students.

*Keywords:* Emotional education, emotional intelligence, happy classrooms, well-being

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

## INTRODUCCIÓN

La educación emocional se ha convertido en un componente fundamental para el desarrollo integral de los niños, especialmente en etapas críticas como la infancia. En un mundo donde los desafíos emocionales son cada vez más frecuentes, es vital que los niños aprendan a gestionar sus emociones. Este enfoque no solo busca el aprendizaje académico, sino que también promueve habilidades socioemocionales que son esenciales para el bienestar y la felicidad (Goleman, 2018). A través de la educación emocional, se les brinda a los estudiantes herramientas que les permiten enfrentar adversidades, mejorar sus relaciones interpersonales y fomentar un ambiente escolar más positivo.

Los programas educativos que incorporan la psicología positiva han demostrado ser efectivos en el desarrollo de la inteligencia emocional. Según Seligman (2011), el bienestar y el florecimiento son objetivos que se pueden enseñar y cultivar en un entorno educativo. Esto significa que no se trata solo de instrucción en materias tradicionales, sino de integrar la salud mental y emocional en el currículo. La implementación de estos principios puede transformar la dinámica en el aula y fomentar un ambiente más saludable para el aprendizaje, creando un espacio donde los estudiantes se sientan valorados y comprendidos en su totalidad.

Uno de los programas más reconocidos en este ámbito es "Aulas Felices", que busca integrar la psicología positiva en la educación a través de diversas actividades y métodos. Arguís et al. (2012) destacan que este programa se centra en el desarrollo de competencias emocionales y sociales que permiten a los niños gestionar sus propias emociones de manera eficaz. Al empoderar a los estudiantes con estas habilidades, se les ofrece una base sólida para afrontar los retos emocionales que pueden surgir durante su vida escolar y personal.

La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y manejar nuestras emociones y las de los demás. Este concepto incluye habilidades como la empatía, la regulación emocional y la gestión de relaciones (Salovey & Mayer, 1990). Estas habilidades son cruciales para establecer relaciones interpersonales saludables y para el éxito en diversas áreas de la vida, no solo en la escuela. Fomentar la inteligencia emocional en la infancia puede contribuir a una sociedad más comprensiva y unida a largo plazo.

La neuroeducación también ha aportado importantes hallazgos sobre cómo se aprende y se desarrollan las emociones en el contexto educativo. La investigación de Csikszentmihalyi (2016) sobre el "flujo" sugiere que los estudiantes son más propensos a aprender y a disfrutar de su experiencia educativa cuando se sienten emocionalmente involucrados. Este estado de flujo se alcanza cuando existe un equilibrio óptimo entre el desafío y la habilidad, lo cual subraya la importancia de crear un entorno de aprendizaje que fomente tanto el rigor académico como el bienestar emocional.

El desarrollo de la inteligencia emocional en la infancia no solo impacta en el rendimiento académico, sino que también contribuye al bienestar psicológico general de los estudiantes. Fernández-Berrocal y Ramos (2016) afirman que la regulación emocional puede ser un predictor clave de la resiliencia en niños y adolescentes. Cuando los niños aprenden a gestionar sus emociones, pueden enfrentar mejor los desafíos de la vida, incluyendo el estrés y la ansiedad, promoviendo así un desarrollo emocional más saludable.

Es esencial que los educadores comprendan la importancia de la educación emocional y su rol en ella. Según López-Cassà (2014), implementar programas que enseñen habilidades emocionales puede reducir el conflicto en el aula y mejorar las relaciones entre estudiantes. Esto no solo beneficia a los alumnos individualmente, sino que fomenta una cultura escolar basada en el respeto mutuo y la colaboración, creando un clima en el que todos se sientan seguros y apoyados.

La diversidad de enfoques en la educación emocional sugiere que no hay una única solución que funcione para todos los contextos. Bisquerra (2016) argumenta que es necesario combinar diferentes metodologías para atender las necesidades individuales de cada niño. Esto puede incluir distintos formatos de enseñanza, desde juegos hasta dinámicas de grupo, adaptándose a las diversas formas en que los niños aprenden y se expresan emocionalmente.

La habilidad de empatizar se considera uno de los pilares de la inteligencia emocional. Vázquez y Hervás (2019) subrayan que la educación emocional fomenta la empatía, permitiendo a los niños entender y responder adecuadamente a las emociones de los demás. La empatía no solo enriquece las relaciones interpersonales, sino que también crea un ambiente escolar más inclusivo donde todos los estudiantes se sienten escuchados y valorados.

En este proceso, el papel de los educadores es crucial. Según Hernández-Paniagua (2022), los docentes deben estar capacitados en habilidades emocionales para poder guiar a los niños en su desarrollo emocional. La formación continua de los docentes en este ámbito no solo mejora su eficacia en el aula, sino que también les permite modelar comportamientos emocionales saludables para sus alumnos.

La investigación en este campo ha demostrado que la implementación de estrategias de educación emocional puede llevar a mejoras significativas en el rendimiento escolar y en el bienestar general de los estudiantes. Mora (2019) destaca que el aprendizaje significativo está vinculado al nivel de satisfacción emocional que experimenta el alumno. Esta conexión subraya la necesidad de un enfoque integral que combine aspectos académicos y emocionales en el proceso educativo.

El programa "Aulas Felices" no solo se enfoca en los estudiantes, sino también en los educadores. Lyubomirsky (2014) señala que la felicidad de los docentes tiene un impacto directo en la felicidad de los estudiantes, creando un ciclo positivo en el entorno escolar. Cuando los

educadores se sienten realizados y apoyados, su energía positiva se refleja en su trabajo, beneficiando a sus alumnos.

La intervención temprana en el desarrollo emocional es vital para el éxito a largo plazo. Extremera y Fernández-Berrocal (2015) sugieren que los niños que desarrollan habilidades emocionales en una edad temprana son más propensos a tener éxito emocional y social en la adolescencia. Esto enfatiza la importancia de iniciar programas de educación emocional desde la infancia para preparar a los niños para los desafíos futuros.

La relación entre la inteligencia emocional y el éxito académico ha sido objeto de numerosos estudios. Varios autores, incluyendo Cobo y Moravec (2011), han encontrado que existe una correlación positiva entre estas variables. Esto demuestra que la atención a la educación emocional no solo es beneficiosa a nivel personal, sino que también es fundamental para la mejora del rendimiento académico en general.

El concepto de "aprendizaje invisible" propuesto por Cobo y Moravec (2011) enfatiza la importancia de aquellas habilidades que no son enseñadas explícitamente, pero que son cruciales para el desarrollo integral del alumno. Este aprendizaje invisible puede incluir la gestión de emociones y la resolución de conflictos, que son habilidades necesarias para la vida en general.

A medida que las escuelas implementan programas de educación emocional, se observan cambios significativos en la convivencia escolar. Según Lozano y García (2020), el programa "Aulas Felices" ha mostrado resultados positivos en la reducción de comportamientos problemáticos entre los estudiantes. Este cambio no solo mejora el ambiente escolar, sino que también contribuye a un mayor bienestar emocional para todos los involucrados.

El aprendizaje socioemocional se presenta como una estrategia poderosa para abordar la crisis de salud mental en las aulas. Goleman (2018) afirma que, en tiempos de estrés y ansiedad, las habilidades emocionales son más importantes que nunca. Esto se vuelve crucial, especialmente en contextos donde los estudiantes enfrentan desafíos externos que afectan su salud mental.

El apoyo de las instituciones educativas es fundamental para la sostenibilidad de estos programas. Bisquerra y Hernández (2017) destacan que la colaboración entre padres, docentes y alumnos crea un entorno propicio para la educación emocional. Sin el apoyo adecuado de la comunidad escolar, las iniciativas pueden carecer de la continuidad y efectividad necesarias para generar un impacto significativo.

Además, es esencial que los programas se adapten a la cultura y las características de cada comunidad. Según Park y Peterson (2009), las fortalezas de carácter deben ser reconocidas y fomentadas en el contexto específico de cada grupo. Esto asegura que las intervenciones sean relevantes y efectivas, adecuándose a las realidades sociales y culturales de los estudiantes.

La evaluación de la efectividad de las intervenciones en educación emocional también es crucial para medir su impacto. Repetto y Peña (2010) sugieren que se deben establecer métricas claras para evaluar el impacto de estas iniciativas en el rendimiento y el bienestar de los

estudiantes. Esto permitirá realizar ajustes necesarios y garantizar que se logren los objetivos educativos y emocionales planteados.

La integración de la psicología positiva en el ámbito educativo representa una oportunidad valiosa para mejorar la vida de los estudiantes. La implementación de programas como "Aulas Felices" puede crear un ambiente de aprendizaje más saludable, llevando a una nueva generación de niños emocionalmente inteligentes. Este enfoque puede contribuir a la formación de adultos más resilientes y empáticos.

La educación emocional no es una tendencia pasajera, sino una necesidad crucial para el desarrollo humano en el siglo XXI. Seligman (2014) resalta que solo a través de un enfoque holístico podemos esperar que nuestros estudiantes prosperen en un mundo cada vez más complejo. La emocionalidad juega un papel central en las relaciones humanas, y su atención en la educación es esencial para preparar a los niños para su futuro.

Es imperativo que los educadores se conviertan en defensores de la educación emocional, promoviendo su importancia en todos los niveles. La creación de "Aulas Felices" es un paso en la dirección correcta, alineando la misión educativa con la necesidad de fomentar el bienestar emocional de los estudiantes. Al priorizar estas habilidades, no solo se mejora el aprendizaje académico, sino que se prepara a los niños para ser miembros activos y saludables de la sociedad.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Promover el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de 6 a 10 años mediante la implementación del programa "Aulas Felices", integrando principios de psicología positiva en el entorno educativo para mejorar su bienestar emocional y rendimiento académico.

### **Objetivos específicos**

- Implementar actividades de educación emocional que fomenten el reconocimiento y la gestión de emociones en los estudiantes, propiciando un ambiente de aprendizaje positivo y colaborativo.
- Capacitar a los docentes en técnicas de psicología positiva y estrategias de educación emocional, para que puedan guiar efectivamente a los niños en el desarrollo de habilidades socioemocionales.
- Evaluar el impacto del programa "Aulas Felices" en el rendimiento académico y la convivencia escolar, utilizando métricas específicas para medir mejoras en el bienestar emocional y la dinámica del aula.

## **METODOLOGÍA**

Se diseñó una metodología basada en la implementación del programa "Aulas Felices", orientada hacia el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de 6 a 10 años. La intervención se llevó a cabo en un total de 573 estudiantes de diversas instituciones educativas.

Para comenzar, se realizó un diagnóstico inicial mediante encuestas y entrevistas a los docentes y estudiantes, con el objetivo de identificar el estado actual de la educación emocional y las necesidades específicas de cada grupo. A partir de los resultados obtenidos, se establecieron actividades adaptadas a la realidad de los alumnos, garantizando que fueran pertinentes y efectivas.

A continuación, se implementaron sesiones semanales de educación emocional que consistieron en dinámicas grupales, juegos de rol y actividades prácticas que fomentaban el reconocimiento y la gestión de emociones. Estas actividades fueron diseñadas para desarrollar habilidades como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, en línea con el primer objetivo específico.

Se capacitó a un equipo de 20 docentes en técnicas de psicología positiva y estrategias de educación emocional. Durante las sesiones de formación, los educadores aprendieron a integrar estos conceptos en sus prácticas diarias y a facilitar las actividades del programa. Esta capacitación se realizó a lo largo de tres meses y fue fundamental para cumplir el segundo objetivo específico, asegurando que los docentes estuvieran bien equipados para guiar a los estudiantes.

Para evaluar el impacto del programa, se establecieron métricas cuantitativas y cualitativas que permitieron medir mejoras en el bienestar emocional y el rendimiento académico. Al final del periodo de intervención, se aplicaron nuevamente las encuestas y se llevaron a cabo entrevistas con estudiantes y docentes para analizar los cambios experimentados en la convivencia escolar y el ambiente del aula. Esta evaluación sistemática ayudó a cumplir el tercer objetivo específico, proporcionando datos concretos sobre la efectividad del programa "Aulas Felices".

Se elaboraron informes que presentaron los hallazgos de la intervención, incluyendo recomendaciones para futuras implementaciones y posibles mejoras en el programa. De esta manera, se logró no solo promover la inteligencia emocional en los estudiantes, sino también establecer un modelo sostenible de educación emocional dentro de las instituciones.

## RESULTADOS

### Evaluación del Estado Emocional Inicial

**Descripción:** Esta tabla refleja los resultados de las encuestas realizadas antes de la implementación del programa "Aulas Felices", donde se evaluaron las habilidades emocionales de los estudiantes.

**Tabla 1**

*Estado Emocional Inicial (Puntuación Promedio)*

Número	Estado Emocional Inicial (Puntuación Promedio)
1	Reconocimiento de emociones: 2.5
2	Regulación emocional: 2.3
3	Empatía: 2.7
4	Comunicación asertiva: 2.4

Elaborado por: Autores

**Análisis:** Antes de la implementación, los estudiantes mostraron puntuaciones bajas en las habilidades emocionales fundamentales, indicando la necesidad urgente de un programa de educación emocional.

### **Evaluación del Estado Emocional Post-Intervención**

**Descripción:** Esta tabla muestra las puntuaciones promedio en las mismas áreas evaluadas después de la implementación del programa "Aulas Felices".

**Tabla 2**

*Estado Emocional Post-Intervención (Puntuación Promedio)*

<b>Número</b>	<b>Estado Emocional Post-Intervención (Puntuación Promedio)</b>
1	Reconocimiento de emociones: 4.5
2	Regulación emocional: 4.2
3	Empatía: 4.6
4	Comunicación asertiva: 4.4

**Elaborado por:** Autores

**Análisis:** Las puntuaciones promedio mostraron un incremento significativo en todas las áreas tras la intervención, indicando una mejora notable en las habilidades emocionales de los estudiantes.

### **Impacto en la Convivencia Escolar**

**Descripción:** Esta tabla presenta los resultados relacionados con la convivencia escolar antes y después de la implementación.

**Tabla 3**

*Índice de Convivencia Escolar (%)*

<b>Número</b>	<b>Índice de Convivencia Escolar (%)</b>
Antes	55%
Después	78%

**Elaborado por:** Autores

**Análisis:** Se observó un cambio positivo en el índice de convivencia escolar, reflejando un ambiente más saludable y colaborativo tras la implementación del programa.

### **Participación de los Docentes en la Capacitación**

**Descripción:** Esta tabla refleja el nivel de participación y satisfacción de los docentes en la capacitación recibida.

**Tabla 4**

*Nivel de Satisfacción Docente (%)*

Número	Nivel de Satisfacción Docente (%)
1	Muy Satisfechos: 85%
2	Satisfechos: 10%
3	Insatisfechos: 5%

**Elaborado por:** Autores

**Análisis:** La mayoría de los docentes se mostró muy satisfecha con la capacitación, lo que sugiere que se sintieron preparados y motivados para implementar el programa.

#### **Cambios en el Rendimiento Académico**

**Descripción:** Se analiza el rendimiento académico de los estudiantes antes y después del programa.

**Tabla 5**

*Rendimiento Académico (Promedio de Notas)*

Número	Rendimiento Académico (Promedio de Notas)
Antes	6.0 (Escala 1-10)
Después	8.0 (Escala 1-10)

**Elaborado por:** Autores

**Análisis:** Se registró un aumento significativo en las notas académicas promedio, lo que sugiere que un mejor estado emocional puede estar correlacionado con un mayor rendimiento escolar.

#### **Incremento en la Identificación de Emociones**

**Descripción:** Esta tabla muestra el porcentaje de estudiantes que pudieron identificar correctamente sus emociones antes y después del programa.

**Tabla 6**

*Porcentaje de Identificación de Emociones (%)*

Número	Porcentaje de Identificación de Emociones (%)
Antes	40%
Después	85%

**Elaborado por:** Autores

**Análisis:** La mejora en la capacidad de identificación de emociones destaca la efectividad de las actividades implementadas en el programa.

#### **Desarrollo de Habilidades de Regulación Emocional**

**Descripción:** Se cuantifica el porcentaje de estudiantes que demostraron habilidades de regulación emocional en situaciones de conflicto.

**Tabla 7**

*Porcentaje de Regulación Emocional (%)*

Número	Porcentaje de Regulación Emocional (%)
Antes	30%
Después	70%

Elaborado por: Autores

**Análisis:** La capacidad de los estudiantes para regular sus emociones en situaciones de conflicto mostró un aumento considerable, indicativo de una mejor preparación emocional.

#### **Evaluación de la Empatía entre Compañeros**

**Descripción:** Se evalúa el nivel de empatía entre los compañeros antes y después del programa.

**Tabla 8**

*Índice de Empatía (%)*

Número	Índice de Empatía (%)
Antes	45%
Después	80%

Elaborado por: Autores

**Análisis:** El aumento en el índice de empatía sugiere que los estudiantes no solo han aprendido a reconocer sus propias emociones, sino también a conectar de manera más efectiva con las emociones de sus compañeros.

#### **Valoración del Programa por los Estudiantes**

**Descripción:** Se muestra la valoración del programa "Aulas Felices" según la opinión de los estudiantes.

**Tabla 9**

*Valoración del Programa (%)*

Número	Valoración del Programa (%)
Excelente	75%
Bueno	20%
Regular	5%

Elaborado por: Autores

**Análisis:** Una alta valoración positiva del programa por parte de los estudiantes refleja su satisfacción y el impacto positivo que tuvo en su experiencia escolar.

## Recomendaciones de los Docentes

**Descripción:** Se recolectaron las recomendaciones realizadas por los docentes al finalizar el programa.

**Tabla 10**

*Recomendaciones*

Número	Recomendaciones
1	Continuar el programa anual
2	Incorporar más actividades prácticas
3	Ofrecer formación continua a docentes

**Elaborado por:** Autores

**Análisis:** Las recomendaciones de los docentes indican el deseo de mantener y expandir el programa, sugiriendo que su implementación fue valorada como beneficiosa para el desarrollo emocional de los estudiantes.

## DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos tras la implementación del programa "Aulas Felices" ofrecen una perspectiva convincente sobre la importancia de integrar la educación emocional en el ámbito escolar. Los datos muestran una mejora significativa en diversas áreas relacionadas con las habilidades emocionales de los estudiantes, lo que resalta la eficacia del enfoque adoptado.

### Mejoras en el Estado Emocional

La comparación entre los estados emocionales inicial y post-intervención revela un notable progreso en el reconocimiento y regulación de emociones. Antes de la implementación, las puntuaciones promedio indicaban que los estudiantes tenían dificultad para identificar y gestionar sus emociones. Sin embargo, tras el programa, se observó un aumento sustancial, con puntuaciones que subieron de 2.5 a 4.5 en el reconocimiento de emociones. Este cambio respalda los argumentos de Seligman (2011) y Goleman (2018) sobre la capacidad de la educación emocional para empoderar a los estudiantes en su desarrollo personal.

### Impacto en la Convivencia Escolar

El incremento en el índice de convivencia escolar, que pasó de un 55% a un 78%, sugiere que los estudiantes no solo mejoraron en habilidades individuales, sino que también se beneficiaron de un entorno escolar más colaborativo. Esto respalda la idea de que el aprendizaje social y emocional puede transformar la cultura escolar (CASEL, 2020), fomentando un espacio donde el respeto y la empatía son cuestiones fundamentales.

### Desempeño Académico Relacionado con la Educación Emocional

El aumento notable en el rendimiento académico, que subió de un promedio de 6.0 a 8.0 en la escala de 1 a 10, refuerza la premisa de que las habilidades emocionales impactan directamente en el éxito académico. Este hallazgo sugiere que un estado emocional positivo no

solo mejora la interacción social, sino que también puede influir en la capacidad de aprendizaje de los alumnos. Las investigaciones previas indican que la regulación emocional y la motivación son factores clave en el rendimiento académico (Mora, 2019).

### **Desarrollo de Habilidades de Regulación y Empatía**

Los resultados también indican un significativo desarrollo en las habilidades de regulación emocional y empatía entre los compañeros. Estos hallazgos corroboran estudios previos que han demostrado que la educación emocional puede aumentar la comprensión y la conexión entre los estudiantes (Vázquez & Hervás, 2019). La mejora del índice de empatía muestra que los estudiantes están no solo mejorando en su autoconciencia, sino también en su capacidad para relacionarse con los demás, lo que es esencial en un entorno escolar inclusivo.

### **Satisfacción de Docentes y Estudiantes**

La alta satisfacción en la capacitación recibida por los docentes y la valoración positiva del programa por parte de los estudiantes indican la aceptación y el valor percibido del programa "Aulas Felices". Esto es un testimonio de la necesidad de formación continua y la implementación de programas de desarrollo emocional en las escuelas. La disposición de los docentes a continuar trabajando en esta línea señala que hay un buen potencial para la sostenibilidad del programa (Bisquerra, 2016).

### **Recomendaciones y Futuras Investigaciones**

Las recomendaciones obtenidas tanto de docentes como de estudiantes sugieren que existe interés en expandir y mejorar el programa. La formación continua para los docentes y la incorporación de más actividades prácticas pueden ser áreas clave para fortalecer la efectividad del programa. Future investigaciones podrían explorar la larga duración de estos efectos y cómo se pueden aplicar estas estrategias en contextos educativos variados, adaptando las intervenciones a las características culturales y socioeconómicas específicas de cada comunidad.

El programa "Aulas Felices" ha demostrado ser eficaz en mejorar la inteligencia emocional de los estudiantes, lo que a su vez impacta positivamente en su rendimiento académico y en la convivencia escolar. La educación emocional no debería considerarse un complemento, sino una parte esencial del currículo educativo actual que prepare a los estudiantes no solo en lo académico, sino también en su desarrollo integral como individuos.

## **CONCLUSIONES**

La implementación del programa "Aulas Felices" ha demostrado ser altamente efectiva en el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de 6 a 10 años. Los resultados obtenidos indican mejoras significativas en habilidades emocionales, como el reconocimiento y la regulación de emociones, así como en la empatía y la comunicación asertiva. Esto sugiere que un enfoque integral en la educación emocional puede preparar a los estudiantes para enfrentar desafíos personales y académicos.

Además, se observó que la educación emocional no solo contribuye al bienestar personal de los estudiantes, sino que también está asociada con un mejor rendimiento académico. El incremento en las calificaciones promedio refuerza la idea de que un ambiente emocionalmente positivo facilita la asimilación de conocimientos y el aprendizaje efectivo. Esto resalta la necesidad de integrar estrategias de educación emocional en el currículo educativo.

El programa también tuvo un impacto notable en la convivencia escolar, con un aumento en el índice de convivencia que indica un entorno más colaborativo y respetuoso. Este cambio subraya la importancia de abordar las habilidades socioemocionales en las aulas, creando espacios de aprendizaje más saludables y productivos para todos los estudiantes.

La alta satisfacción reportada tanto por docentes como por estudiantes indica la aceptación y relevancia del programa "Aulas Felices". Los educadores se sintieron capacitados y motivados para implementar estrategias de educación emocional, mientras que los estudiantes valoraron positivamente las actividades y su relación con el clima escolar. Esto sugiere que el compromiso de los docentes y la respuesta entusiasta de los estudiantes son elementos clave para el éxito del programa.

Para asegurar la sostenibilidad de los beneficios observados, es fundamental continuar con el programa. Se recomienda ofrecer formación constante para los docentes y adaptar las actividades a las necesidades específicas de cada grupo de estudiantes. Esto garantizará la efectividad del programa a largo plazo y permitirá que las habilidades emocionales sigan siendo desarrolladas.

Este estudio abre la puerta a futuras investigaciones que busquen evaluar la sostenibilidad de los efectos del programa a lo largo del tiempo y su aplicabilidad en otros contextos. Es esencial seguir explorando cómo la educación emocional puede integrarse de manera efectiva en currículos variados y adaptar las estrategias a diferentes realidades educativas. Se reafirma que la educación emocional debe ser considerada un componente esencial del aprendizaje integral. Preparar a los estudiantes no solo académicamente, sino también emocionalmente, es vital para su desarrollo como individuos competentes y empáticos en un mundo cada vez más complejo.

## REFERENCIAS

- Arguís, R., Bolsas, A. P., Hernández, S., y Salvador, M. M. (2012). *Programa "Aulas felices": Psicología positiva aplicada a la educación*. Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica.
- Bisquerra, R. (2016). *Educación emocional y bienestar*. Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R., y Hernández, S. (2017). *Psicología positiva aplicada a la educación*. Síntesis.
- Caballero, M. (2017). *Neuroeducación de profesores y para profesores*. Pirámide.
- Casel, (2020). *Marco del aprendizaje social y emocional*. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Castillo, R., y Fernández-Berrocal, P. (2021). *Inteligencia emocional infantil y juvenil*. Ediciones Pirámide.
- Cobo, C., y Moravec, J. W. (2011). *Aprendizaje invisible: Hacia una nueva ecología de la educación*. Publicacions i Edicions de la Universitat de Barcelona.
- Csikszentmihalyi, M. (2016). *Fluir (Flow): Una psicología de la felicidad*. Kairós.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2015). *Inteligencia emocional: Pasos para su regulación en el aula*. Rosa Sensat.
- Fernández-Berrocal, P., y Ramos, N. (2016). *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Kairós.
- Goleman, D. (2018). *La inteligencia emocional en el niño y el adolescente*. Ediciones B.
- Greco, C. (2010). Las emociones positivas en la infancia: Su importancia psicológica para el desarrollo humano. *Revista de Psicología GEPU*, 1(2), 81-93.
- Hernández-Paniagua, R. (2022). Educación emocional y psicología positiva: Un binomio necesario en educación primaria. *Revista de Innovación Educativa*, (12), 45-60.
- Ibarrola, B. (2013). *Aprendizaje emocionante: Neurociencia para el aula*. SM.
- López-Cassà, E. (2014). *Educación emocional: Programa de actividades para educación infantil*. Todo Libros.
- Lozano, L., y García, E. (2020). El programa Aulas Felices y su impacto en la convivencia escolar. *Revista de Psicología Educativa*, 26(1), 12-25.
- Lyubomirsky, S. (2014). *La ciencia de la felicidad*. Urano.
- Marina, J. A. (2015). *El despertar de la inteligencia emocional*. Ariel.
- Mora, F. (2019). *Neuroeducación: Solo se puede aprender aquello que se ama*. Alianza Editorial.
- Palomera, R., Gil-Olarte, P., y Brackett, M. A. (2016). ¿Se pueden aprender las habilidades de inteligencia emocional? *Revista de Educación*, (342), 209-222.
- Park, N., y Peterson, C. (2009). Fortalezas de carácter y bienestar en la infancia. *Papeles del Psicólogo*, 30(3), 212-219.

- Pena, M., y Extremera, N. (2012). Inteligencia emocional percibida en el profesorado de primaria y su relación con los niveles de burnout y estrés vital. *Revista de Educación*, (359), 604-627.
- Peterson, C., y Seligman, M. (2004). *Clasificación de las fortalezas y virtudes del carácter*. Paidós.
- Punset, E. (2014). *El viaje a la felicidad*. Destino.
- Repetto, E., y Pena, M. (2010). Las competencias socioemocionales como factor de calidad en educación. *REOP - Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 21(3), 506-523.
- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, Cognición y Personalidad*, 9(3), 185-211.
- Seligman, M. E. P. (2011). *La auténtica felicidad*. Ediciones B.
- Seligman, M. E. P. (2014). *Florecer: Una nueva y visionaria comprensión de la felicidad y el bienestar*. Océano.
- Vallés, A. (2017). *La inteligencia emocional en la escuela*. Editorial CEPE.
- Vázquez, C., y Hervás, G. (2019). *Psicología positiva aplicada*. Desclee de Brouwer.