

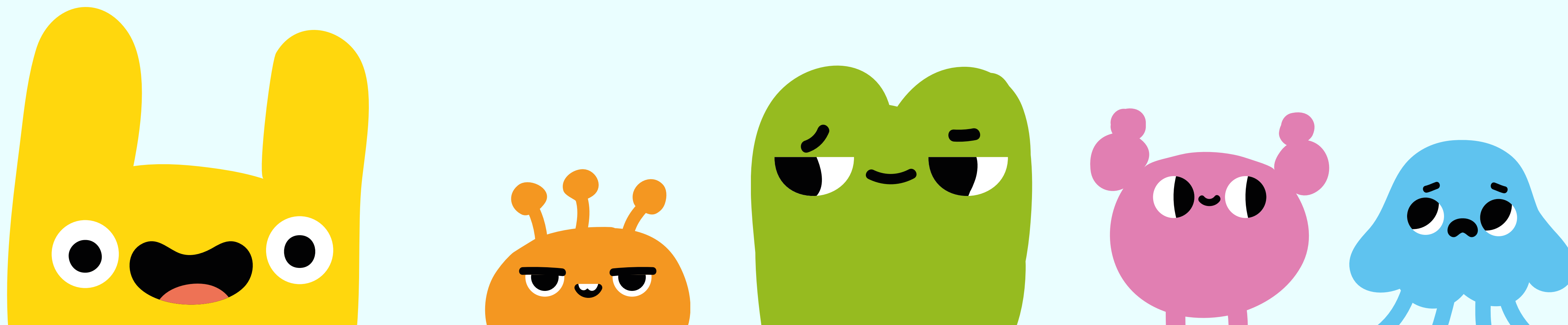
# Emotive: Aprende a sentir

**Autor:** Judith Viñals Díaz

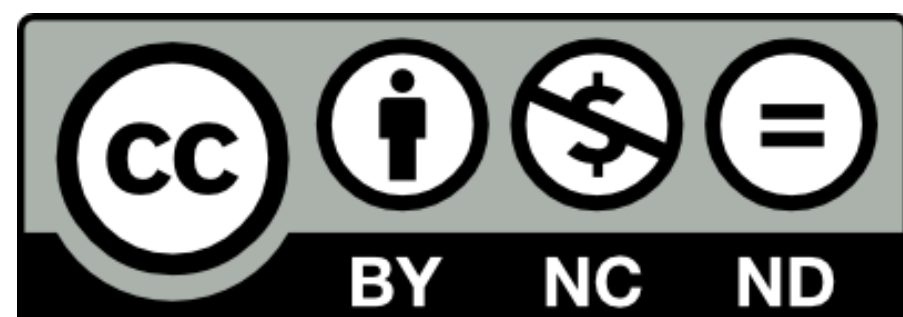
**Tutor:** Jordi Virgili Gomà

**Profesores responsables:**

Ferran Gimenez Prado y Enric Mor Pera







Esta obra está sujeta a una licencia de  
Reconocimiento-NoComercial-Sin ObraDerivada  
**3.0 España de Creative Commons**

# Ficha del trabajo final

<b>Título del trabajo</b>	Emotive: Aprende a sentir
<b>Nombre del autor</b>	Judith Viñals Díaz
<b>Nombre del consultor</b>	Jordi Virgili Gomà
<b>Nombre del PRA</b>	Ferran Gimenez Prado, Enric Mor Pena
<b>Fecha de entrega</b>	07/06/2023
<b>Titulación</b>	Máster Universitario de Diseño de Interacción y Experiencia de Usuario (UX)
<b>Área del trabajo Final</b>	Diseño de Interacción y UX
<b>Idioma del trabajo</b>	Castellano
<b>Palabras clave</b>	Educación, Emocional, Infantil

## Síntesis

Las emociones desempeñan una parte fundamental en nuestra experiencia como seres humanos. Es esencial tener la capacidad de reconocer, comprender, expresar y regular nuestras emociones para mantener un bienestar y una salud mental equilibrada. Sin embargo, muchas personas se enfrentan a dificultades en este aspecto, lo cual puede ocasionar una serie de problemas emocionales y tener un impacto negativo en nuestras relaciones y nuestra capacidad para lidiar con el estrés y los desafíos diarios. Es de vital importancia ser conscientes de nuestras emociones, comprender cómo nos afectan y desarrollar habilidades efectivas para gestionarlas de manera adecuada. Por lo tanto, resulta crucial ofrecer a los niños una herramienta que los acompañe en su desarrollo emocional y aprendizaje, brindándoles una plataforma segura y amigable donde puedan explorar y aprender a identificar y manejar las diferentes emociones.

## Abstract

Emotions play a fundamental role in our human experience. It is essential to have the ability to recognize, understand, express, and regulate our emotions in order to maintain well-being and mental health balance. However, many individuals face difficulties in this aspect, which can lead to a range of emotional problems that have a negative impact on our relationships and our capacity to cope with daily stress and challenges. It is of vital importance to be aware of our emotions, understand how they affect us, and develop effective skills to manage them appropriately. Therefore, it is crucial to provide children with a tool that accompanies them in their emotional development, learning, offering a safe and friendly platform where they can explore and learn to identify and manage different emotions.

# Resumen

# Índice

## 01

- Introducción**
- 1.1 Contexto y Justificación
- 1.2 Objetivos
- 1.3 Enfoque, Etapas y Métodos
- 1.4 Planificación

## 02

- Investigación**
- 2.1 Desk Research
- 2.2 Benchmarking
- 2.3 Investigación con Usuarios
- 2.4 Resumen de Aprendizajes

## 03

- Definición**
- 3.1 Personas y Mapas de Empatía
- 3.2 Escenarios y User Journeys
- 3.3 Lean UX Canvas
- 3.4 Problem Statement
- 4.5 Requisitos

## 04

- Desarrollo**
- 4.1 Inventario de Contenido
- 4.2 Card Sorting
- 4.3 Árbol de Contenidos
- 4.4 Diagrama de Flujo
- 4.5 Bocetos
- 4.6 Wireframes
- 4.7 Prototipo de Alta Fidelidad

## 05

- Evaluación**
- 5.1 Evaluación Heurística
- 5.2 Recorrido Cognitivo
- 5.3 Test con Usuarios
- 5.4 Mejoras Aplicadas

## 06

- Apéndices**
- Anexos
- Figuras
- Glosario
- Bibliografía

**La enseñanza de Sócrates «conócete a ti mismo» darse cuenta de los propios sentimientos en el mismo momento en que éstos tienen lugar, constituye la piedra angular de la inteligencia emocional.**

Daniel Goleman, *Inteligencia Emocional*, 1995.

# 01\_Introducción



# 1.1 Contexto y Justificación

## ¿Hablamos de emociones?

A lo largo de la evolución de nuestra especie (*Homo sapiens sapiens*), hemos adquirido progresivamente, a lo largo de entre 100.000 y 50.000 años, la capacidad de desarrollar el lenguaje con el que podemos expresar complejos estados emocionales<sup>1</sup>. Sin embargo, nuestros ancestros homínidos como el *Homo habilis*, *erectus*, *ergaster* y *neanderthalensis*, necesitaban de un lenguaje avanzado o si el lenguaje era muy básico y reducido, disponer de señales claras y fácilmente distinguibles que comunicaran situaciones relevantes a sus congéneres.

Hoy en día, si le preguntas a alguien qué es una emoción, es probable que obtengas una respuesta más o menos acertada, dado que todos experimentamos emociones con frecuencia. Aquello que sentimos y cómo lo sentimos es parte fundamental de nuestra experiencia como seres humanos (Martínez, Fernández, Palmero, 2019).

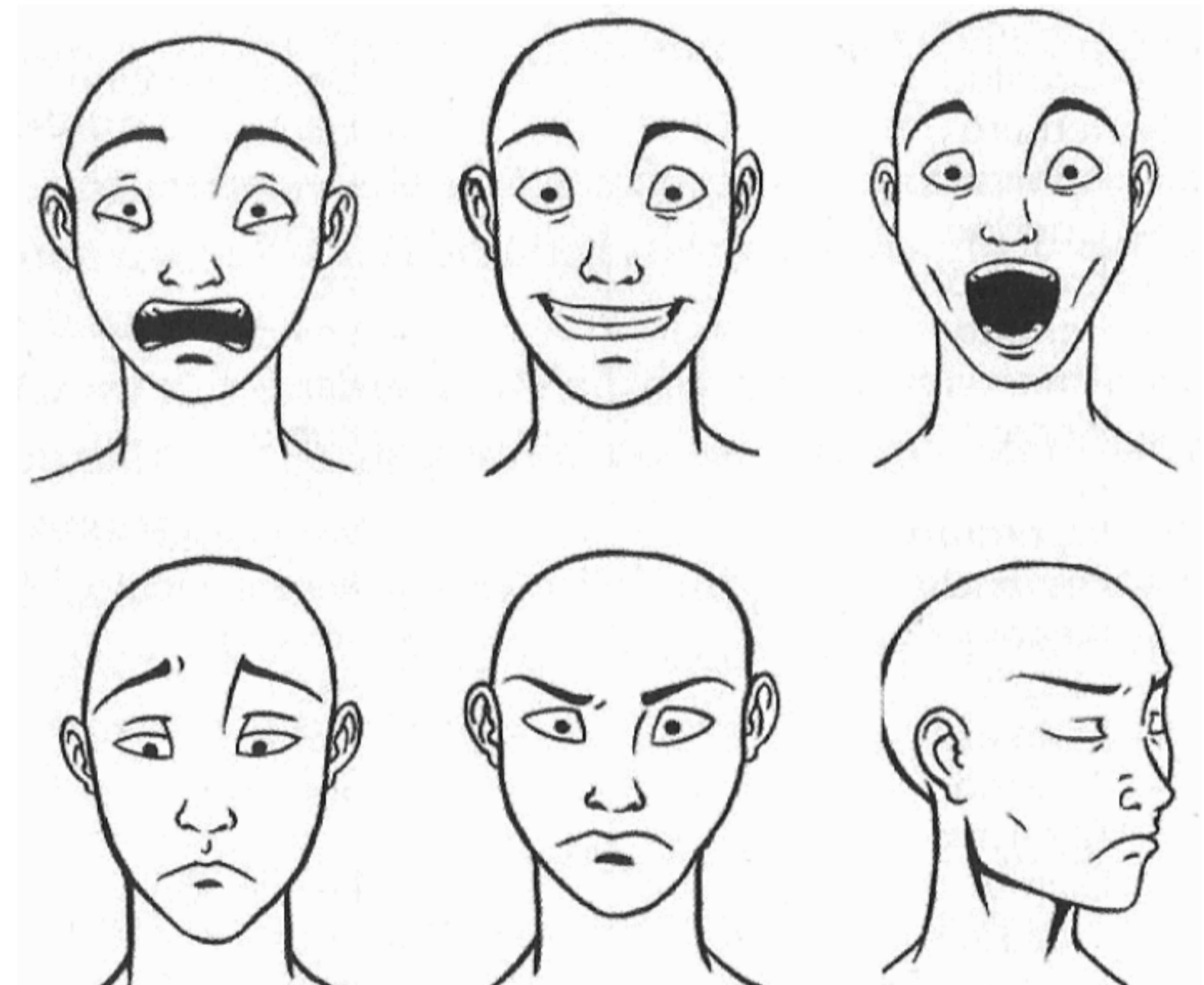


Figura 1. Representación gráfica de las seis emociones universales: miedo, alegría, sorpresa, tristeza, ira y asco (Pallarés, 2010 p. 34).

# 1.1 Contexto y Justificación

La capacidad para identificar, comprender, expresar y regular las emociones es esencial para el bienestar y la salud mental. Sin embargo, muchas personas tienen dificultades para hacerlo, lo que puede llevar a una serie de problemas emocionales. La falta de habilidades emocionales también puede afectar negativamente las relaciones interpersonales y la capacidad para enfrentar el estrés y los desafíos de la vida diaria (Organización Mundial de la Salud, 2018, p. 11).

La forma en que gestionamos nuestras emociones y sentimientos puede afectar no solo nuestra vida personal, sino también nuestra vida profesional. Por ejemplo, en el trabajo, el estrés y la presión pueden provocar reacciones emocionales intensas, lo que puede afectar nuestra capacidad para tomar decisiones, resolver problemas y relacionarnos con los demás.

Es importante reconocer nuestras emociones, comprender cómo nos afectan y aprender herramientas para gestionarlas de manera efectiva, ya que esto nos permite mejorar nuestra calidad de vida y ser más exitosos en nuestros objetivos personales y profesionales. (Martínez, Fernández, Palmero, 2019).

## Educando las emociones

El aprendizaje emocional es el proceso a través del cual las personas adquieren conocimiento y habilidades para reconocer, comprender y regular sus propias emociones y las emociones de los demás (Barrett & Gross, 2001).

En la introducción del libro Educación emocional y bienestar de Bisquerra, se define la educación emocional como "un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad" (p. 19). En este sentido, el autor destaca la importancia de que la educación emocional esté presente en todos los niveles educativos, desde la educación infantil hasta la formación de adultos, y enfatiza que esta educación no solo beneficia al bienestar emocional de los individuos, sino también a la sociedad en su conjunto. Además, Bisquerra señala que la educación emocional no se limita a la transmisión de conocimientos teóricos sino que permite a los individuos desarrollar habilidades emocionales y mejorar su capacidad para regular sus propias emociones y las de los demás (Bisquerra, R. 2003).



# 1.1 Contexto y Justificación

En este artículo, Bisquerra analiza diferentes modelos de educación emocional y concluye que "la educación emocional es un proceso educativo que incluye una amplia gama de intervenciones, estrategias, programas y actividades dirigidas a desarrollar la competencia emocional de los individuos" (Bisquerra, 2009, p. 7). Para ello, el autor distingue entre tres tipos de modelos: los modelos de intervención directa, los modelos de intervención indirecta y los modelos integradores.

1. Los modelos de intervención directa se centran en la enseñanza explícita de habilidades emocionales y su aplicación en situaciones cotidianas, y se basan en una perspectiva cognitivo-conductual. Según Bisquerra, estos modelos "se enfocan en el aprendizaje de habilidades emocionales específicas, como la identificación y la expresión de emociones, la regulación emocional, el autocontrol y la resolución de problemas emocionales" (Bisquerra, 2009, p. 9).

2. Por otro lado, los modelos de intervención indirecta se basan en la creación de un ambiente educativo favorable para el desarrollo emocional, y utilizan estrategias como el modelado de conductas emocionalmente inteligentes por parte de los profesores y la promoción de la comunicación emocional en el aula. Estos modelos "parten de la premisa de que el ambiente educativo influye en el desarrollo emocional de los estudiantes, y que un ambiente emocional positivo favorece el aprendizaje emocional" (Bisquerra, 2009, p. 13).

3. Los modelos integradores combinan elementos de los modelos de intervención directa e indirecta, y buscan crear un enfoque holístico de la educación emocional que tenga en cuenta tanto los aspectos cognitivos como los afectivos y sociales. Estos modelos se enfocan en el desarrollo integral de la persona, y buscan potenciar el bienestar emocional y la competencia emocional de los estudiantes, así como fomentar valores como la empatía y la cooperación (Bisquerra, 2009, p. 17).

# 1.1 Contexto y Justificación

En definitiva, Bisquerra destaca la importancia de que los programas de educación emocional sean flexibles y adaptables a las necesidades de cada grupo y contexto, y que se basen en una combinación de elementos de los distintos modelos analizados para lograr una educación emocional efectiva y completa (Bisquerra, 2009).

Podemos agregar que la educación emocional puede ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de afrontamiento y resiliencia que les permitan manejar mejor el estrés y las dificultades en la vida. Además, los programas de educación emocional pueden ayudar a crear un clima escolar positivo y seguro que fomente el aprendizaje y el desarrollo (Durlak, 2011).

Como dice Brackett, ayudar a mejorar las relaciones entre los estudiantes mediante programas que se enfocan en la empatía, la resolución de conflictos y la comunicación efectiva pueden ayudar a los estudiantes a comprender las perspectivas de los demás y a trabajar juntos de manera más efectiva.

Además, los programas ayudan a los estudiantes a desarrollar una mayor conciencia de sí mismos y de sus propias emociones, lo que puede mejorar su capacidad para regular su comportamiento y tomar decisiones informadas (Brackett, 2019).

Bisquerra sostiene que la educación emocional permite a los estudiantes adquirir habilidades emocionales que les permiten gestionar sus propias emociones y las de los demás, lo cual es esencial para una comunicación efectiva y una convivencia pacífica en el entorno escolar y social. Fomentando valores como la empatía, la solidaridad y la responsabilidad social (Bisquerra, 2011).

En cuanto a los contenidos de la educación emocional, Bisquerra defiende que se deben trabajar habilidades emocionales básicas como la identificación y expresión de emociones, la regulación emocional, el autoconocimiento y la empatía, así como valores y actitudes relacionadas con la convivencia pacífica y la responsabilidad social. Es una necesidad urgente en la sociedad actual, y su inclusión en la educación formal es fundamental para el bienestar de los individuos y para una convivencia pacífica y solidaria en la sociedad (Bisquerra, 2015).

# 1.1 Contexto y Justificación

## El juego como una herramienta didáctica

A medida que la tecnología se ha desarrollado y se ha introducido en la vida cotidiana, también ha surgido un interés creciente en el uso de videojuegos como herramienta terapéutica, para el manejo de la ansiedad, la depresión y el estrés. Los videojuegos pueden ser altamente motivadores y comprometer a los niños en la terapia de una manera que los enfoques tradicionales no pueden igualar. En los resultados de estudios preliminares sugieren que los videojuegos tienen el potencial de ser una herramienta terapéutica valiosa en el tratamiento de trastornos mentales en niños (Granic, Lobel y Engels, 2014).

En el campo de aprendizaje los videojuegos pueden proporcionar un entorno seguro y atractivo para que los niños exploren y aprendan, siempre y cuando los padres y cuidadores establezcan límites claros sobre el tiempo que pasan jugando y los tipos de juegos que juegan.

Es importante destacar que los juegos pueden ofrecer una variedad de beneficios educativos, como el desarrollo de habilidades cognitivas, sociales y emocionales, así como la promoción de la creatividad y la resolución de problemas (American Academy of Pediatrics, 2016).

Según una encuesta realizada por la Asociación de Software de Entretenimiento (ESA) en 2020, el 73% de los padres informaron que los videojuegos tuvieron un impacto positivo en el aprendizaje de sus hijos (Entertainment Software Association, 2020).



# 1.1 Contexto y Justificación



En otras investigaciones, se ha definido que la gamificación es una herramienta efectiva para motivar a los niños y mejorar su aprendizaje. Se basa en la idea de que el aprendizaje puede ser divertido y emocionante, en lugar de aburrido y tedioso, permitiendo a los niños aprender a su propio ritmo, a través de actividades que les resultan interesantes y desafiantes. Los juegos educativos, por ejemplo, pueden proporcionar una experiencia de aprendizaje atractiva y efectiva, al permitir a los niños aprender a través de la exploración, la experimentación y el fracaso (Chen, Michael y Chen, 2006; Kapp, 2012). Además, la gamificación puede ayudar a los niños a desarrollar habilidades importantes, como la resolución de problemas, la toma de decisiones y la colaboración (Gee, 2007; Johnson, 2016).

Actualmente, en el mercado hay disponibles un gran número de aplicaciones relacionadas con la salud mental, entre ellas, cabe destacar aquellas que emplean técnicas de gamificación, que consisten en utilizar mecanismos y dinámicas de juego para hacer más atractivo, motivador y divertido el proceso de aprendizaje:

Figura 2. Gráfico Estadístico. De la educación a la familia, impacto positivo de los videojuegos en el hogar de los niños (Entertainment Software Association, 2020).



# 1.1 Contexto y Justificación

1. **¿Qué tal estás?** es una aplicación móvil diseñada para ayudar a los usuarios a identificar y comprender sus emociones, que incluye situaciones de la vida diaria.
2. **Emocionatest:** ofrece pruebas, actividades y herramientas para ayudar a los usuarios a comprender y manejar sus emociones de manera más efectiva.
3. **Termotic:** es una aplicación educativa diseñada para ayudar a los niños a identificar y comprender las emociones básicas, pero ofrece una sección donde los niños pueden regular la intensidad de las emociones.
4. **Gomins:** su objetivo es ayudar a los niños y jóvenes a desarrollar habilidades emocionales y sociales saludables a través de personajes animados y actividades interactivas.
5. **SuperEmociones:** es una aplicación educativa diseñada para ayudar a los niños a desarrollar su inteligencia emocional.

Estas aplicaciones tienen en común su enfoque en la gestión y comprensión de las emociones. Todas ellas ofrecen recursos y herramientas para ayudar a los usuarios, especialmente niños y jóvenes, a identificar y entender sus emociones, así como para regularlas y manejarlas de manera más efectiva. Además, todas estas aplicaciones están diseñadas para ser educativas y ofrecen herramientas para ayudar a los usuarios a desarrollar habilidades emocionales y sociales saludables. Por lo tanto, estas aplicaciones pueden ser útiles para personas que buscan desarrollar habilidades emocionales en un ambiente lúdico y educativo.

Las emociones son parte de nuestra vida cotidiana y pueden tener un impacto significativo en nuestra salud mental y bienestar. Por lo tanto, enseñar a los niños a identificar y comprender sus emociones es necesario para enfrentar situaciones desafiantes y manejar sus emociones de manera saludable.

# 1.2 Objetivos del Trabajo

## Objetivo principales

1. **Desarrollar una aplicación:** diseño de herramienta que ayude a los niños en su aprendizaje y desarrollo emocional, proporcionándoles una plataforma segura y amigable para explorar diferentes emociones y aprender a identificarlas y gestionarlas.

## Objetivo secundarios

1. **Mejorar las habilidades sociales:** ayudar a los niños a comprender sus propias emociones y las de los demás, además de mejorar su desarrollo en habilidades sociales.
2. **Promover el bienestar emocional:** Al comprender y manejar mejor sus emociones, los niños pueden mejorar su bienestar emocional y disfrutar de una vida más saludable y feliz.
3. **Proporcionar recursos para padres y educadores:** la aplicación puede ser una herramienta útil para padres y educadores que necesiten una guía para gestionar las emociones de sus hijos, Además de que brinden apoyo adicional en la escuela.

4. **Crear un entorno seguro:** La aplicación puede ayudar a crear un entorno seguro para que los niños puedan aprender y explorar sus emociones sin sentirse juzgados o avergonzados. Esto puede ser particularmente importante para niños en el Espectro del Autismo o con trastornos relacionados, que pueden sentirse abrumados por las emociones intensas.
5. **Analizar y valorar el uso didáctico a través de la gamificación:** tener en cuenta sus elementos, así como los beneficios y las posibles amenazas de su implantación.
6. **Crear un prototipo interactivo:** que permita enseñar de manera atractiva a los niños sobre las emociones, permitiéndoles explorar y experimentar con diferentes sentimientos de una manera segura y controlada.

# 1.3 Enfoque, Etapas y Métodos a seguir

La aplicación tendrá un enfoque pedagógico fomentando el aprendizaje a través de la experiencia y el juego. De tal manera que centrará en ofrecer a los niños una herramienta segura y amigable que promueva el desarrollo emocional de los niños.

El aprendizaje y desarrollo de las emociones es concepto fundamental para su crecimiento emocional y bienestar a lo largo de toda la vida. Por esta razón, para abordar este tema, se utilizará la metodología del diseño centrado en las personas. Este diseño se enfoca en las necesidades de los usuarios, es decir los niños y sus padres.

Para alcanzar este objetivo, se ha empleado la técnica del Doble Diamante, una herramienta de diseño que se utiliza para afrontar problemas complejos y encontrar soluciones innovadoras.

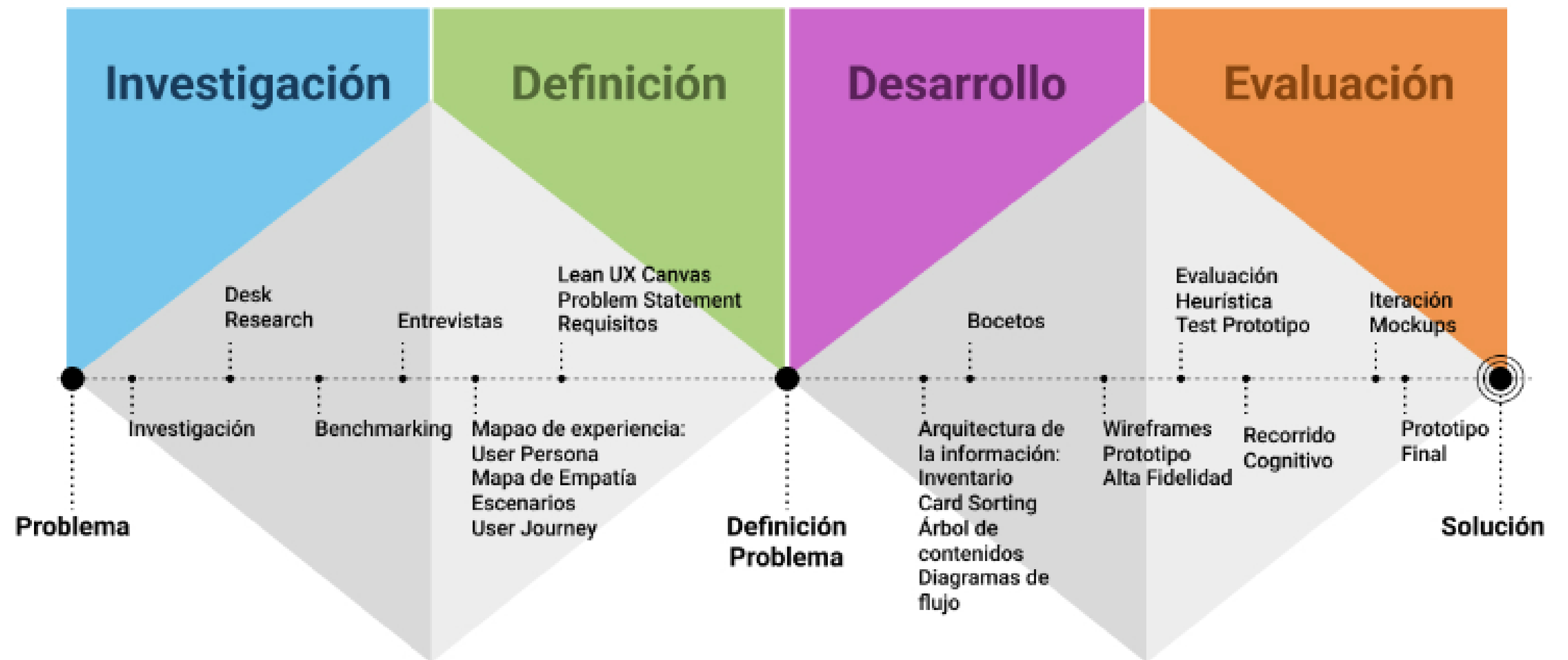


Figura 3. Gráfico Doble Diamante. Elaboración propia.

# 1.4 Planificación del Trabajo

Se presenta a continuación una descripción detallada de los recursos necesarios para llevar a cabo el proyecto, así como de las tareas que deben realizarse y su respectiva planificación, incluyendo las PEC que se deben alcanzar para cada entrega del semestre.

Es importante remarcar que este planteamiento es del tipo flexible y puede sufrir modificaciones a lo largo del proyecto. En caso de ser necesario, se podría volver a fases anteriores, por ejemplo de investigación o realizar iteraciones en alguna de las etapas del proyecto.

Para visualizar toda la información de manera completa [haz clic aquí](#).



Aa Tareas	↓ PEC	🕒 Horas	📅 Fecha	☰ FASE	↓ Estado
 <u>Plan de trabajo</u>	PEC 1	30	01/03/2023 → 15/03/2023	FASE 1 PLANIFICA...	Completado
 <u>Investigación, definición e ideación</u>	PEC 2	106	16/03/2023 → 12/04/2023	FASE 2 INVESTIGA... IDEACIÓN	Por Empezar
- <u>Desk Research</u>	PEC 2	10	16/03/2023 → 18/03/2023	INVESTIGA...	Por Empezar
- <u>Análisis informes</u>	PEC 2	20	21/03/2023 → 25/03/2023	INVESTIGA...	Por Empezar
- <u>Benchmarking</u>	PEC 2	7	19/03/2023 → 20/03/2023	INVESTIGA...	Por Empezar
- <u>Entrevistas</u>	PEC 2	20	26/03/2023 → 31/03/2023	INVESTIGA...	Por Empezar
- <u>Insights</u>	PEC 2	2	01/04/2023	DEFINICIÓN	Por Empezar
- <u>User Persona</u>	PEC 2	7	02/04/2023 → 03/04/2023	DEFINICIÓN	Por Empezar
- <u>Mapa de empatía</u>	PEC 2	7	04/04/2023 → 05/04/2023	DEFINICIÓN	Por Empezar
- <u>Escenarios</u>	PEC 2	7	06/04/2023 → 08/04/2023	DEFINICIÓN	Por Empezar
- <u>User Journey</u>	PEC 2	10	09/04/2023 → 10/04/2023	DEFINICIÓN	Por Empezar
- <u>Lean UX Canvas</u>	PEC 2	7	11/04/2023 → 12/04/2023	DEFINICIÓN	Por Empezar

Figura 4. Planificación del trabajo. Elaboración propia



# 02\_Investigación

## 2.1 Desk Research

Para comprender las necesidades de los niños, es importante informarse previamente sobre el tema e investigar para poder tomar decisiones correctas. Para empezar, he obtenido información para este proyecto, a través de libros y artículos de interés en los campos de psicología y educación infantil.

Como dice Frazzeto, en su libro *Cómo Sentimos*, las emociones son la música de la vida. Nos hacen vibrar, reír, llorar, sentir y, sobre todo, nos hacen humanos. Esta frase destaca la importancia de las emociones en nuestra vida y cómo nos afectan a nivel personal. Nos recuerda que las emociones no son algo que debemos temer o evitar, sino algo que debemos entender y abrazar para poder disfrutar plenamente de nuestra vida.

El autor también destaca que no podemos controlar nuestras emociones, pero sí podemos controlar cómo reaccionamos ante ellas y cómo las expresamos. Las emociones son una forma de comunicación, y si las entendemos bien, pueden ayudarnos a comunicarnos mejor con nosotros mismos y con los demás.

Por eso mismo, es importante aceptar todas nuestras emociones y comprender que cada una de ellas tiene un propósito y una función específica en nuestra vida (Frazzetto, 2013).

Según Guerrero, las emociones forman parte de nuestra vivencia en distintos contextos y momentos, tanto con nuestra familia, amigos, entorno social, iguales, escuela, educadores, y otros. Es por eso que la escuela es un ambiente más donde se pueden desarrollar conocimientos y vivir experiencias emocionales. Estas emociones se experimentan y comparten en diferentes grados de intensidad y particularidad.

En el pasado, se daba más importancia al conocimiento que a las emociones en la educación tradicional, sin tener en cuenta que ambos aspectos son esenciales. Pero en la actualidad, es necesario que la educación tenga presente que la educación emocional es igualmente importante (Guerrero, 2018).

## 2.1 Desk Research

Es común que muchos adultos se enfrenten a problemas debido a la falta de habilidades para regular sus emociones, las cuales no se enseñan en la escuela. Como resultado, al llegar a la vida adulta, pueden tener dificultades para adaptarse al entorno, tanto en el ámbito laboral como en sus relaciones personales. Es importante comenzar a capacitar a los profesores para que puedan enseñar a los niños cómo controlar sus pensamientos y emociones. De esta manera, podrán adquirir habilidades importantes para su desarrollo personal y éxito en la vida adulta (Guerrero, 2018).

Educar en el ámbito emocional implica validar las emociones de las personas, mostrar empatía hacia ellos, ayudarles a identificar y expresar sus emociones, establecer límites, enseñarles maneras aceptables de relacionarse con los demás, fomentar el amor propio y la autoaceptación, respetar a los demás y proporcionar estrategias para resolver conflictos (López, 2005).

En el estudio sobre las emociones básicas de Cossini, se ha demostrado que sujetos adultos tienden a fallar en el reconocimiento

de asco, enojo, miedo y sorpresa. Del total de errores en la identificación de la emoción de asco, el 81,25% se confunde con la emoción de enojo y el 40,26% confunde la emoción de enojo con la de asco. Por otro lado, en el caso de la emoción de miedo, del total de errores en su reconocimiento, el 62,93% se confunde con la emoción de sorpresa y el 74,32% confunde la emoción de sorpresa con la de miedo (Cossini, 2017).

Las emociones pueden tener un impacto significativo en nuestra salud mental y bienestar. Por lo tanto, enseñar a los niños a identificar y comprender sus emociones a través de herramientas necesarias para enfrentar situaciones desafiantes y manejar sus emociones, es necesario para el desarrollo emocional de los niños,, permitiendo un mejor manejo de sus emociones y así poder disfrutar de una vida más saludable y feliz.

En la actualidad, el fomento del desarrollo emocional y la mejora de la comunicación y el entendimiento entre los niños y sus padres, cuidadores o maestros es importante de cara a la vida adulta.



## 2.1 Desk Research

La posibilidad de ofrecer una herramienta a través de actividades interactivas y juegos, puede ayudar a los niños a desarrollar habilidades emocionales y de comunicación, como la empatía, la resolución de conflictos y la toma de decisiones informadas, lo que les permitiría comprender mejor sus propias emociones y las de los demás para desarrollar habilidades sociales y emocionales saludables.

### Influencia cultural

En el trabajo de Charles Darwin (científico) se demostró que la expresión de las emociones es universal y, años después, Paul Ekman (psicólogo estadounidense) llegó a la misma conclusión, pero en 1957 inició una investigación para encontrar diferencias interculturales en la expresión facial de las emociones. Sin embargo, sus resultados fueron opuestos a lo que esperaba. Ekman estudió 21 culturas de cinco países alfabetizados (Japón, Brasil, Argentina, Chile y Estados Unidos) y dos culturas no alfabetizadas de Nueva Guinea que nunca habían estado en contacto con el mundo exterior y nunca habían visto expresiones faciales de emociones ajenas a su cultura. Para evaluar la expresión facial de los sujetos, Ekman y su equipo les

preguntaron qué cara pondrían en situaciones que evocaban emociones específicas, como "¿qué cara pondrías si te dijeran que tu hijo ha muerto?" una situación que generalmente provoca tristeza. Después de realizar las evaluaciones correspondientes, descubrieron que los movimientos musculares faciales asociados con cada emoción eran idénticos en todas las personas, independientemente de su cultura. Como resultado, Ekman concluyó que las emociones son universales.

David Matsumoto, uno de los principales expertos en el campo de la cultura, las emociones y las expresiones faciales, revisó la teoría sobre la naturaleza de la expresión emocional después de los estudios de Ekman. Se cuestionó si esta habilidad es adquirida a través del aprendizaje o si es innata. Por lo que llevó a cabo un estudio sobre las expresiones faciales de las emociones en las Olimpiadas y ParaOlimpiadas de 2004, y para su sorpresa en los resultados demostró que tanto las personas con visión como las invidentes utilizan las mismas expresiones faciales y movimientos musculares en respuesta a estímulos específicos.

## 2.1 Desk Research

Más tarde, Matsumoto se planteó si la cultura y el contexto podían llegar a influir en dichas emociones, en la forma de entenderlas y en su expresión. Por ese motivo, Matsumoto realizó otro estudio en el que participaron 5361 estudiantes universitarios de 32 países diferentes y las conclusiones de los resultados que obtuvo fueron que existen diferentes efectos universales en relación a la expresión emocional en presencia de personas cercanas o lejanas. Sin embargo, también muestra que cada cultura tiene sus propias normas de expresión emocional, lo que determina si expresamos ciertas emociones ante alguien o no, dependiendo del contexto en el que nos encontremos (con quién y dónde), así como de los valores y normas culturales. En resumen, estos factores tienen una influencia significativa en cómo manifestamos nuestras emociones.

En conclusión, hay ciertas emociones que se consideran básicas y que presentan un patrón de expresión facial característico que es similar entre animales y seres humanos de diversas culturas. La expresión facial de las emociones tiene una fuerte influencia biológica y genética, una hipótesis que fue originalmente propuesta por Darwin

y que ha sido respaldada por numerosos estudios posteriores. Las emociones están condicionadas por los sistemas de valores, metas y creencias de las distintas culturas. Aunque hay características universales en la forma en que se expresan facialmente las emociones, la influencia de la cultura es notable. Por ejemplo, los rasgos faciales utilizados por los orientales y occidentales para identificar una emoción son diferentes, y la cultura también afecta la regulación emocional. Además, la forma en que mostramos nuestras emociones está influida por el entorno y las personas que nos rodean.

Es evidente que la globalización nos conecta cada vez más con personas de diferentes culturas, superando las barreras geográficas y generando una complejidad de emociones, gestos y expresiones que son muy diferentes entre sí. Es posible que esto influya en nuestras formas de expresión en el futuro, sin embargo, en vez de ser perjudicial, consideramos que podría ser una experiencia enriquecedora (Romero Olucha et al., 2015).



# 2.1 Desk Research

## Clasificación de las Emociones

La rueda de las emociones de Plutchik está compuesta por ocho emociones básicas: la alegría, la confianza, el miedo, la sorpresa, la tristeza, la aversión, la ira y la anticipación. El autor identificó estas dimensiones como emociones que generalmente no se experimentan de manera aislada y que pueden manifestarse con diferentes niveles de intensidad.

Según Plutchik, las emociones primarias presentaban ciertas semejanzas entre sí y podían ser mezcladas en diferentes proporciones para formar emociones más complejas. A continuación, un pequeño análisis de cada una de las emociones principales:

1. **Alegría**, es una emoción positiva que se expresa como una sensación de bienestar y satisfacción con uno mismo y la vida. Puede combinarse con otras emociones básicas para formar nuevas emociones, como el amor y el optimismo al combinarse con la confianza y la anticipación, respectivamente. Sin embargo, al combinarse con emociones como el miedo y la ira, pueden dar lugar a sentimientos como la culpa y el orgullo.

2. **Confianza**, puede manifestarse como aceptación, admiración o aversión. Se combina con el miedo para generar sumisión, y con la sorpresa y la anticipación para producir curiosidad y convicción. La confianza puede ser explotada para crear vulnerabilidad o dependencia emocional.

3. **Miedo**, es una reacción instintiva ante las amenazas del entorno, que va desde la aprensión hasta el terror. Es adaptativo y opuesto a la ira. El susto es una forma elemental de miedo que puede indicar problemas subyacentes como depresión o ansiedad. El miedo y la tristeza pueden crear la desesperación, lo que puede llevar a la depresión. El miedo también puede mezclarse con otras emociones, como la vergüenza y la ansiedad, lo que puede causar sufrimiento.

4. **Sorpresa**, es una reacción ante eventos imprevisibles y cambiantes en el entorno inmediato, que varía desde la distracción hasta el asombro. Puede mezclarse con otras emociones, como la tristeza, dando lugar a la decepción. También puede combinarse con la alegría para formar el deleite, o con la ira para formar la indignación. El deleite surge de una noticia positiva

## 2.1 Desk Research

que promueve la felicidad, mientras que la indignación implica un estado de ofensa ante situaciones adversas repentinas y es común en las relaciones interpersonales.

5. **Tristeza**, es una emoción que surge por la pérdida y se manifiesta como angustia. Se combina comúnmente con la aversión, lo que da lugar al remordimiento por acciones inapropiadas. La tristeza también puede unirse a la sorpresa, dando lugar a la desaprobación ante conductas que no concuerdan con nuestros valores. Finalmente, la tristeza puede coexistir con la ira, produciendo envidia y llevándonos a actuar de manera dañina hacia otros.

6. **Adversión**, es una emoción que implica rechazo y evitación. Puede manifestarse como aburrimiento o asco, y su opuesto es la confianza. La aversión se combina comúnmente con la ira, lo que lleva al desprecio y a menudo está vinculado al miedo y al odio. Otras combinaciones menos frecuentes incluyen la sorpresa y la anticipación, que resultan en experiencias de repugnancia y cinismo. La aversión puede ser responsable de algunos de los mayores problemas sociales, como la xenofobia.

7. **Ira**, es una emoción que surge cuando se percibe una afrenta, siendo la voluntad de un tercero un factor clave para su aparición. Puede manifestarse como un simple enfado o una furia extrema. El miedo es el afecto que se asocia con la ira. La combinación más común de la ira es con la anticipación, lo que puede llevar a la planificación de actos violentos. En cuanto a las combinaciones cuando se une con la confianza, lo que puede llevar a la dominación y a estilos de liderazgo autoritarios que limitan la individualidad.

8. **Anticipación**, implica tener claras expectativas sobre el futuro. Cuando se combina con la tristeza, se produce el pesimismo, lo que oscurece el camino por delante (Mollá, 2019).

Para concluir, podríamos decir que las emociones son estados afectivos que se desencadenan en respuesta a diferentes situaciones y estímulos. Cada emoción tiene características específicas y puede interactuar con otras emociones. Además, las emociones pueden tener diferentes niveles de intensidad y pueden ser experimentadas de manera distinta por cada individuo. Entender las emociones y cómo interactúan es fundamental para el bienestar emocional y la salud mental.

# 2.2 Benchmarking

 Coincidente     No coincidente














































	¿Qué tal estás?	Emocionatest	Termotic	Gomins	SuperEmociones
Herramienta que ofrece seguimiento emocional					
Aprendizaje mediante la gamificación					
Incorpora un sistema de recompensas					
Sección para padres o educadores					
Diseño infantil para divertir y motivar a los niños					
Incorpora estímulos visuales, auditivos y táctiles					
Fomenta el desarrollo y aprendizaje emocional					
Perfil educativo de niños con TEA u otros					
Incluyen opciones de personalización					

Figura 5. Tabla comparativa de Benchmarking. Elaboración propia.



## 2.2 Benchmarking

### ¿Qué tal estás?

#### Pros:

1. La aplicación es altamente interactiva y atractiva para los niños, lo que potencialmente aumenta su grado de implicación en el proceso de aprendizaje.
2. Proporciona una variedad de actividades que permiten a los niños aprender palabras y expresiones básicas.
3. Permite el seguimiento del progreso del niño, lo que puede ayudar a padres y educadores a evaluar su nivel de aprendizaje.
4. La aplicación gamifica la experiencia, lo que puede ser beneficioso para motivar a los niños a seguir aprendiendo.

#### Contras:

1. Contiene poca variedad de actividades y poco complejas.
2. Aunque la aplicación cuenta con algunos juegos, estas actividades son simplemente una serie de ejercicios repetitivos. Con el tiempo, estos pueden resultar aburridos.
3. La aplicación no es gratuita y representar un costo para las personas que la quieren.
4. La aplicación puede favorecer un enfoque demasiado guiado y puede limitar la creatividad del niño.



Figura 6. Captura de pantalla de la aplicación ¿Qué tal estás? para Android.



## 2.2 Benchmarking

### Emocionatest

#### Pros:

1. Ofrece juegos educativos y divertidos para el aprendizaje emocional.
2. Cuenta con apoyo psicopedagógico para padres y educadores.
3. Incluye actividades para desarrollar la empatía y habilidades sociales.
4. Fomenta la comunicación y el diálogo en las relaciones interpersonales.
5. Potencia el autoconocimiento y el control emocional.

#### Contras:

1. Requiere de suscripción para tener acceso completo a contenidos y herramientas.
2. La interfaz puede ser un poco compleja para los niños pequeños.
3. La cantidad de contenidos se limita según el rango de edad.



Figura 7. Captura de pantalla de la aplicación Emocionatest para Android.



## 2.2 Benchmarking

### Termotic

#### Pros:

1. Incluye la posibilidad de incluir textos o audios al diario que permiten relacionar las emociones.
2. Esta aplicación se puede utilizar con cualquier persona que necesite un soporte visual para trabajar las emociones.
3. Es una aplicación que permite definir distintos usuarios, optimizando de esta manera el uso en dispositivos compartidos.
4. Los usuarios pueden indicar el nivel de intensidad de la emoción que sienten y ver la evolución de su estado.

#### Contras:

1. El estilo visual generado para esta app es bastante monótono y puede llegar a aburrir a los niños.
2. La aplicación no tiene una sección para padres o educadores donde puedan aprender más acerca de cómo ayudar a sus hijos con la aplicación.
3. La aplicación permite a los niños ensayar habilidades una y otra vez, lo que puede llevar a que se aburran.



Figura 8. Captura de pantallas de la aplicación TermotIC para Android.



## 2.2 Benchmarking

### Gomins

#### Pros:

1. Facilita la adquisición de conocimientos a través de material interactivo, juegos y actividades.
2. Fomenta la lectura y el interés por el vocabulario y lenguaje en los niños.
3. Ofrece contenido de varios niveles para múltiples rangos de edad.
4. Potencia el aprendizaje emocional y habilidades sociales.

#### Contras:

1. El diseño de interfaz no es muy atractivo.
2. La aplicación no ofrece seguimiento individualizado al proceso de aprendizaje.
3. Los contenidos lúdicos se alejan del concepto inicial del reconocimiento de emociones. Utilizando diferentes juegos para evaluar las emociones de los niños.



Figura 9. Captura de pantalla de la aplicación Gomins para Android.



## 2.2 Benchmarking

### SuperEmociones

#### Pros:

1. Una herramienta muy completa para el desarrollo de habilidades emocionales de niños desde los 2 y 10 años.
2. Incluye contenido educativo y desafiante para los niños.
3. Ofrece apoyo y seguimiento psicopedagógico en caso de necesidad.
4. Potencia el diálogo y las relaciones interpersonales por medio de las actividades.
5. Es una app 100% segura, no incluye publicidad, ni anuncios de compras dentro de la app.

#### Contras:

1. La aplicación no es gratuita y representa un costo para las personas que la adquieren.
2. Falta de apartado para padres, enfocado solo para niños.
3. Actualmente no se encuentra disponible en ninguna plataforma.



Figura 10. Captura de pantalla de la aplicación SuperEmociones para Android.

## 2.2 Conclusiones Benchmarking

La mayor parte de las aplicaciones se centran en la adquisición de conocimientos a través de material interactivo, juegos y actividades, como por ejemplo el reconocimiento de las expresiones faciales.

La gamificación aparece en todos los ejemplos analizados, el sector educativo se ha visto afectado por la transformación digital producida en el sector en el proceso de aprendizaje de los alumnos y por eso hay que apostar por ella para potenciar las capacidades de los niños.

En cuanto al contenido educativo, ofrecen la información necesaria para comprender y analizar las emociones a través de juegos. Por ese motivo, esta aplicación se puede utilizar con cualquier persona que necesite un soporte visual para trabajar las emociones, incluyendo las personas con Espectro de Autismo. En definitiva, gracias a juegos interactivos los niños pueden reforzar la inteligencia intrapersonal e interpersonal. Las aplicaciones incorporan estímulos visuales, auditivos y táctiles que motivan a los niños y de esta manera puedan mejorar en su desarrollo y aprendizaje emocional.



## 2.3 Investigación con usuarios

Antes de realizar las entrevistas, se ha llevado a cabo un screener de captación de usuarios que permitió seleccionar a los participantes más adecuados para la investigación. Una vez seleccionados los usuarios, se ha pasado a realizar un total de cinco entrevistas con el objetivo de obtener información de interés sobre la educación emocional. De estas entrevistas, cuatro fueron utilizadas para recopilar datos cualitativos y la quinta fue realizada por el profesional experto en la materia, para obtener información más detallada acerca de su experiencia y conocimientos.

Todas las entrevistas se han llevado a cabo mediante videoconferencia debido a su flexibilidad horaria y los participantes no tengan la necesidad de trasladarse a un lugar físico para participar en la entrevista. Antes de comenzar, se proporcionó información sobre el tratamiento y uso de los datos, se enfatizó que la participación se utilizaría únicamente con fines educativos y se solicitó a los participantes que firmaran un consentimiento informado.

**Para visualizar los siguientes contenidos (screener, datos demográficos y consentimiento informado) es necesario acceder a los Apéndices en el apartado Anexos/Entrevistas (93-96 pág.)**

**Para ver la lista de preguntas preparadas para las entrevistas y sus respectivos vídeos es necesario acceder a Apéndices en el apartado Anexos/Entrevistas (97-98 pág.)**

### Insights entrevistas a padres y madres

#### Preguntas introductorias

**Pregunta 1:** -*Celina*: «En un principio no quería niños, pero llegó un momento en el que sentí esa necesidad. Estoy feliz y es gratificante tener niños» -*Sara*: «Tengo una niña de 7 años», «Siempre he tenido claro que quería ser madre. Me gustan mucho los niños, me habría gustado tener varios pero una vez fui madre me di cuenta de lo duro que es y no quise tener más» -*Carol*: «Tengo un niño de 8 años, no he tenido problemas graves, todo me ha ido bien» -*Raimon*: «Tengo dos niñas de 6 y 12 años y el niño de mi pareja de 8 años, somos 5 en casa» **Pregunta 2:** -*Celina*: «Normalmente no estoy en casa, pero el tiempo libre que tengo lo utilizo para estar con ellos», «Tengo dos hijos (8 y 12 años), con el mayor me gusta conversar mucho con él, es importante tener muy buena comunicación. Con el pequeño, nos entiende pero cuesta más, porque es un niño autista y no habla apenas» -*Sara*: «Tengo muy buena relación con ella, tiene mucho carácter pero si le argumentas las cosas con ella te entiende y se comporta» -*Carol*: «Tengo una relación muy cercana, quiero que me explique todo y tenga buen rollo conmigo»

## 2.3 Investigación con usuarios

-*Raimon*: «La definiría como sincera, siempre con la verdad por delante, no quiero mentiras y a ellos lo que les interesa es saber la verdad», «Soy muy cariñoso con los niños, entender sus problemas, darles la importancia que se merecen, intentando tener una relación muy cercana a ellos» **Pregunta 3:** -*Celina*: «Si el niño está triste pasa tiempo con ellos, y conversan sobre lo que ha pasado para que esté así», «Con el hijo mayor es fácil conversar para que reflexione sobre lo sucedido» -*Sara*: «Pienso que es importante la comunicación, por lo que hay que hablar siempre y argumentar, pautar y poner normas para gestionar según que cosas» -*Carol*: «Yo por ejemplo, si el tiene algo que le hace sufrir, hablo con él y le pregunto qué le pasa y que me cuente qué le pasa. Intento hacerle ver que hay una solución. De primeras, el reacciona llorando a la mayoría de cosas, aunque es normal que lo haga, intento que antes razone y busque una solución ante el problema» -*Raimon*: «No hay distinciones, ahora mismo por ejemplo con la niña preadolescente, hay muchos altibajos», «Intento tener paciencia y tratar de ser un mediador y hablar, pero siempre ser justo», «Informarles de que sus actos pueden tener consecuencias, porque no saben la magnitud de lo que han hecho mal» **Pregunta 4:** -*Celina*: «Normalmente no estoy en casa, pero el tiempo libre que tengo lo utilizo para estar con ellos, para pasar tiempo en familia»,

«Tengo dos hijos (8 y 12 años), con el mayor me gusta conversar mucho con él, es importante tener muy buena comunicación. Con el pequeño, nos entiende pero cuesta más, porque es un niño autista y no habla apenas» -*Sara*: «Tengo muy buena relación con ella, tiene mucho carácter pero si le argumentas las cosas con ella te entiende y se comporta» -*Carol*: «Tengo una relación muy cercana, quiero que me explique todo y tenga buen rollo conmigo» -*Raimon*: «La definiría como sincera, siempre con la verdad por delante, no quiero mentiras y a ellos lo que les interesa es saber la verdad», «Soy muy cariñoso con los niños, entender sus problemas, darles la importancia que se merecen, intentando tener una relación muy cercana a ellos»

### **Preguntas específicas**

**Pregunta 1:** -*Celina*: «Es importante que comprendan las emociones, que demuestre cómo se sienten» -*Sara*: «Si, pienso que es importante comprender y validar las emociones, pero también pienso que no hay que sobreproteger», «Son niños tienen poder de decisión pero hasta cierto punto, hay que saber decir que no» -*Carol*: «Yo por ejemplo, si el tiene algo que le hace sufrir, hablo con él y le pregunto qué le pasa y que me cuente qué le pasa. Intento hacerle ver que hay una solución. De primeras, el reacciona llorando a la mayoría de cosas, aunque es normal que lo haga, intento que antes razone y busque una solución ante el problema»



## 2.3 Investigación con usuarios

-*Raimon*: «Informarles de que sus actos pueden tener consecuencias, porque no saben la magnitud de lo que han hecho mal», «Puede afectar en el mundo laboral o en el mundo de las relaciones personales que se verán afectados», «Dialogar, paciencia, empatía e intentar que reflexionen de una manera más madura» **Pregunta 2:** -*Celina*: «Mi hijo mayor comprende muy bien las emociones, ya con el simple hecho de mirarnos nos entendemos», «Con el hijo menor, es difícil identificar y comprender sus emociones» -*Sara*: «Le doy mucho valor a las emociones, las reconoce», «Los cuentos han ayudado mucho a poner nombre a cada emoción» -*Carol*: «Reconoce las emociones, pero no sabe bien cómo actuar en para cada emoción» -*Raimon*: «El niño y la niña pequeña reconocen muy bien las emociones pero les cuesta dominarlo, la mayor es la que tiene más dificultades por la edad que se encuentra, reconoce las cosas a posteriori», «Es importante que ellos lleguen a la conclusión, porque otro día lo tendrán que hacer ellos solos, sin ayuda» **Pregunta 3:** -*Celina*: «Para comunicarnos con nuestro hijo menor, utilizamos un cuaderno de pictogramas, contiene fotos de familiares y dibujos de objetos cotidianos» -*Sara*: «Es muy importante saber reconocer las emociones, para que puedan exteriorizar y verbalizar, y así el adulto puede reaccionar y puede ayudar, para evitar futuros berrinches»

-*Carol*: «Es vital que tengan emociones y sentirlas» -*Raimon*: «Influye totalmente, si los niños no tienen unas emociones identificadas, una estabilidad emocional, no tienen una aprendizaje sobre el recorrido de sus emociones, no tienen un acompañamiento, incluso, no lo saben gestionar», «No podrán gestionar las relaciones con otras personas, ni con ellos mismos. Esto puede afectar negativamente en el aprendizaje a largo plazo a todos los niveles» **Pregunta 4:** -*Celina*: «Llorar y no saber qué es lo que le pasa (si es por dolor, o porque a recordado alguna cosa» -*Sara*: «Tuvo una rabieta, en el momento no se puede hablar con ellos, pero después sí y después le preguntó que qué pasaba y le explicó el motivo de la rabieta» «Tener empatía con ella y después hablar las cosas» -*Carol*: «Perder a un juego, es un desafío, ya no quiere seguir jugando porque ha perdido y no sabe gestionarlo y se pone a llorar o se enfada» -*Raimon*: «Todo tipo de desafíos, se han de abordar los problemas con anterioridad, cuando los niños son pequeños», «Aprender de los errores, hablar con ellos y gestionar siempre y que lleguen a sus propias reflexiones» **Pregunta 5:** -*Celina*: «Si, él comprende el lenguaje corporal y reacciona, pero no puede expresarlo» -*Sara*: «Si, hemos trabajado a través de muchos cuentos como por ejemplo el Monstruo de colores, Tengo un volcán, etc.»

## 2.3 Investigación con usuarios

-*Carol*: «En P3, utilizaron el libro del Monstruo de Colores, pero yo personalmente no he utilizado ninguna técnica relacionada con las emociones, pero sí estoy pendiente en la reacción que tiene ante las cosas», «Me planteé hacer como unas colonias/talleres en familia para la gestión de emociones de los niños, pero no lo llevé a cabo finalmente por tema económico» -*Raimon*: «Sí, hemos hablado mucho del lenguaje corporal en relación a las emociones que sienten, también hablar de lo que sienten», «Las hemos trabajado y las seguimos trabajando para poder gestionar tanto emociones positivas como negativas» **Pregunta 6:** -*Celina*: «Las terapias ayudan mucho para enseñar habilidades emocionales», «La mesa de luz puede ser un buen recurso para trabajar con imágenes, juegos para relajarse, etc.» -*Sara*: «Sí, como decía antes, mediante el diálogo o a través de los cuentos», «También es importante tener unas pautas como ir marcando un camino que pueda seguir, orientar» -*Carol*: «No he utilizado ninguna técnica» -*Raimon*: «Mi técnica es dialogar, pero no imponer, como decía antes intentar que ellos lleguen a sus propias conclusiones», «Dialogo familiar, hablar entre todos, apoyarnos» **Pregunta 7:** -*Celina*: «He notado cambios de mejora después de la terapia» -*Sara*: «Sí, por ejemplo tuvimos un problema en la guardería y es que mordía a niños, en cambio en la primaria, ya nos sirvió de aprendizaje para prevenirla de lo que podía pasar si

reaccionaba de esa forma» -*Carol*: «No he notado ningún cambio, porque él era pequeño y era más como una obra» -*Raimon*: «Sí, en los pequeños es más fácil, en la mayor cuesta más», «La evolución no es tan rápida de ver, pero tienen que trabajar ellos por sí mismos, haciendo ejercicios mentales y poco a poco se verán los resultados» **Pregunta 8:** -*Celina*: «Si no se les enseña afectaría, se tiene que enseñar desde pequeño, porque luego hay personas que son mayores y nos saben como reaccionar o expresarse», «Considero que la música les ayuda a expresarse emocionalmente» -*Sara*: «Tiene un impacto muy grande, los hace seguro de sí mismos y también autónomos», «Cuando tu sabes lo que te pasa, y le puedes poner nombre a lo que te ocurre, esto les dará seguridad y tranquilidad para afrontar los retos de futuro» -*Carol*: «Mucha, además de darles seguridad a ellos mismos» -*Raimon*: «Total, un niño que no tenga las emociones maduras, difícilmente podrá ser una persona independiente», «A la mínima que tenga un problema, no será de una manera socialmente aceptada y tendrá más posibilidades de tener problemas en cuanto a las relaciones personales e intrapersonales» **Pregunta 9:** -*Celina*: «No lo veo necesario, pero en la actualidad la tecnología está entre nosotros y creo que puede ayudarlos», «Para mi hijo pequeño, una aplicación lúdica educativa podría ser muy útil para él para expresarse y aprender»



## 2.3 Investigación con usuarios

-**Sara:** «No estoy de acuerdo, porque actualmente se exceden con el uso de la tecnología, pero pueden ayudar por ejemplo a niños autistas a trabajar temas de emociones», «De todas formas intento evitar el uso de herramientas digitales por que los niños se ponen nerviosos, en el sentido que quieren más y más» -**Carol:** «Depende del programa y que es lo que hace en sí, todo en su justa medida no es malo. Lo que no me gustaría es que estuviera todo el día con ello, si fuera algo controlado sí» -**Raimon:** «Sí, yo soy un fan de la tecnología, pero esto no quiere decir que todo se arregle con ella» «La tecnología está infrautilizada en el ámbito educativo, la utilizamos para ver vídeo de Youtube ver memes, pero para cosas importantes como la educación no se aplica», «Yo creo que se podrían hacer cosas interesantes con la IA, pero se tendría que orientar bien», «Porque un niño que dedica horas a jugar a un juego como el Minecraft y no a las matemáticas, quizás habría que replantearse el sistema educativo», «Buscar herramientas más atractivas para fomentar que estudien de los niños» **Pregunta 10:** -**Celina:** «La terapia en San Juan de Dios para enseñar conceptos, ha sido útil en el sentido que ha mejorado nuestra comunicación con nuestro hijo pequeño», «También acudí a un psicólogo y pedagoga, y fue cuando detectaron que mi hijo tenía autismo»

-**Sara:** «No he recibido apoyo o asesoramiento de un profesional, pero me apoyo mucho en los profesores de mi hija, preguntando siempre como va, como la ven para tener un poco de feedback para controlar estos temas», «Es importante conocer el motivo de porque los niños tienen rabietas o saber qué les ocurre en cada momento, que intenten comunicarse con sus hijos y averiguar que sucede» -**Carol:** «No conozco ninguna, pero sí creo que podría ayudar, mirando las valoraciones y si sirve me plantería utilizarla» -**Raimon:** «Sí, hemos acudido a psicólogos y ha sido bastante útil» **Pregunta 11:** -**Celina:** «Yo notaba que a mi hijo menor le pasaba alguna cosa, porque no iba bien al baño y notaba cambios de ánimo en mi hijo. Entonces leí un libro sobre alimentación y fuimos al nutricionista» -**Sara:** «El Monstruo de colores, Tengo un volcán, La rabieta de Julieta, Peix Irisat etc.» -**Carol:** «He leído Dormir sin lágrimas de Rosa Jové, antes del nacimiento de mi hijo y hablaba sobre si era bueno o no dejar llorar a un niño» -**Raimon:** «No he leído ningún libro» **Pregunta 12:** -**Celina:** «No tengo nada más que añadir» -**Sara:** «No tengo nada más que añadir» -**Carol:** «No tengo nada más que añadir» -**Raimon:** «No tengo nada más que añadir, simplemente decir que los niños se han de valer y pensar por sí mismos»



## 2.3 Investigación con usuarios

### Insights entrevistas a un profesional

#### Preguntas específicas

**Pregunta 1:** -Sara: «Afecta y mucho, se nota mucho en el periodo de la adaptación, un niño no puede aprender nada en esta fase porque se encuentra en un entorno nuevo y lo pasan bastante mal», «Primero tiene que estar bien emocionalmente para abrirse a nuevos aprendizajes» -Bea: «Si un niño tiene problemas a nivel emocional, y por lo tanto personal, le afectará negativamente», «Si no sabe reconocer las emociones que siente o bien gestionarlas, o reconocer las emociones en los demás y actuar acorde, generará un problema»

**Pregunta 2:** -Sara: «Evitar futuros problemas, en relación con ellos mismos y con otras personas, se pueden producir temas como acoso escolar, etc.», «Pienso que el tema de las emociones debería ser como una “asignatura” con importancia y darla desde pequeños» -Bea: «Los niños necesitan encontrar un equilibrio, entre sentir las emociones y aprender a manejarlas», «En la enseñanza es muy importante, porque si tu no te sientes bien, te puede afectar académicamente y en determinadas asignaturas», «Hoy en día muchos niños no entienden que les digan que NO y sienten frustración, porque no gestionan bien la emoción» **Pregunta 3:** -Sara: «Intentamos que los niños se abran y expresen, pero también que fluya una comunicación entre padres y profesores»

-Bea: «En primer lugar trabajar desde infantil, las distintas emociones y saber identificarlas», «Utilizar recursos como libros, relacionar emociones con olores, colores y experiencias vividas, juegos, dinámica de grupo y pensamiento» **Pregunta 4:** -Sara: «Intentar que estén lo mejor posible en el aula, que se sienten cómodos y en un lugar seguro» -Bea: «Con los recursos que te comentaba antes, y además es importante en niños con diversidad, trabajar con algún tipo de aplicación que utilicen ejercicios entorno a reconocer una emoción, como expresiones las expresiones de la cara» **Pregunta 5:** -Sara: «Hay niños que les funciona poner nombres a las emociones, pero a otros les funcionan ejercicios físicos como romper un papel (o alguna cosa que no tenga consecuencia) para controlar sus emociones», «Los niños cuentan con sus propias apps gratuitas, como Anton Responde y alguna más, pero no están muy desarrolladas» -Bea: «Se pueden utilizar otros recursos como el Mindfulness, yoga en clase o prácticas que lleven a la calma que puedan utilizar ellos como una rutina», «También sería interesante tener un espacio donde poder calmarse en clase» **Pregunta 6:** -Sara: «Hablar con las familiar y trabajar en casa, e informarse del comportamiento en casa» -Bea: «Han de compartir familia y aula porque ambas son responsables de la educación y enseñanza de los niños, pero siempre tiene que ser una tarea que se ha de trabajar conjuntamente»

## 2.3 Investigación con usuarios

**Pregunta 7:** -Sara: «Los juegos de mesa creo que es un recurso útil, sobre todo los cooperativos» -Bea: «Son recursos útiles en temas de control de la conducta hacen de reforzador positivo de los logros, hace que los niños estén motivados», «Las experiencias de juego, les ayuda a aprender otras cosas porque siempre lo van a ver desde una perspectiva lúdica y tendrán una sensación de bienestar y despertará más interés en ello» **Pregunta 8:** -Sara: «Sí que hay diferencia, si un niño está educado emocionalmente sabe reconocer sus problemas. En cambio los niños que no han trabajado esto, son niños más retraídos, les cuesta relacionarse, no les dicen que NO» -Bea: «La diferencia se encuentra más en niños que trabajan a diario y que hablan con la familia, son niños más abiertos que otros que alomejor utilizan herramientas en el aula y no existe esa comunicación con los padres, es probable que no se note diferencias» **Pregunta 9:** -Sara: «Sí a un niño no le das responsabilidades, no dejamos que los niños sean autónomos, les damos todo ya hecho y por lo tanto los sobreprotegemos», «Hay que vigilar en cómo educamos a los niños, y es importante educarlos emocionalmente tanto a ellos como a los padres» -Bea: «Es importante trabajarlas cuanto antes para prevenir problemas futuros, por ejemplo, si yo se tratar un momento de frustración y sabe gestionarlo de pequeño, cuando llegue a la vida adulta sabrá como solucionar el problema».

**Pregunta 10:** -Sara: «Al llegar a la primaria deberían continuar trabajando la gestión de emociones, debería estar integrada como las matemáticas», «Podrían hacerse juegos de rol, dinámicas, etc.» -Bea: «Hoy en día se trabaja más, sobre todo en infantil, a través de cuentos o por ejemplo a través de recursos como el emocionario (diccionario de emociones en el aula), ver películas para identificar las emociones, hojas de registro emocional y otra herramientas digitales que trabajan en reconocer y gestionar emociones», «Es importante poner ejemplos reales de situaciones para poder comprenderlas mejor las emociones» **Pregunta 11:** -Sara: «Perder en un juego, es uno de los obstáculos más comunes a los que se enfrentan los niños, muchas veces no saben cómo gestionar este sentimiento y se ponen a llorar o se enfadan o actúan de mala manera» -Bea: «La falta de emociones o reconocerlas generará problemas y inestabilidad en ciertos momentos, además de conflictos y problemas de comportamiento contigo mismo y con otras personas» **Pregunta 12:** -Sara: «La falta de emociones es un problema grande, puede de manera negativa en la vida adulta, tanto en relaciones personales como intrapersonales» -Bea: «Muchas veces los niños no están bien emocionalmente por motivos externos, por lo tanto en el aula, no podrá prestar la misma atención que otro niño que esté bien y esto ocasionará problemas de aprendizaje»



## 2.4 Resumen de aprendizajes

Celina en un principio no quería hijos, pero siente que es gratificante tener niños. Tiene dos hijos, el mayor de 12 años, con quien le gusta conversar mucho, mientras que con el pequeño, un niño con Espectro de Autismo, es más difícil la comunicación porque no suele hablar. Si los niños están tristes, pasa tiempo con ellos y conversan sobre lo que ha pasado para saber por qué se comportan de esa forma.

Sara siempre ha querido ser madre y tiene una hija de 7 años. Le gusta mucho estar con ella y tienen una buena relación. Le da importancia a la comunicación y piensa que es importante hablar siempre y argumentar, pautar, poner normas para gestionar las situaciones de conflicto.

Carol tiene un hijo de 8 años y tienen una relación cercana. Quiere que le explique todo y según ella «tenga buen rollo con ella». Si su hijo tiene algo que le hace sufrir, habla con él y le pregunta qué le pasa e intenta hacerle ver que hay una solución.

Raimon tiene dos niñas de 6 y 12 años y el hijo de su pareja de 8 años. Describe su relación con ellos como sincera, siempre con la verdad por delante, y trata de ser justo en sus acciones y mediador en los conflictos. Le da importancia a informarles de que sus actos pueden tener consecuencias y a dialogar, tener paciencia y empatía para que reflexionen de una manera más madura.

En cuanto a la capacidad de sus hijos para identificar y comprender sus emociones, Celina dice que el hijo mayor comprende muy bien las emociones, mientras que el pequeño, al ser autista, le cuesta más. Sara le da mucho valor a las emociones y su hija las reconoce bien, y defiende que los cuentos le han ayudado a su hija a poner nombre a cada emoción. Carol dice que su hijo reconoce las emociones, pero no sabe bien cómo actuar para cada una de ellas. Por otro lado, Raimon dice que los niños reconocen muy bien las emociones, pero les cuesta dominarlas, la mayor tiene más dificultades porque se encuentra en una edad difícil. Todos coinciden en la importancia de comprender y validar las emociones de sus hijos y de ayudarles a gestionarlas adecuadamente.



## 2.4 Resumen de aprendizajes

En conclusión, la experiencia de ser padre o madre es diferente para cada persona, y que hay distintos enfoques en cuanto a la relación con los hijos y la forma de manejar sus emociones. Sin embargo, hay puntos en común entre los cuatro padres mencionados, como la importancia de una buena comunicación con los hijos, la necesidad de establecer normas y límites para gestionar situaciones difíciles, y la necesidad de comprender y validar las emociones de los niños.

También se puede observar que los padres tienen distintos enfoques en cuanto a la forma en que ayudan a sus hijos a entender y manejar sus emociones, pero todos están de acuerdo en que es un aspecto crucial de la paternidad/maternidad. En definitiva, la crianza de los hijos es un proceso complejo y continuo que requiere atención y cuidado constantes. Los padres deben estar dispuestos a adaptarse a las necesidades de sus hijos y ser pacientes mientras ellos desarrollan su propia identidad y madurez emocional.

En cuanto a las entrevistas con un profesional, Sara y Bea, coinciden en que el desarrollo emocional de un niño influye significativamente en su capacidad de aprendizaje.

Sara afirma que un niño no puede aprender nada en la fase de adaptación si no se encuentra bien emocionalmente, y que primero tiene que tener un equilibrio para abrirse a nuevos aprendizajes. Bea, por su parte, destaca que si un niño tiene problemas emocionales, le afectará negativamente y generará problemas en su capacidad de aprendizaje.

Además, ambas expertas coinciden en que es importante enseñar a los niños a identificar y expresar sus emociones para evitar futuros problemas y encontrar un equilibrio emocional que les permita aprender de manera efectiva.

Para fomentar el desarrollo de habilidades emocionales, Sara propone que los educadores muestren a los niños que están para ayudarlos y crear un entorno seguro y cómodo. Por otro lado, Bea sugiere trabajar en la identificación de las emociones desde la infancia y utilizar recursos como libros, juegos y dinámicas de grupo para fomentar el aprendizaje emocional.

## 2.4 Resumen de aprendizajes

En cuanto a cómo enseñar a los niños a regular sus emociones y manejar el estrés, ambas expertas proponen diversas estrategias, como poner nombres a las emociones, utilizar ejercicios de Mindfulness, practicar yoga en clase o disponer de un espacio para la calma en clase. Para los niños con necesidades especiales, Sara destaca la importancia de contar con un especialista que les ayude, mientras que Bea sugiere la utilización de aplicaciones especializadas en reconocer emociones.

Por último, tanto Sara como Bea destacan la importancia de la colaboración entre los padres y los educadores para fomentar el desarrollo de habilidades emocionales en los niños. Ambas coinciden en que los padres deben crear un entorno de diálogo y expresión emocional en casa y trabajar conjuntamente con los educadores para reforzar estas habilidades tanto en el hogar como en el aula.

En conclusión, el desarrollo emocional de los niños es fundamental para su capacidad de aprendizaje y su bienestar emocional en general, y es importante trabajar en su identificación y expresión emocional desde la infancia para prevenir futuros problemas y fomentar el aprendizaje emocional.

# 03\_Definición



## 3.1 Personas y Mapas de Empatía

Después de completar la fase de investigación, se han creado cuatro perfiles de usuario para facilitar la creación del diseño de experiencias de usuario y así poder obtener resultados satisfactorios. Además, se ha realizado un mapa de empatía para cada perfil, que ayuda a tener una mayor conciencia y entendimiento de las necesidades, deseos y motivaciones de los usuarios. También, se han diseñado cuatro escenarios que ilustran situaciones reales en las que se utilizará la aplicación, basados en los perfiles de usuario previamente definidos.





MARTA  
JIMÉNEZ

CREATIVA

EDAD  
40

OCUPACIÓN  
Marketing  
Digital

UBICACIÓN  
Barcelona

SALARIO  
€ 27.000

## BIO

Marta creció en un pueblo pequeño en Andalucía y aprendió la importancia de la familia y la comunidad. Se mudó a una ciudad en el norte de España para estudiar Marketing en la universidad y descubrió su pasión por esta área. Después de graduarse, trabajó en una empresa de Marketing en la misma ciudad y destacó por su arduo trabajo y dedicación. Actualmente, reside en Barcelona y sigue dedicada a su profesión, ha logrado alcanzar sus objetivos profesionales, manteniendo un equilibrio entre su carrera profesional y su rol como madre comprometida.

"Quiero que mi hijo pueda  
enfrentar el mundo con  
confianza y estabilidad  
emocional"

## PERSONALIDAD

COMPROMETIDA

AFFECTUOSA

OPTIMISTA

RESILIENTE

## APLICACIONES QUE UTILIZA



## OBJETIVOS Y NECESIDADES

- **Apoyo emocional:** para manejar el estrés y ansiedad de situaciones.
- **Éducación emocional:** encontrar herramientas efectivas y útiles para ayudar a su hijo a ser mas consciente de sus emociones.
- **Tiempo y energía:** para dedicar a la enseñanza y el manejo emocional.
- **Comunicación:** escuchar, entender y dialogar con su hijo.

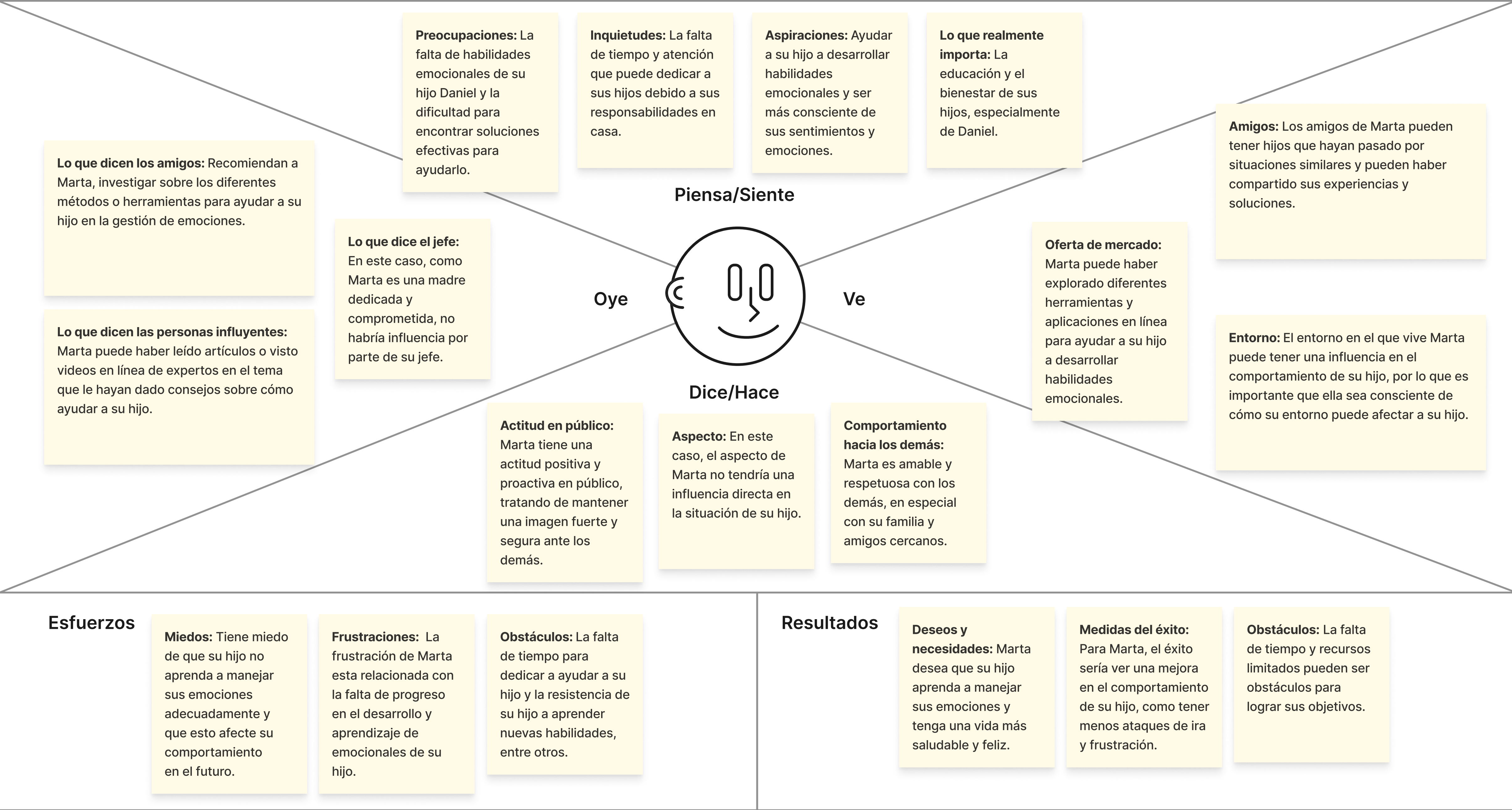
## FRUSTRACIONES

- Falta de progreso en el desarrollo emocional de su hijo.
- No ver mejoras significativas en el comportamiento de su hijo después
- Tener que monitorear y rastrear el progreso de su hijo en la aplicación, lo que puede ser una tarea adicional para ella.
- Dedicar todo el tiempo y atención que le gustaría a la educación y el bienestar de sus hijos.

## INTERESES

Le encanta la música, el arte y la literatura. Le gusta pasar tiempo en internet y redes sociales, donde busca información y recursos relacionados con la educación y el bienestar de sus hijos. Además, disfruta de la vida al aire libre, como caminar por el campo o ir a la playa.









## ALBERT SOLER

PACIENTE

EDAD  
35

OCUPACIÓN  
Profesor de  
Primaria

UBICACIÓN  
Barcelona

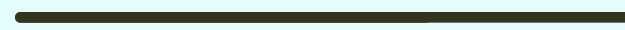
SALARIO  
€ 25.000

### BIO

Durante sus últimos 8 años como profesor de primaria, Albert ha trabajado con una amplia gama de estudiantes que presentan diferentes habilidades emocionales. Ha observado que algunos de ellos tienen dificultades para regular sus emociones en el aula, lo que puede limitar su capacidad para aprender y prosperar en la escuela. Por esta razón, Albert se encuentra en búsqueda de herramientas en línea que puedan asistir a sus estudiantes a desarrollar habilidades emocionales necesarias para tener éxito en su aprendizaje.

### PERSONALIDAD

EXTROVERTIDO



AMABLE



ALEGRE



EMPÁTICO



**“Desarrollar habilidades emocionales en los estudiantes es clave para su éxito académico y personal en la vida”**

### APLICACIONES QUE UTILIZA



### OBJETIVOS Y NECESIDADES

- Asegurarse de que todos sus estudiantes tengan las mismas oportunidades de aprendizaje.
- Proporcionar herramientas y consejos a los padres para ayudar a sus hijos a que desarrollen habilidades emocionales en casa.
- Ayudar a los estudiantes a controlar sus emociones en el aula.
- Mejorar las habilidades emocionales de sus estudiantes.

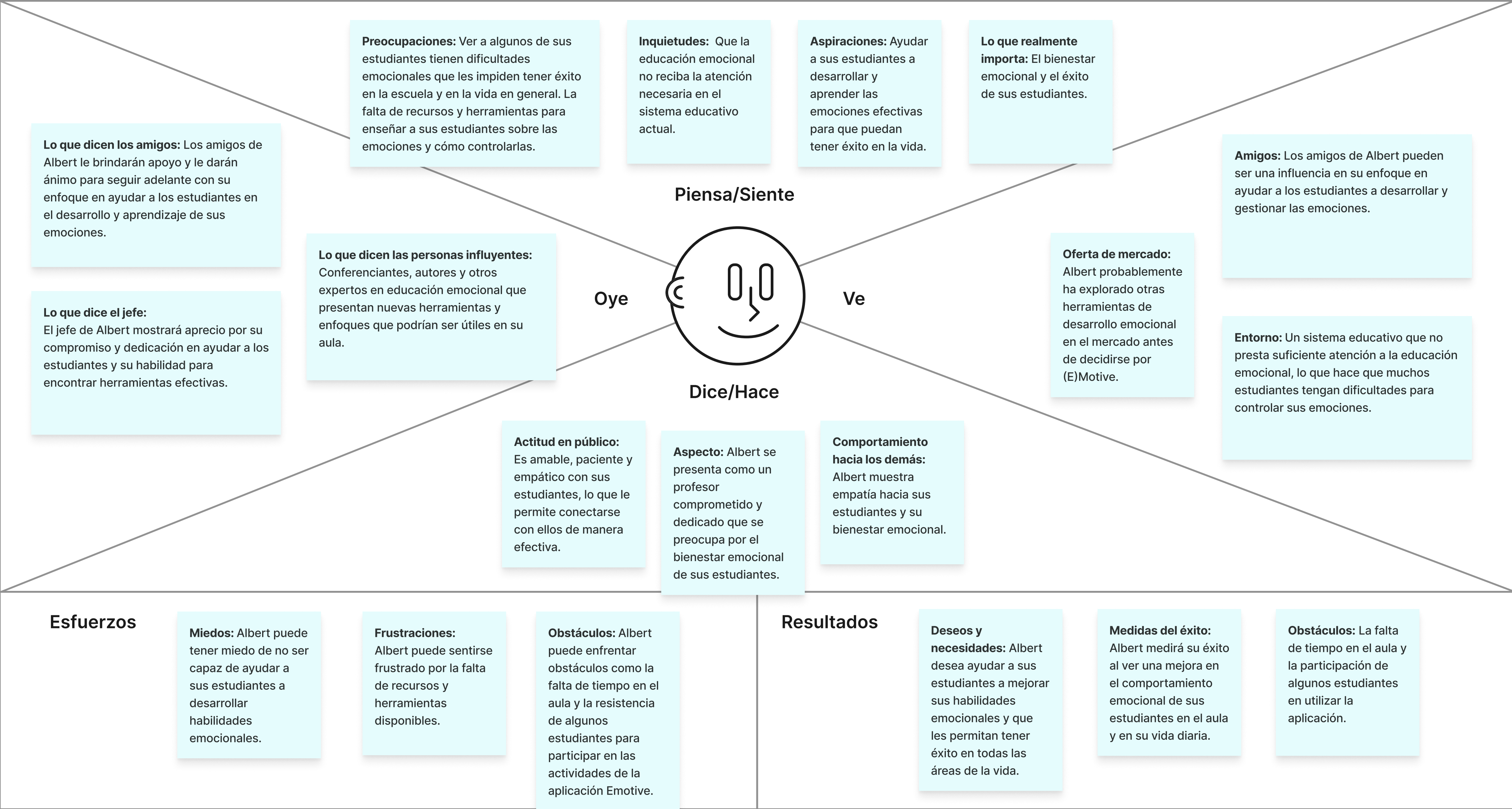
### FRUSTRACIONES

- La educación emocional no recibe la atención necesaria en el sistema educativo actual.
- Falta de recursos para ayudar a los estudiantes a desarrollar estas habilidades.
- Preocupación por el impacto que las emociones de los estudiantes puedan tener en su vida diaria y su éxito futuro.

### INTERESES

Le interesa todo lo relacionado con la educación y el desarrollo emocional de los estudiantes. Le gusta leer libros y artículos sobre el tema, asistir a conferencias y talleres, y buscar nuevas herramientas y recursos que puedan ayudar a sus estudiantes a tener éxito.









**LAURA  
TORRES**

SOCIABLE

EDAD

OCUPACIÓN

Estudiante de  
Primaria

UBICACIÓN

Barcelona

SALARIO

Sin salario

## BIO

Laura es una niña creativa y cariñosa que tiene dificultades para controlar sus emociones en situaciones difíciles. Vive con su madre y su hermano mayor y le encanta el arte. Su madre es amorosa y práctica, y su hermano es curioso y protector. Laura siempre quiere tener el contro sobre todo y cuando no puede pierde el control sobre sus emociones y es algo que está poniendo en conflicto la convivencia en casa. Le encanta pasar tiempo al aire libre y explorar la naturaleza. Por lo general se siente cómoda con su familia y amigos y siempre está dispuesta a escuchar y aprender cosas nuevas.

**"Me encanta pintar  
porque puedo expresar  
mis emociones de una  
manera que las palabras  
no pueden."**

## PERSONALIDAD

IMPULSIVA



ALEGRE



CREATIVA



SENSIBLE



## APLICACIONES QUE UTILIZA



## OBJETIVOS Y NECESIDADES

- Ayudar a Laura a controlar mejor sus emociones en situaciones difíciles.
- Mejorar la concentración y la capacidad de completar tareas de Laura.
- Proporcionar herramientas prácticas y efectivas para manejar las emociones de Laura.
- Fomentar la autoexpresión y la comunicación efectiva de Laura.

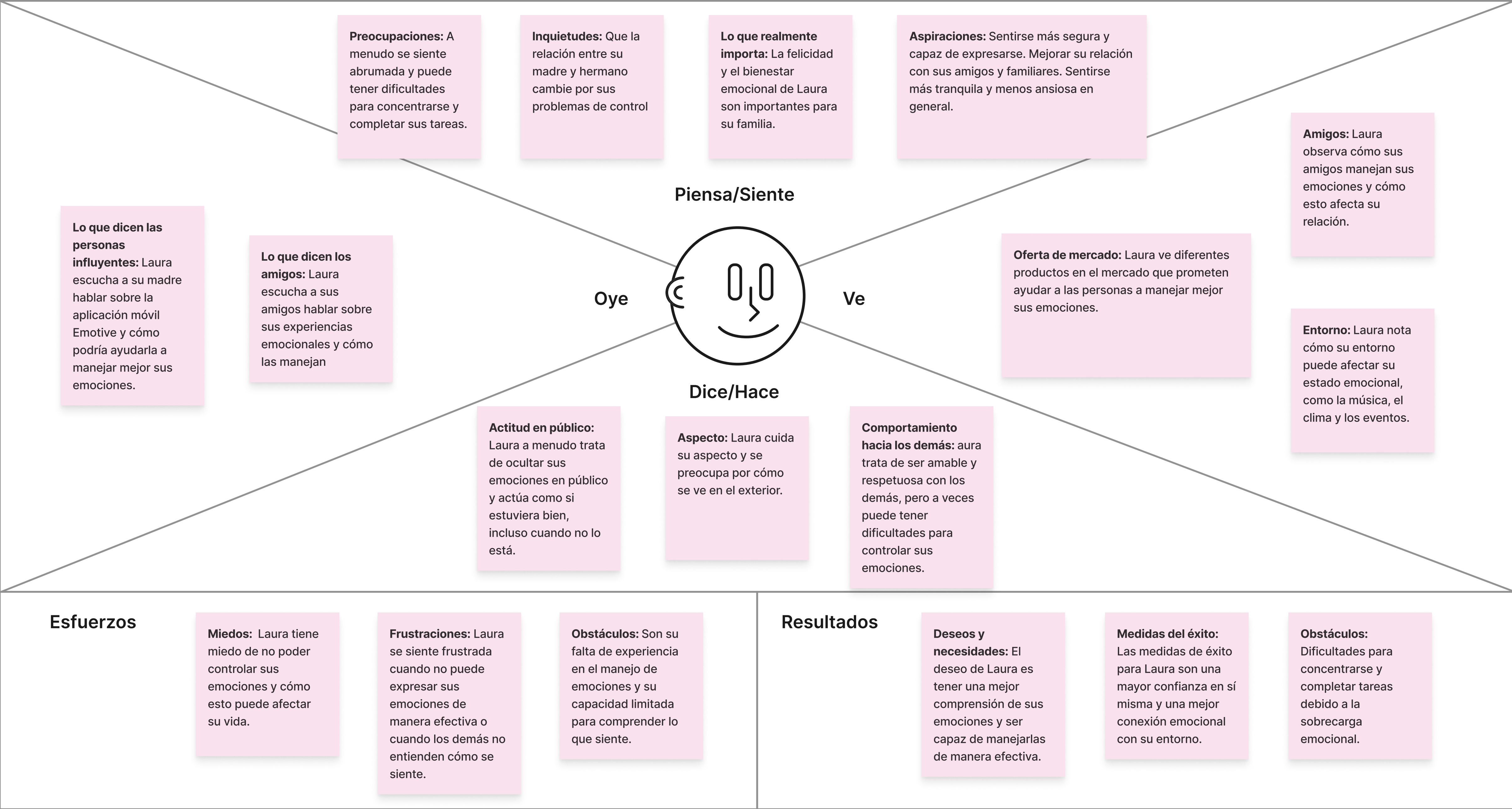
## FRUSTRACIONES

- Se siente abrumada por sus emociones y tener dificultades para controlarlas en situaciones difíciles.
- Puede tener problemas para concentrarse y completar tareas debido a sus emociones intensas.
- Puede confundir sus emociones y tener dificultades para identificar lo que realmente siente.

## INTERESES

Disfruta dibujando y pintando, y también le gusta la música y la danza. Aunque a veces puede ser difícil para ella concentrarse y completar sus tareas, Laura se siente muy feliz cuando está creando algo nuevo y expresando su creatividad.









MIGUEL  
GONZÁLEZ

INTROVERTIDO

EDAD  
8

OCUPACIÓN  
Estudiante de  
Primaria

UBICACIÓN  
Barcelona

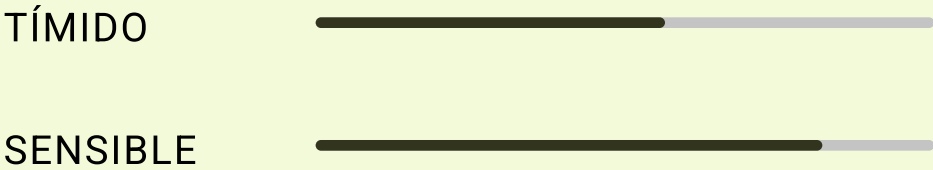
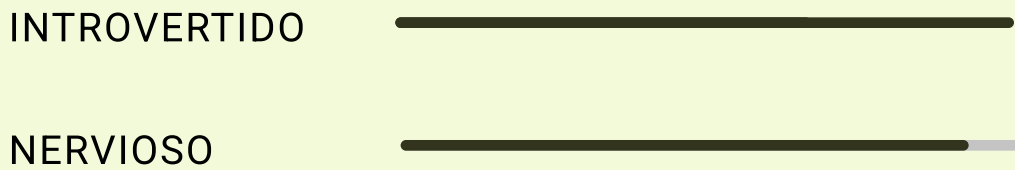
SALARIO  
Sin salario

BIO

Miguel nació en una familia amorosa hace 10 años y fue un bebé tranquilo, pero sus padres notaron que no se desarrollaba al mismo ritmo que otros niños de su edad. Después de pruebas médicas, fue diagnosticado con Espectro de Autismo a los 4 años. Desde entonces, ha enfrentado desafíos para comprender y controlar sus emociones, y le resulta difícil entender las señales sociales, por eso le esta constando hacer amigos en la escuela. También le encanta jugar videojuegos y explorar la tecnología. Sus padres están comprometidos a ayudarlo en su crecimiento personal y lo apoyan.

“Superar mis desafíos emocionales es difícil, pero con el apoyo adecuado, puedo hacerlo”

PERSONALIDAD



APLICACIONES QUE UTILIZA



OBJETIVOS Y NECESIDADES

- Mejorar sus habilidades cognitivas a través de juegos de lógica y resolución de problemas.
- Soporte emocional y ayuda para manejar su trastorno del espectro autista.
- Entornos seguros y tranquilos para evitar situaciones que puedan abrumarlo.
- Recursos educativos para aprender más sobre las emociones.

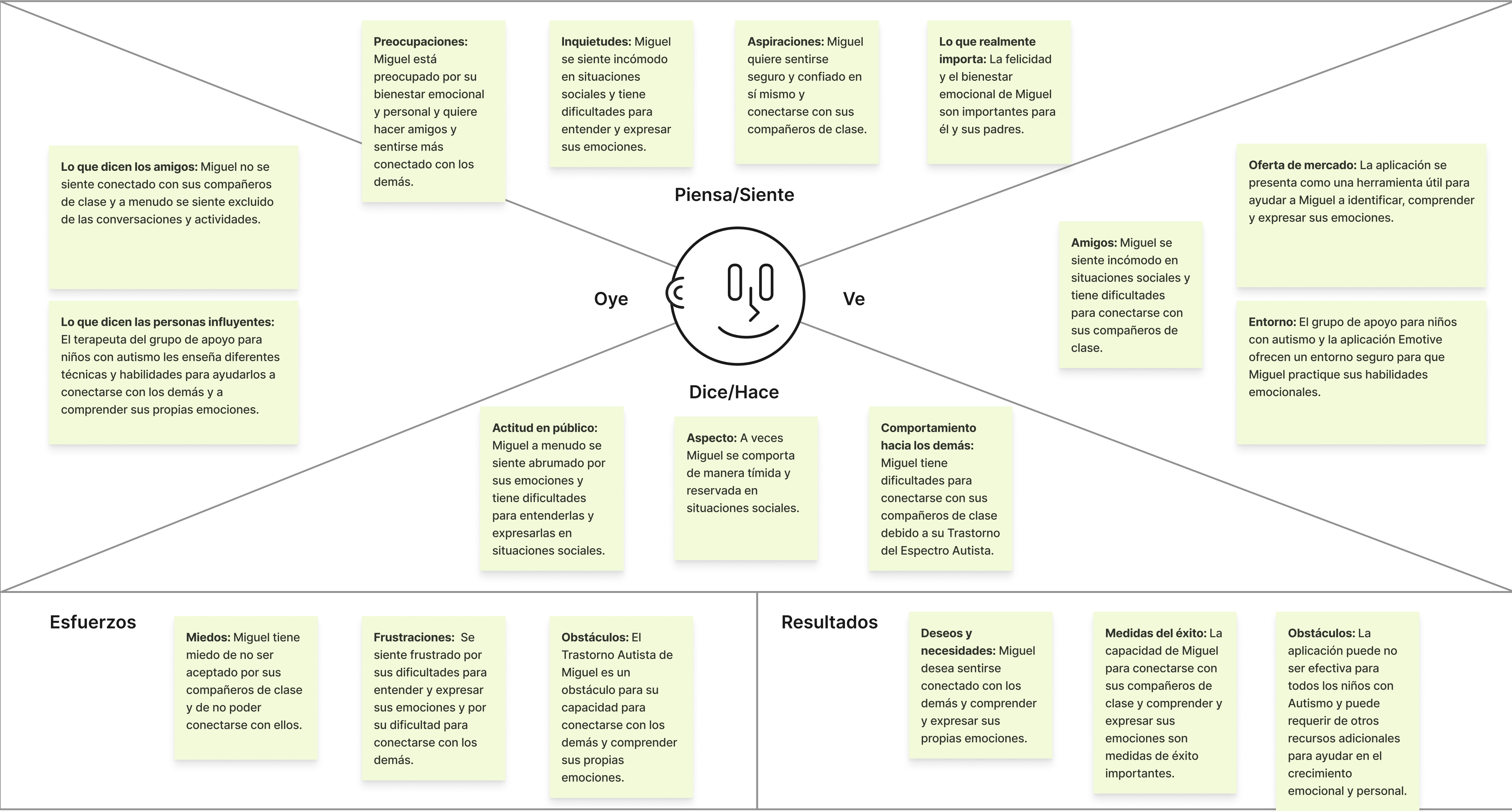
FRUSTRACIONES

- Sentirse incomprendido o no valorado por los demás debido a su trastorno del espectro autista.
- Problemas para comunicar sus pensamientos y emociones de manera efectiva.
- Dificultades para socializar y establecer relaciones significativas con los demás.
- Dificultades para adaptarse a nuevos entornos que puedan abrumarlo.

INTERESES

Miguel tiene intereses en videojuegos y tecnología, en especial aquellos que requieren de habilidades cognitivas. Debido a su trastorno del Espectro Autista, siente interés por las ciencias y la biología para entender mejor cómo funcionan su mente y cuerpo.





## 3.2 Escenarios y User Journey

### Escenario 1

Marta es una madre que está preocupada por la falta de habilidades emocionales de su hijo de 8 años, quien tiende a tener ataques de ira y frustración con frecuencia. Por ese motivo, busca en línea herramientas para ayudar a su hijo Daniel a desarrollar habilidades emocionales y encuentra la aplicación Emotive. Marta lee las reseñas y la descripción de la aplicación, y decide descargarla. Decide compartir la tablet con su hijo y le muestra cómo iniciar sesión en la aplicación. Daniel se siente emocionado al ver los colores brillantes y los personajes amigables en la pantalla.

Daniel empieza a explorar la aplicación, navegando por las diferentes secciones y actividades. Encuentra un juego que le pide que identifique diferentes emociones creando caras en personajes de dibujos animados. Daniel se divierte mucho jugando y aprendiendo al mismo tiempo.

Después de jugar un rato, el niño encuentra una sección de la aplicación donde puede escribir sobre cómo se siente en diferentes situaciones. El niño escribe sobre cómo se sintió enfadado cuando su hermana menor tomó sus juguetes sin permiso, y cómo pudo controlar su enfado utilizando una técnica que aprendió en la aplicación.

La aplicación Emotive también tiene una sección para padres, donde Marta puede monitorear el progreso de su hijo y ver las habilidades emocionales que ha aprendido. También encuentra consejos útiles sobre cómo ayudar a su hijo a desarrollar sus habilidades emocionales.

Después de usar la aplicación durante unas semanas, Marta nota que su hijo tiene menos ataques de ira y frustración, y parece ser más consciente de sus emociones. Marta se siente agradecida por haber encontrado una herramienta tan útil y efectiva para ayudar a su hijo a desarrollar sus habilidades emocionales.



## 3.2 Escenarios y User Journey

### Escenario 2

Albert, un profesor de primaria, está preocupado por la falta de habilidades emocionales de algunos de sus estudiantes, quienes tienden a tener dificultades para controlar sus emociones en el aula. Albert busca en línea herramientas para ayudar a sus estudiantes a desarrollar habilidades emocionales y encuentra la aplicación Emotive.

Albert lee las reseñas y la descripción de la aplicación, y decide descargarla. Decide introducir la aplicación en su aula, explicando a sus estudiantes que se trata de una herramienta educativa para ayudarlos a comprender y controlar sus emociones. Los estudiantes se sienten curiosos y emocionados por la idea de aprender sobre sus emociones.

Albert usa la aplicación durante sus clases de apoyo y refuerzo, donde utiliza los juegos y actividades interactivas para enseñar a los estudiantes sobre las diferentes emociones y cómo identificarlas y

gestionirlas. Los estudiantes se divierten y aprenden al mismo tiempo. Albert también utiliza la aplicación en sesiones de tutoría individual con los estudiantes que tienen dificultades emocionales específicas. Utiliza las herramientas de la aplicación para ayudar a los estudiantes a comprender y controlar sus emociones en situaciones específicas, como por ejemplo, cómo controlar la ira o la ansiedad en situaciones sociales.

La aplicación Emotive también tiene una sección para padres, donde Albert puede recomendar a los padres herramientas y consejos sobre cómo ayudar a sus hijos a desarrollar habilidades emocionales en casa. Después de usar la aplicación durante unas semanas, Albert nota una mejora en el comportamiento emocional de sus estudiantes en el aula. Los estudiantes parecen ser más conscientes de sus emociones y tienen más herramientas para controlarlas. Por lo que, Albert se siente agradecido por haber encontrado una herramienta efectiva para ayudar a sus estudiantes a desarrollar habilidades emocionales.

## 3.2 Escenarios y User Journey

### Escenario 3

Laura vive con su madre y su hermano mayor. A menudo se siente abrumada por sus emociones, especialmente cuando algo no sale como ella esperaba. Su madre ha oído hablar de la aplicación móvil Emotive y cree que podría ser útil para Laura, por lo que la descarga en la tablet de su hija.

Al principio, Laura no está segura de cómo utilizar la aplicación, pero su madre le ayuda a explorarla. Descubren que hay diferentes secciones en la aplicación, como un diario emocional y juegos interactivos que ayudan a los usuarios a identificar y gestionar diferentes emociones. Laura empieza a utilizar la aplicación todos los días y comienza a registrar sus emociones en el diario emocional. Se siente sorprendida al darse cuenta de que a veces confunde emociones como la tristeza o el aburrimiento con el enojo, lo que puede ser la razón por la que se siente tan abrumada.

La sección de juego interactivo de la aplicación es la favorita de Laura. A medida que juega, aprende a identificar diferentes emociones en las caras de las personas y a entender mejor lo que esas emociones significan. Empieza a sentirse más segura al hablar sobre sus propias emociones y puede expresarse mejor cuando se siente frustrada o triste.

Después de unas semanas utilizando la aplicación, Laura y su madre notan una gran diferencia en cómo maneja sus emociones. Se siente más segura y capaz de expresarse, lo que ha mejorado su relación con sus amigos y familiares. Además, su madre ha notado que Laura se siente más tranquila y menos ansiosa en general. Laura está muy agradecida por haber descubierto la aplicación Emotive y está emocionada de seguir utilizándola para seguir aprendiendo y creciendo emocionalmente.



## 3.2 Escenarios y User Journey

### Escenario 4

Miguel ha estado teniendo problemas para hacer amigos en la escuela. A menudo se siente incómodo en situaciones sociales y le resulta difícil conectarse con sus compañeros de clase. Sus padres están preocupados por su bienestar emocional y personal, y deciden buscar ayuda externa. Después de investigar algunas opciones, deciden llevar a Miguel a un grupo de apoyo para niños con autismo en su comunidad. El grupo está dirigido por un terapeuta especializado en autismo y se enfoca en ayudar a los niños a desarrollar habilidades sociales y emocionales.

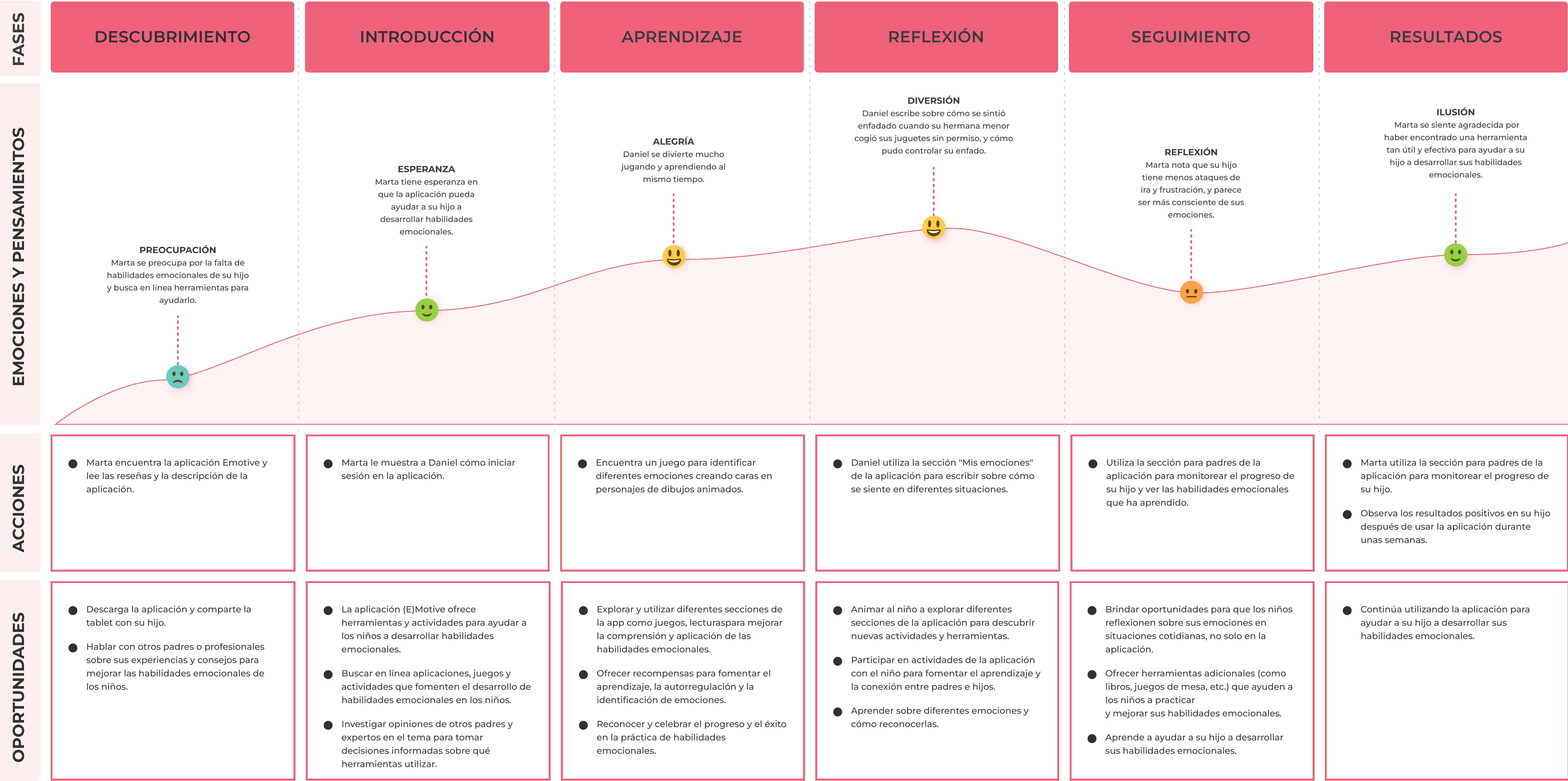
Miguel se siente un poco nervioso al principio, pero rápidamente se da cuenta de que hay otros niños en el grupo que se sienten igual que él. El terapeuta les enseña diferentes técnicas y habilidades para ayudarlos a conectarse con los demás y a comprender sus propias emociones. En una sesión del grupo, el terapeuta introduce una nueva actividad que involucra el uso de una aplicación llamada Emotive. La aplicación está diseñada para ayudar a los niños a identificar, comprender y expresar sus emociones de manera efectiva.

Los padres descargan la aplicación en su tableta y se la dan a Miguel que comienza a explorar la aplicación; tiene una variedad de actividades interactivas que le permiten practicar la identificación de emociones en diferentes situaciones. También hay secciones para que los niños registren sus propias emociones y compartan sus experiencias con otros en el grupo. Miguel se siente emocionado al utilizar la aplicación y se da cuenta de que puede ser una herramienta útil para ayudarlo a conectarse con los demás y comprender mejor sus propias emociones. También se siente agradecido por el grupo de apoyo, donde puede conocer a otros niños que se sienten como él.

Con el tiempo, Miguel comienza a sentirse más seguro en situaciones sociales y a conectarse con sus compañeros de clase. Sus padres notan una gran diferencia en su bienestar emocional y personal, y se sienten agradecidos por haber encontrado el grupo de apoyo y la aplicación Emotive por ayudarlo en su crecimiento emocional y social.

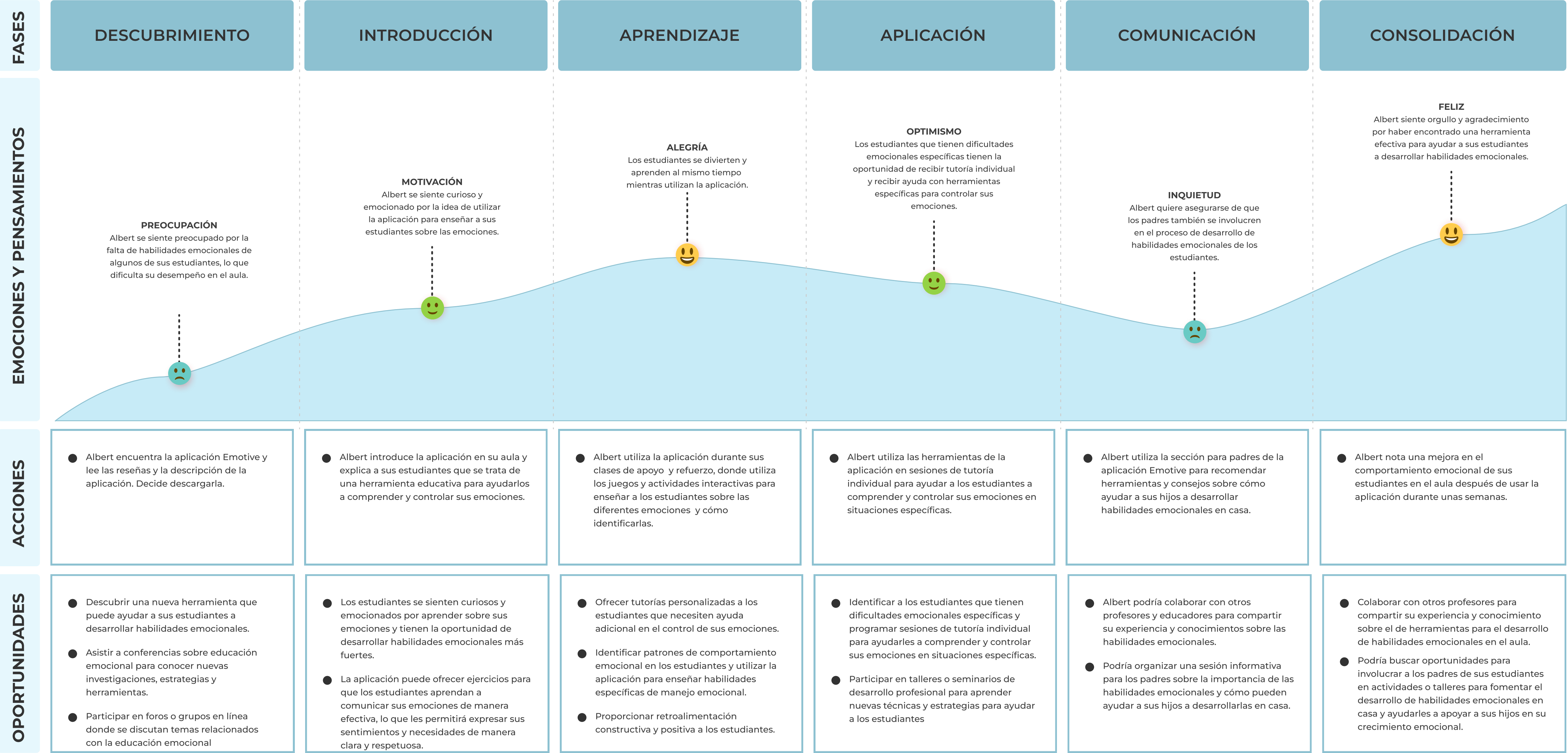
# User Journey

Marta

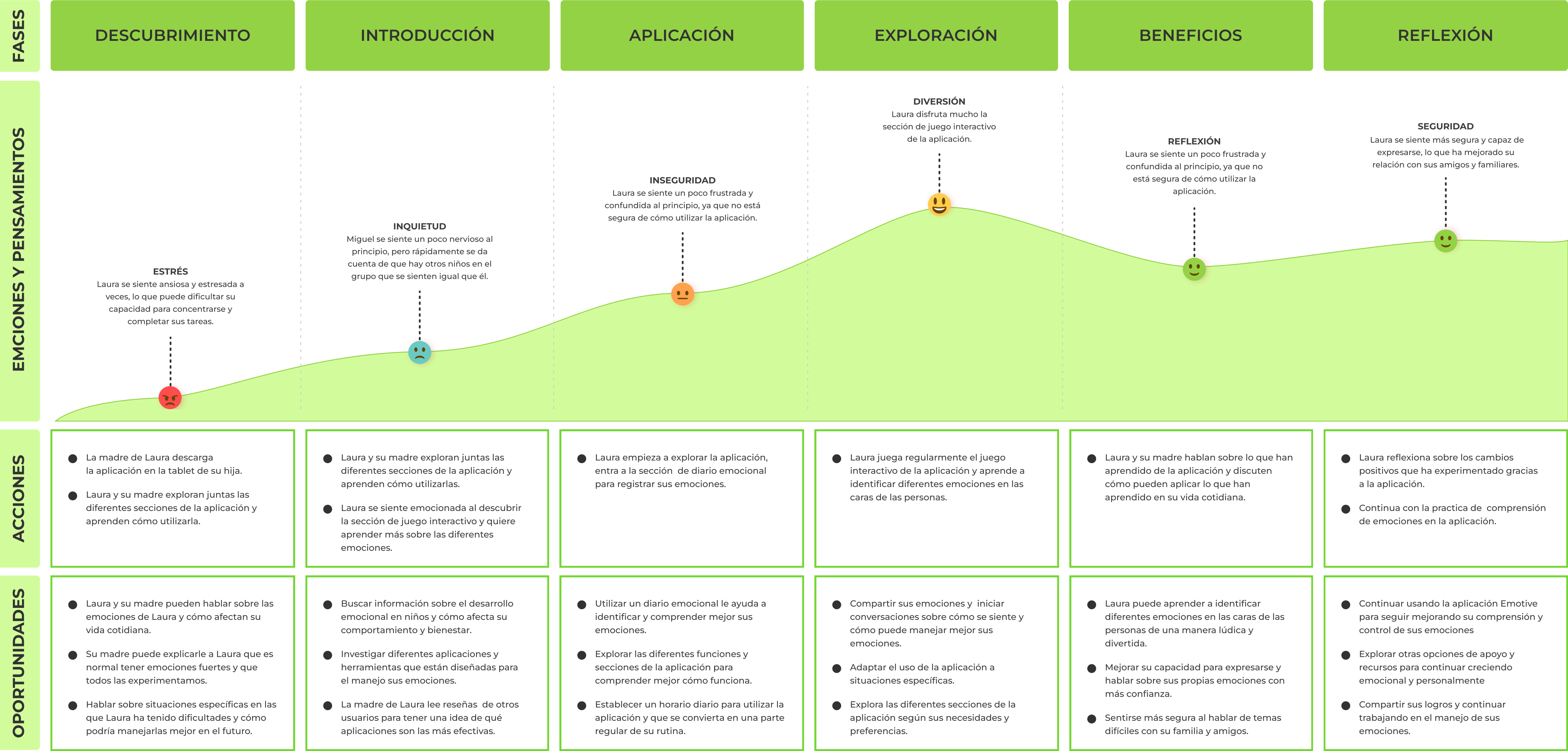




# User Journey Albert

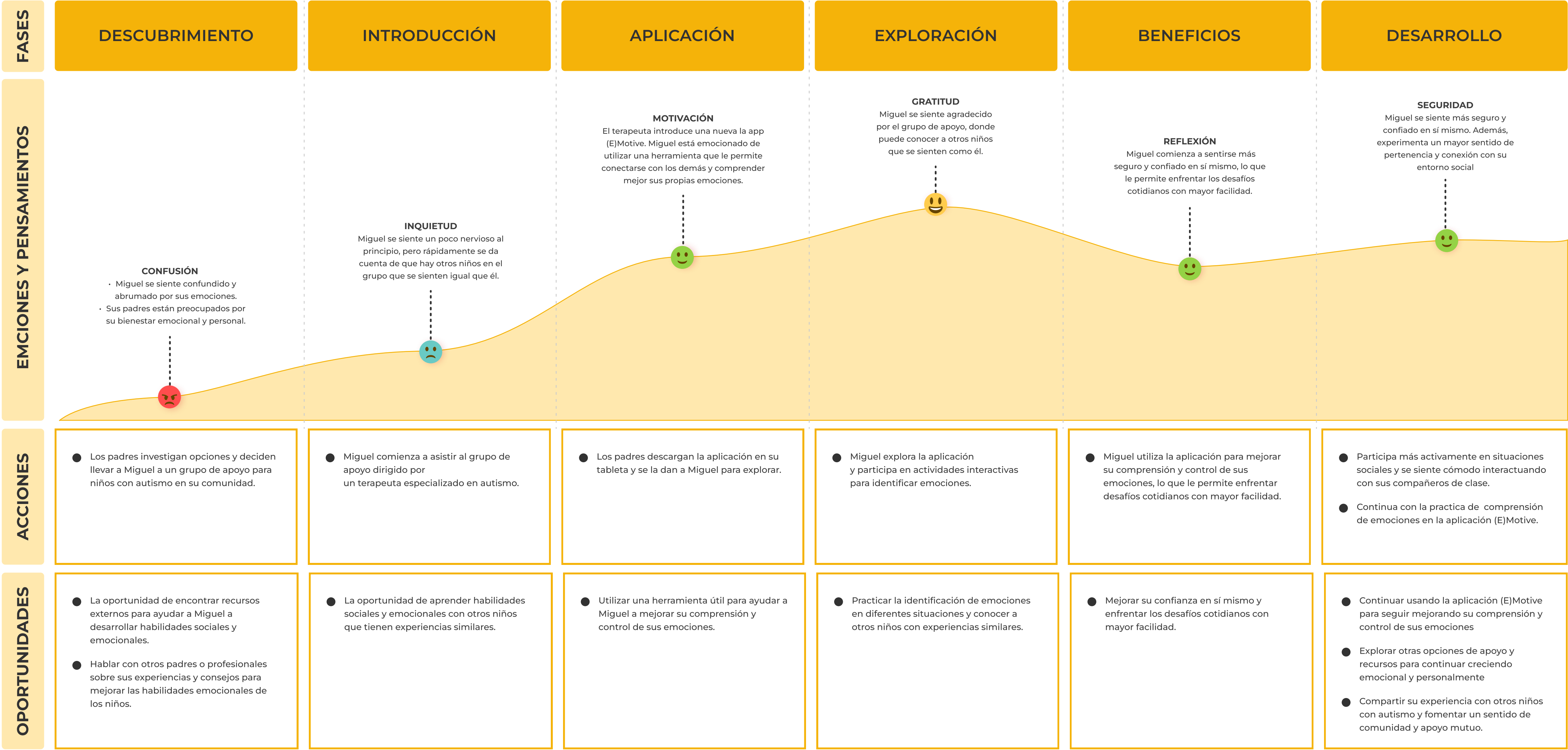


# User Journey Laura





# User Journey Miguel



## 3.3 Definición del problema y solución

Utilizando la información obtenida a partir de la investigación y el análisis de los usuarios, se han utilizado los métodos de **Lean Ux Canvas y el Problem Statement** para definir tanto el problema como su solución.

### Problem Statement

La inteligencia emocional se ha identificado como una habilidad importante para el éxito en la vida, el bienestar emocional y mental. Desde la infancia los niños comienzan a desarrollar habilidades emocionales, pero sin una guía adecuada, pueden tener dificultades para identificar y gestionar sus emociones, lo que puede afectar su salud emocional y mental en el futuro. Por lo tanto, es importante enseñar a los niños a identificar y comprender sus emociones, y brindarles herramientas para enfrentar situaciones desafiantes y manejar sus emociones de manera saludable.

En la actualidad, existen varias herramientas y recursos educativos para enseñar habilidades emocionales a los niños, pero no todas son efectivas y accesibles para todos los niños. Las aplicaciones pueden

proporcionar una plataforma segura y amigable para que los niños exploren y aprendan habilidades emocionales en su propio tiempo y ritmo. Sin embargo, actualmente no hay suficientes aplicaciones efectivas y accesibles que aborden el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños.

Por lo tanto, el problema radica en la falta de herramientas educativas accesibles y efectivas que ayuden a los niños a desarrollar su inteligencia emocional a través de una aplicación. Es esencial desarrollar una plataforma que enseñe a los niños a explorar y comprender sus emociones de manera efectiva, brindándoles herramientas para manejar sus emociones de manera saludable. Además, es fundamental que la aplicación proporcione un ambiente seguro y libre de prejuicios para la exploración y expresión de emociones, y que esté diseñada para ser accesible para todos los niños, incluyendo aquellos con trastornos de Espectro del Autismo o otro trastornos relacionados.



# Lean UX Canvas

<div>Problema</div> <div>Los niños necesitan aprender, entender y controlar sus emociones para ser emocionalmente saludables. Sin embargo, algunos niños tienen dificultades para hacerlo. Algunos tienen problemas para identificar y nombrar sus emociones, lo que dificulta su comunicación con los demás. Otros no saben cómo expresar sus emociones de manera adecuada y respetuosa, y algunos no saben cómo controlar sus emociones intensas. Es importante ayudar a los niños a superar estos problemas para que puedan tener habilidades emocionales saludables y relaciones positivas con los demás.</div>	<div>Soluciones</div> <div><div><div><div>1. Ofrecer una plataforma en línea que ayude a los niños a aprender y desarrollar sus emociones de manera saludable.</div><div>2. Enseñar habilidades emocionales</div><div>3. Proporcionar recursos y herramientas para padres y educadores.</div><div>4. Enseñar a los niños habilidades emocionales que pueden aplicar a lo largo de su vida.</div><div>5. Practicar la regulación emocional</div><div>6. Fomentar la empatía</div><div>7. Promover la comunicación saludable</div><div>8. Proporcionar un entorno seguro y de apoyo emocional</div><div>9. Buscar la ayuda de profesionales capacitados en caso de ser necesario.</div></div><div>La educación, el apoyo emocional y la práctica son clave para ayudar a los niños a desarrollar habilidades emocionales saludables y superar problemas en su aprendizaje emocional.</div></div></div>	<div>Resultados</div> <div><div><div>1. Los niños pueden aprender habilidades emocionales y desarrollarlas de manera saludable utilizando una plataforma en línea.</div><div>2. Los padres y educadores pueden tener acceso a recursos y herramientas para ayudar a los niños en su aprendizaje emocional.</div><div>3. Los niños pueden adquirir habilidades emocionales que pueden aplicar a lo largo de su vida.</div><div>4. La plataforma en línea promueve la práctica de la regulación emocional, la empatía y la comunicación saludable.</div><div>5. La plataforma proporciona un entorno seguro y de apoyo emocional para los niños.</div><div>6. En caso de ser necesario, se puede buscar la ayuda de profesionales capacitados para ayudar en el aprendizaje emocional de los niños.</div></div></div>
<div>Usuarios</div> <div><div><div>1. Los niños de 6 a 12 años están en la etapa de la niñez intermedia, donde se desarrollan cognitiva y emocionalmente. Aprenden habilidades sociales, lenguaje y razonamiento abstracto, disfrutando de actividades físicas y sociales.</div><div>2. Los padres son responsables de cuidar, proteger y educar a sus hijos para un desarrollo pleno, enfrentándose a retos como el equilibrio trabajo-familia y fomentar la autoestima.</div><div>3. Los educadores de infantil enseñan y cuidan a los niños, proporcionando un ambiente seguro y afectuoso para su desarrollo emocional, cognitivo y social a través del juego y la exploración. Trabajan con las familias y utilizan diferentes técnicas educativas para el aprendizaje temprano.</div></div></div>		<div>Beneficios</div> <div><div><div>1. <b>Mejor comprensión y manejo de las emociones:</b> Al enseñar habilidades emocionales y técnicas de regulación emocional, los niños pueden aprender a comprender y manejar sus emociones de manera saludable.</div><div>2. <b>Mejor comunicación y empatía:</b> Fomentar la comunicación saludable y la empatía puede ayudar a los niños a desarrollar habilidades de comunicación y comprensión de las perspectivas de los demás.</div><div>3. <b>Relaciones saludables:</b> La habilidad de expresar y regular las emociones de manera adecuada y respetuosa puede ayudar a los niños a tener relaciones positivas y enriquecedoras.</div><div>4. Mayor seguridad emocional: Proporcionar un entorno seguro y de apoyo emocional puede ayudar a los niños a sentirse más seguros y cómodos para expresar sus emociones.</div><div>5. <b>Reducción de problemas emocionales:</b> Al identificar y abordar los problemas emocionales, se puede reducir el riesgo de problemas emocionales y conductuales en el futuro.</div></div></div>
<div>Hipótesis</div> <div><div><div>1. <b>La educación emocional es crucial:</b> el desarrollo emocional es un aspecto importante del crecimiento infantil, y es necesario educar a los niños en habilidades emocionales para que puedan manejar sus emociones de manera saludable.</div><div>2. <b>La falta de habilidades emocionales puede tener consecuencias negativas:</b> Si los niños no pueden identificar, expresar y regular sus emociones de manera adecuada, pueden experimentar problemas emocionales y conductuales en el futuro.</div><div>3. <b>La educación emocional debe comenzar temprano:</b> El aprendizaje emocional debe comenzar desde una edad temprana para ayudar a los niños a desarrollar habilidades emocionales saludables desde el principio.</div><div>4. <b>La empatía y la comunicación son importantes:</b> La capacidad de ponerse en el lugar de los demás y de comunicarse de manera efectiva y respetuosa son habilidades emocionales importantes que pueden ayudar a los niños a tener relaciones saludables y enriquecedoras.</div><div>5. <b>La identificación y abordaje de problemas emocionales son fundamentales:</b> Identificar y abordar los problemas emocionales de los niños de manera temprana es fundamental para ayudarles a desarrollar habilidades emocionales saludables y evitar problemas emocionales y conductuales en el futuro.</div></div></div>	<div>¿Qué es lo más importante que tenemos que aprender primero?</div> <div><div><div><div>Saber qué sienten los niños y cómo se llaman sus emociones.</div><div>Encontrar formas saludables de controlar sus emociones.</div><div>Escuchar a los demás y ser amables con ellos, aunque no estén de acuerdo.</div><div>Contemplar los factores culturales, si afectan o no al desarrollo emocional.</div></div></div></div>	<div>¿Cuál es el trabajo mínimo que tenemos que hacer para aprender lo siguiente más importante?</div> <div><div><div>El trabajo mínimo que debemos hacer para aprender lo más importante en cuanto al desarrollo y aprendizaje infantil es educarnos en el tema. Esto implica leer sobre el tema, hablar con expertos en la materia, participar en programas de capacitación o de formación, y estar atentos a las últimas investigaciones y descubrimientos en el campo del desarrollo infantil. Además, también es importante estar en contacto con los niños y observar su comportamiento y desarrollo emocional, para poder identificar problemas y apoyarlos.</div><div>Expresar sentimientos no es una tarea fácil. ¿Se debe a creencias y educación de nuestra sociedad? ¿Es por que no poseen un vocabulario amplio? ¿Es por timidez? ¿Es causado por un trastorno?</div></div></div>

## 3.4 Requisitos

### Contenido

- Contenido educativo sobre emociones, cómo identificarlas y cómo manejarlas.
- Juegos y lecturas (gamificación) que permitan a los niños practicar la identificación y gestión emocional.
- Recursos para padres y educadores sobre cómo enseñar habilidades emocionales a los niños.

### Funcionales

- Registro y seguimiento del progreso del usuario en la identificación y gestión emocional.
- Interfaz de usuario intuitiva y fácil de usar para niños
- Compatibilidad con diferentes dispositivos y sistemas operativos
- Posibilidad de personalizar el contenido y las actividades según la edad del usuario

### Usabilidad y Accesibilidad

- Diseño visual atractivo y colorido para mantener el interés de los niños.

- Instrucciones claras y sencillas para las actividades y juegos.
- Feedback inmediato y positivo sobre las respuestas del usuario
- Posibilidad de acceder a la aplicación en cualquier momento y lugar.
- Compatibilidad con tecnologías de asistencia (por ejemplo, lectores de pantalla).
- Textos y descripciones alternativas para las imágenes y elementos visuales.
- Posibilidad de ajustar el tamaño de fuente y el contraste de la pantalla.

### Emocionales

- Contenido y actividades diseñados para fomentar la autoestima y la empatía.
- Apoyo emocional para situaciones específicas (por ejemplo, tristeza, miedo, enfado)
- Mensajes positivos para el usuario.
- Creación de un ambiente seguro y libre de prejuicios para la exploración y expresión de emociones.



# 04\_Desarrollo

# 4.1 Inventario de Contenido

Página	Contenido	Función	Audiencia	Accesibilidad
Inicio	Textos, Imágenes	Dar la bienvenida a los usuarios y presentar la app	Niños	Diseño accesible con alto contraste y textos legibles
Juegos	Juegos interactivos, Vídeos, Imágenes	Enseñar habilidades emocionales principales	Niños	Diseño con opciones visuales y auditivas
Lecturas	Textos, Imágenes, Lecturas interactivas	Fomentar la lectura y la comprensión mediante libros interactivos y educativos	Niños	Diseño con opciones de narración y animaciones
Registro Emocional	Preguntas y respuestas, gráficos, herramientas de registro	Ayudar a los niños a identificar y comprender sus emociones	Niños	Diseño con opciones visuales atractivas para niños
Recursos	Artículos, Vídeos	Proporcionar información y consejos para padres y tutores	Padres	Diseño con opción de controlar el tiempo y el volumen
Seguimiento	Textos, Imágenes	Permite a los padres y tutores realizar un seguimiento del progreso de los niños en el aprendizaje	Padres y Educadores	Diseño con opciones de seguridad y privacidad para proteger los datos de los usuarios

Figura 11. Tabla comparativa del Inventario de Contenidos. Elaboración propia.



# 4.2 Card Sorting

He realizado dos Card Sortings distintos, uno para padres y otro para niños, porque los dos grupos tienen necesidades, habilidades y conocimientos diferentes que afectan a la forma en que organizan y procesan la información. Por ejemplo, un niño puede estar más interesado en actividades lúdicas, juegos y estilos de enseñanza más visuales, mientras que un padre puede estar más enfocado en el progreso de su hijo. De esta manera, he podido obtener información relevante y útil sobre la organización desde dos perspectivas diferentes y complementarias.

He optado por utilizar un Card Sorting Visual moderado de forma presencial para el grupo de niños de entre 6 y 12 años. El uso de tarjetas con iconografía facilita la comprensión y la interacción de los niños con las mismas, lo que les permite organizarlas de manera más eficaz. El objetivo principal de este método es recolectar información de calidad, fomentando una comunicación abierta con los niños y animándolos a expresar sus pensamientos de manera clara. Para lograr este objetivo, se han proporcionado 16 tarjetas con elementos

del inventario (acompañadas por una breve descripción para una mayor comprensión) y se han establecido 4 categorías fijas. Los niños han recibido instrucciones claras sobre el funcionamiento del Card Sorting y han sido supervisados durante toda la actividad. Además, se ha incluido una breve explicación de la terminología en las tarjetas para que los niños pudieran entender sin problema cada una de ellas.



Figura 12. Card Sorting Visual para los niños. Elaboración propia.

## 4.2 Card Sorting

### Resultados Card Sorting 1

- La mayoría de los participantes colocaron las tarjetas "Perfil", "Ayuda" y "Novedades" y "Recompensas" en la sección de inicio, lo que sugiere que los niños necesitan una introducción y orientación antes de comenzar a explorar las actividades.
- La mayoría de los participantes colocaron las tarjetas "Personalizar", "Memoria Emocional" y "Identifica una emoción" en la sección de juegos, lo que indican lo que esperan encontrar, que son actividades interactivas que les permitan aprender sobre emociones y personalizar su experiencia.
- La mayoría de los participantes colocaron las tarjetas "Audiolibro" y "Libros interactivos" en la sección de lecturas, lo que sugiere que a los niños esperan encontrar contenido en diferentes formatos.
- Uno de los participantes añade una tarjeta nueva para la sección de juegos y la nombra niveles, lo que puede indicar que el niño quiera un apartado donde pueda encontrar una continuidad de juegos con sucesión.

La mayoría de los participantes colocaron las tarjetas "Fotos" y "Grado de intensidad emocional" en la sección de registro emocional, lo que indica que los niños quieren registrar sus emociones y aprender a identificar su intensidad.



# 4.2 Card Sorting

Para los padres, se ha decidido hacer un Card Sorting de forma telemática mediante la herramienta Optimal Workshop. En este caso, se han proporcionado un total de 18 tarjetas con elementos del inventario y se han establecido 5 categorías fijas. Los padres, también han recibido instrucciones claras sobre el funcionamiento del Card Sorting y no han sido supervisados durante la actividad.

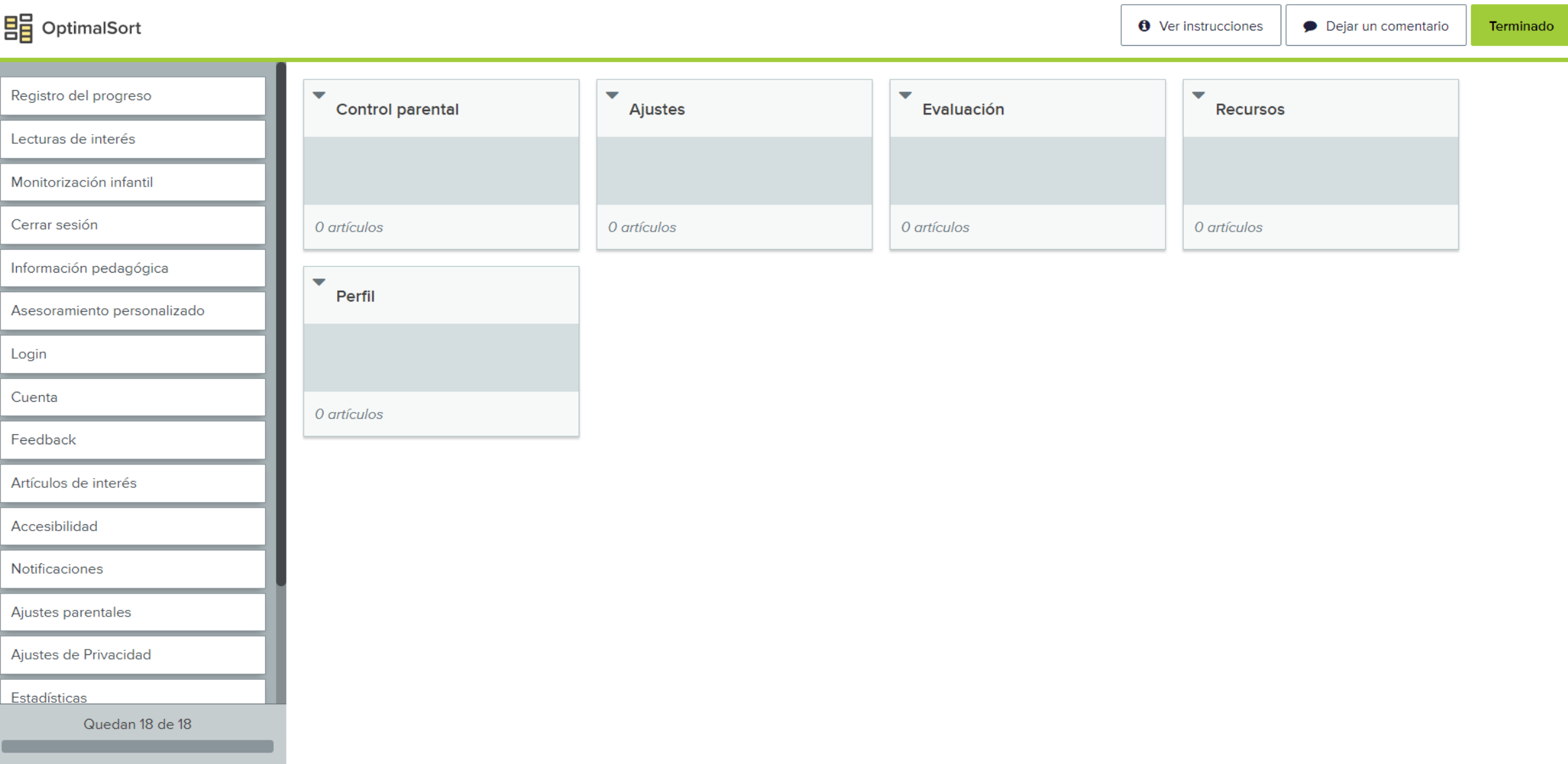


Figura 13. Card Sorting Visual para padres. Optimal Workshop.

## Resultados Card Sorting 2

Los contenidos pertenecientes al apartado Ajustes y Perfil han sido agrupados de diferente forma por 6 participantes. Estos son los apartados con los que los usuarios han tenido más confusión a la hora de colocar las tarjetas en sus respectivas categorías. Por los resultados se intuye que estas dos categorías o bien se han de unificar o crear otro nombre para esta categoría, ya que hay usuarios que piensan que por ejemplo, los ajustes de privacidad se encuentran en ajustes y otros en perfil. Por lo tanto después de observar sus reacciones, se ha decidido dejar el nombre de perfil como sección principal y dentro de esta añadir algunas de las tarjetas de ajustes.

# 4.2 Card Sorting

## Resultados Card Sorting 2

Interpretando los resultados obtenidos, podemos llegar a la conclusión de que estas dos categorías deben fusionarse o bien cambiar su nombre para ser más intuitivo. Hay usuarios que piensan, por ejemplo, “los ajustes de privacidad se encuentran en ajustes y otros en perfil.” Por lo tanto después de observar sus reacciones, se ha decidido dejar el nombre de perfil como sección principal y dentro de esta añadir algunas de las tarjetas de ajustes.

<input type="checkbox"/>	 Ajustes	10 different cards	<table><tr><td>Accesibilidad</td><td>6</td><td>2.3</td></tr><tr><td>Ajustes de Privacidad</td><td>4</td><td>3.0</td></tr><tr><td>Personalización</td><td>3</td><td>3.0</td></tr></table> <div>▼ <a href="#">Show 7 more cards</a></div>	Accesibilidad	6	2.3	Ajustes de Privacidad	4	3.0	Personalización	3	3.0	6 participants	38% <div><div></div></div>													
Accesibilidad	6	2.3																									
Ajustes de Privacidad	4	3.0																									
Personalización	3	3.0																									
<input type="checkbox"/>	 Control parental	8 different cards	<table><tr><td>Ajustes parentales</td><td>5</td><td>2.0</td></tr><tr><td>Monitorización infantil</td><td>5</td><td>1.8</td></tr><tr><td>Registro del progreso</td><td>2</td><td>2.0</td></tr></table> <div>▼ <a href="#">Show 5 more cards</a></div>	Ajustes parentales	5	2.0	Monitorización infantil	5	1.8	Registro del progreso	2	2.0	5 participants	43% <div><div></div></div>													
Ajustes parentales	5	2.0																									
Monitorización infantil	5	1.8																									
Registro del progreso	2	2.0																									
<input type="checkbox"/>	 Evaluación	7 different cards	<table><tr><td>Registro del progreso</td><td>3</td><td>2.7</td></tr><tr><td>Feedback</td><td>3</td><td>2.3</td></tr><tr><td>Estadísticas</td><td>3</td><td>1.7</td></tr><tr><td>Información pedagógica</td><td>1</td><td>3.0</td></tr><tr><td>Asesoramiento personalizado</td><td>1</td><td>2.0</td></tr><tr><td>Monitorización infantil</td><td>1</td><td>2.0</td></tr><tr><td>Cuenta</td><td>1</td><td>2.0</td></tr></table> <div>▲ <a href="#">Show fewer cards</a></div>	Registro del progreso	3	2.7	Feedback	3	2.3	Estadísticas	3	1.7	Información pedagógica	1	3.0	Asesoramiento personalizado	1	2.0	Monitorización infantil	1	2.0	Cuenta	1	2.0	4 participants	46% <div><div></div></div>	
Registro del progreso	3	2.7																									
Feedback	3	2.3																									
Estadísticas	3	1.7																									
Información pedagógica	1	3.0																									
Asesoramiento personalizado	1	2.0																									
Monitorización infantil	1	2.0																									
Cuenta	1	2.0																									
<input type="checkbox"/>	 Perfil	10 different cards	<table><tr><td>Cerrar sesión</td><td>5</td><td>2.4</td></tr><tr><td>Login</td><td>5</td><td>1.8</td></tr><tr><td>Personalización</td><td>3</td><td>3.3</td></tr></table> <div>▼ <a href="#">Show 7 more cards</a></div>	Cerrar sesión	5	2.4	Login	5	1.8	Personalización	3	3.3	6 participants	38% <div><div></div></div>													
Cerrar sesión	5	2.4																									
Login	5	1.8																									
Personalización	3	3.3																									
<input type="checkbox"/>	 Recursos	10 different cards	<table><tr><td>Videos explicativos</td><td>6</td><td>2.7</td></tr><tr><td>Artículos de interés</td><td>5</td><td>4.2</td></tr><tr><td>Lecturas de interés</td><td>5</td><td>3.6</td></tr></table> <div>▼ <a href="#">Show 7 more cards</a></div>	Videos explicativos	6	2.7	Artículos de interés	5	4.2	Lecturas de interés	5	3.6	6 participants	53% <div><div></div></div>													
Videos explicativos	6	2.7																									
Artículos de interés	5	4.2																									
Lecturas de interés	5	3.6																									

Figura 14. Captura de pantalla de las categorías del Card Sorting Visual para padres. Optimal Workshop.



# 4.2 Card Sorting

La mayor coincidencia entre los usuarios, es que consideran que perfil y recursos deben de incorporar los apartados de ayuda, información, vídeos explicativos, artículos, asesoramiento y lecturas. Finalmente, después de todos los resultados obtenidos, se han replanteado las categorías, ya que la mayoría de las respuestas han sido bajas en cuanto a coincidencias, Por lo tanto se ha decidido utilizar tres categorías únicamente para la sección de padres en la aplicación.



Figura 15. Captura de pantalla del Dendograma del Card Sorting Visual para padres. Optimal Workshop.

# 4.3 Árbol de Contenidos

Después de analizar los resultados del Card Sorting, se ha creado el siguiente árbol de contenidos.

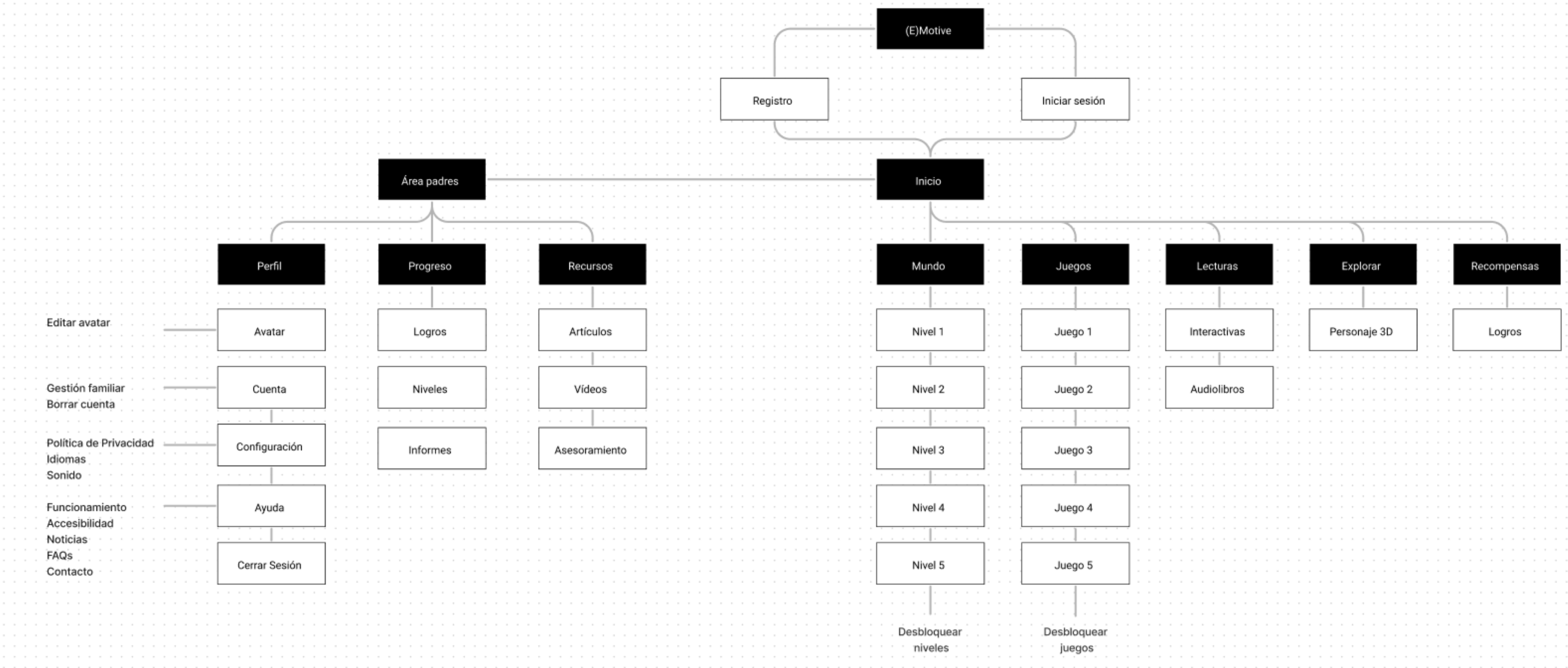


Figura 16. Captura de pantalla del Árbol de contenidos. Elaboración propia.



## 4.4 Diagramas de Flujo

Se han realizado 4 flujos respecto a los usuarios y escenarios establecidos previamente.

### Flujo 1 (Marta)

El diagrama de flujo comienza abriendo la aplicación, donde se presentan dos opciones principales: "Iniciar Sesión" y "Registro", el usuario puede seleccionar una de estas opciones según sus intereses y necesidades. En el caso de Marta elige "Registro", se muestra una serie de pantallas (nombre, edad, correo, contraseña y avatar) para poder acceder a la pantalla de Inicio, antes de llegar a esta pantalla

aparece una pantalla de bienvenida. Una vez dentro de "Inicio", Marta selecciona "Área padres" a través del icono superior derecho. Para acceder a este contenido se solicita un pin que se ha preestablecido en el registro. Una vez dentro, selecciona el apartado de "Recursos" y encontramos otra pantalla con diferentes opciones (artículos, vídeos y asesoramiento). Marta encuentra todo tipo de contenido útil para la educación emocional de su hijo y decide cerrar la aplicación.

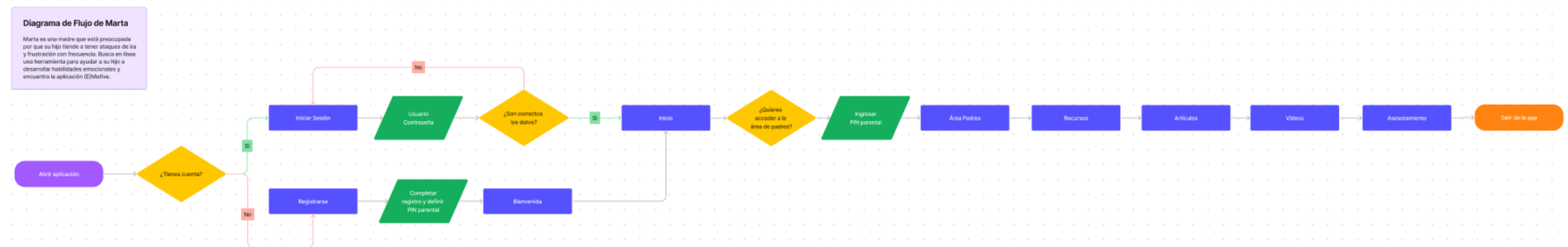


Figura 17. Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Marta. Elaboración propia.

[Link para acceder al contenido](#)

# 4.4 Diagramas de Flujo

## Flujo 2 (Albert)

El diagrama de flujo comienza abriendo la aplicación, donde se presentan dos opciones principales: "Iniciar Sesión" y "Registro", el usuario puede seleccionar una de estas opciones según sus intereses y necesidades. En el caso de Albert elige "Iniciar Sesión", se muestra un pantalla para seleccionar el perfil de Laura, una de sus alumnas.

A continuación Albert selecciona "Área padres" a través del icono superior derecho. Para acceder a este contenido se solicita un pin que se ha preestablecido en el registro. La navegación continua por la sección de "Progreso" y consulta los informes donde encuentra un seguimiento y mejoras del progreso del alumno y finalmente sale de la aplicación.

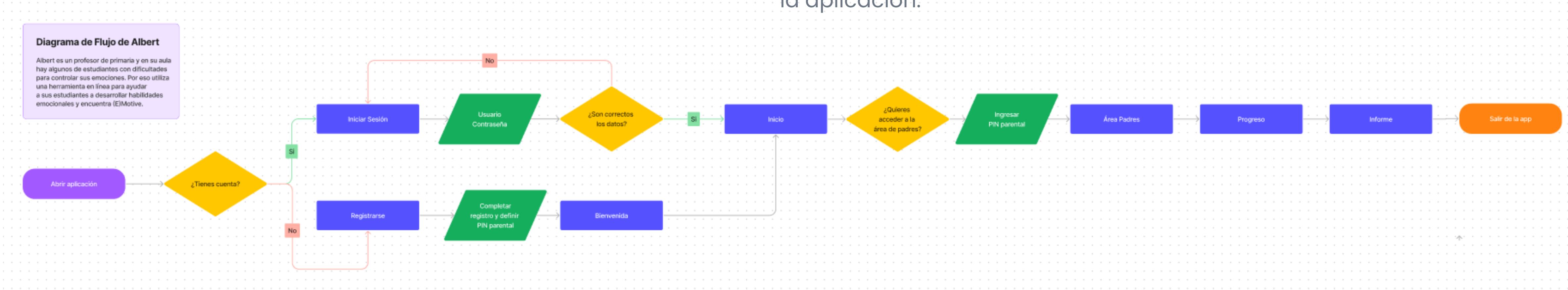


Figura 18. Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Albert. Elaboración propia.



# 4.4 Diagramas de Flujo

## Flujo 3 (Laura)

Laura inicia sesión con su perfil y accede al apartado “Mundo” donde encuentra una serie de niveles. Decide acceder al Nivel 1, pero antes de empezar a jugar aparece una pantalla de aviso, en el que puede seleccionar con que emoción quiere jugar. Selecciona la emoción alegría y empieza el juego. Por algún motivo decide que ya no quiere jugar a ese juego y sale para ir a ver las recompensas obtenidas.

## Flujo 4 (Miguel)

Miguel entra en su perfil y accede al apartado “Explorar” donde se encuentra a un personaje 3D personalizable al que puede modificar a su gusto las diferentes expresiones faciales y por lo tanto aprender a representar diferentes emociones. Después vuelve a Inicio y accede al apartado lecturas, donde encuentra dos opciones “Interactivas” y “Audiolibros”, selecciona este último y se pone a escuchar uno de los audiolibros y cuando acaba sale de la aplicación.

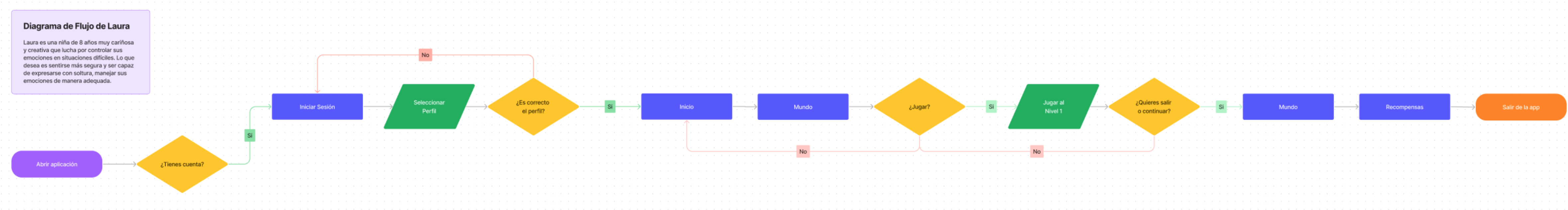


Figura 19. Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Laura. Elaboración propia.

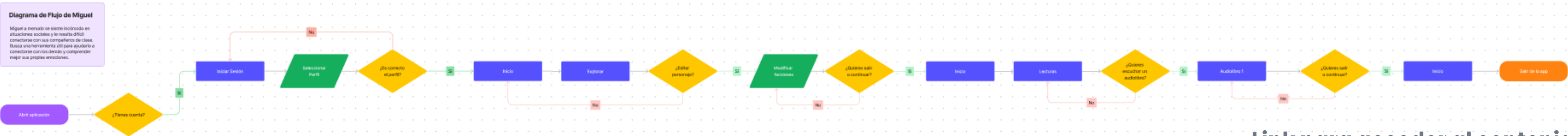


Figura 20. Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Miguel. Elaboración propia.

[Link para acceder al contenido](#)

# 4.5 Bocetos

Para empezar a prototipar se han realizado unos bocetos de forma digital con bastante detalle del contenido.

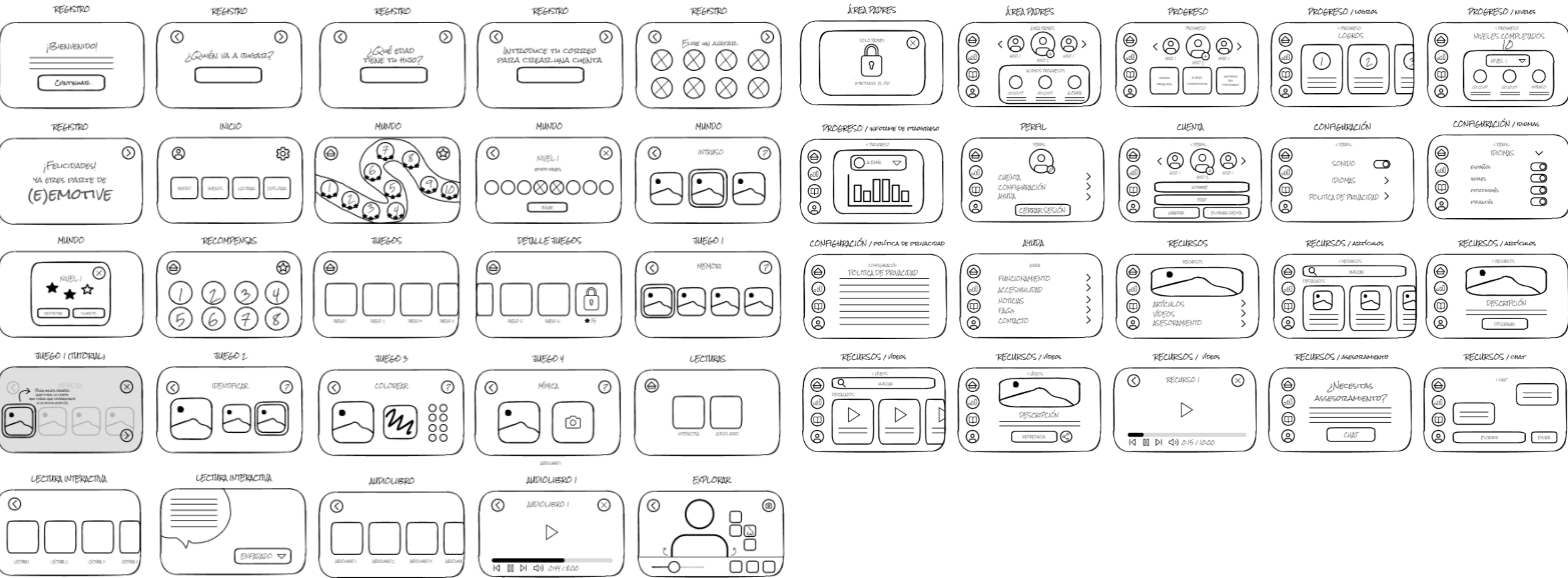


Figura 21. Captura de pantalla de los Bocetos. Elaboración propia.



## 4.6 Wireframes

Después de completar el esquema inicial, se procede a definir la estructura, jerarquía y tipología del contenido principal de cada pantalla. En esta etapa es fundamental comenzar a dar forma y materializar las ideas previas a la inclusión de estilos y recursos gráficos definitivos. Es importante destacar que en esta fase, se ha decidido hacer wireframes de baja fidelidad, ya que los bocetos previos son bastante completos, pero es posible que sea necesario agregar nuevas pantallas que no se habían contemplado inicialmente.



Figura 22. Captura de pantalla de los Wireframes. Elaboración propia.

# 4.7 Prototipo de Alta Fidelidad

## Guía de estilos

Se ha establecido un estilo visual e identidad teniendo en cuenta al usuario principal de la aplicación, los niños. Como imagen se ha decido representar el concepto de emoción a través de personajes *cartoon* con colores vibrantes. El nombre de la aplicación es Emotive. Este nombre busca justificar la función principal de la aplicación, que es que las personas puedan expresar sus emociones.

Se ha elegido la tipografía *Hey June* se distingue por su aspecto desenfadado y amigable, lo que la hace perfecta para este proyecto, ya que busca transmitir una sensación de frescura y energía. Sus letras tienen un equilibrio entre formas orgánicas y detalles refinados, lo que le proporciona un aspecto distintivo y atractivo.

El color desempeña un papel fundamental en el diseño de una aplicación, ya que, puede transmitir emociones, influir en la percepción de los usuarios y por ese motivo se han utilizado los siete colores mostrados en la figura 23. cada uno con su propia identidad e importancia.

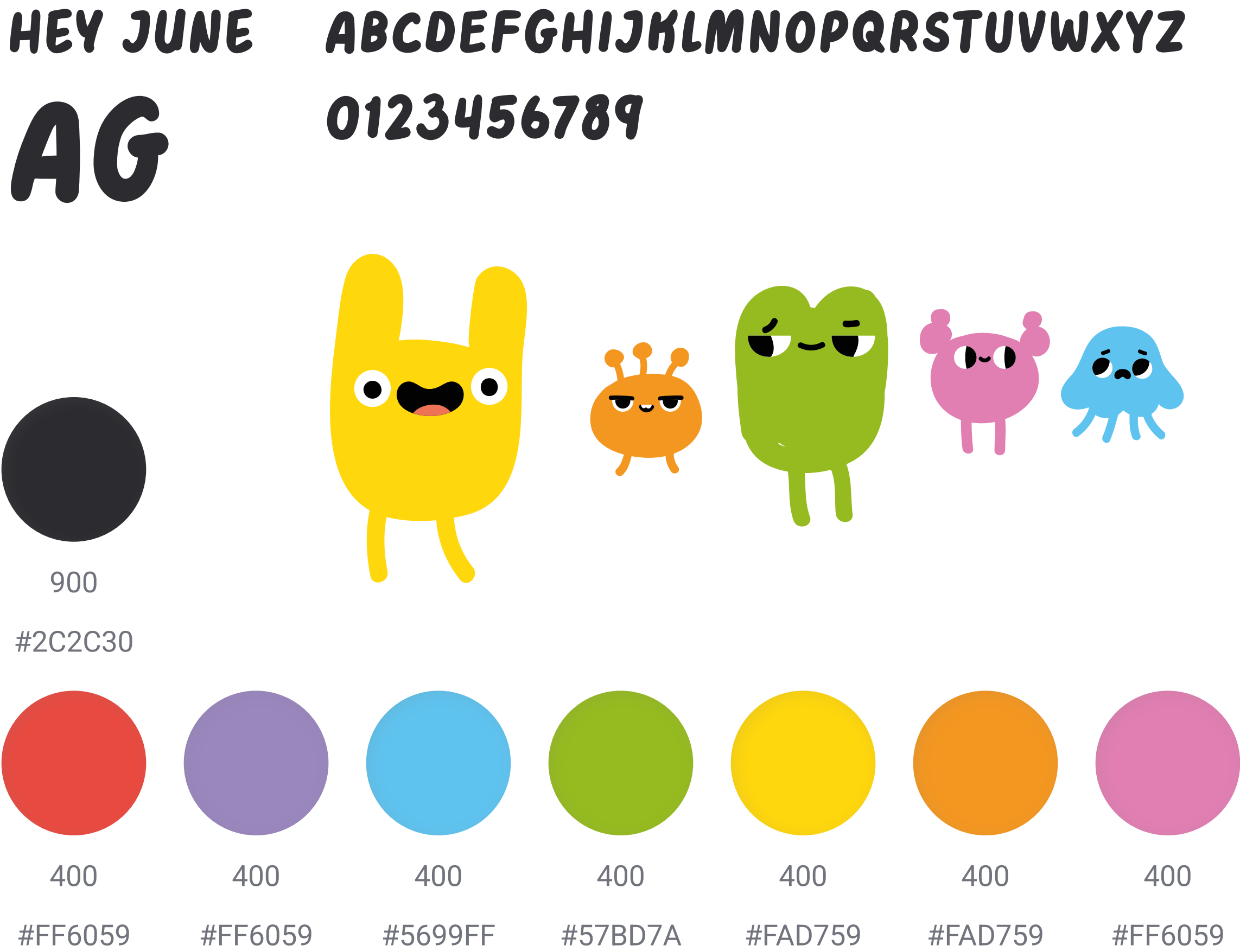


Figura 23. Identidad de la plataforma Emotive. Elaboración propia.



## 4.7 Prototipo de Alta Fidelidad

En esta etapa de desarrollo, se integran en el prototipo los elementos visuales previamente mencionados, como el logotipo, la paleta de colores, los íconos, las imágenes y otros elementos gráficos. Además, de implementar interacciones básicas que permiten apreciar cómo se verá el diseño definitivo.

Para visualizar el prototipo de manera completa [haz clic aquí](#) o **accede al los Apéndices en el apartado Anexos/Prototipo (99-100 pág.)**



Figura 24. Mockup de la aplicación Emotive. Elaboración propia.

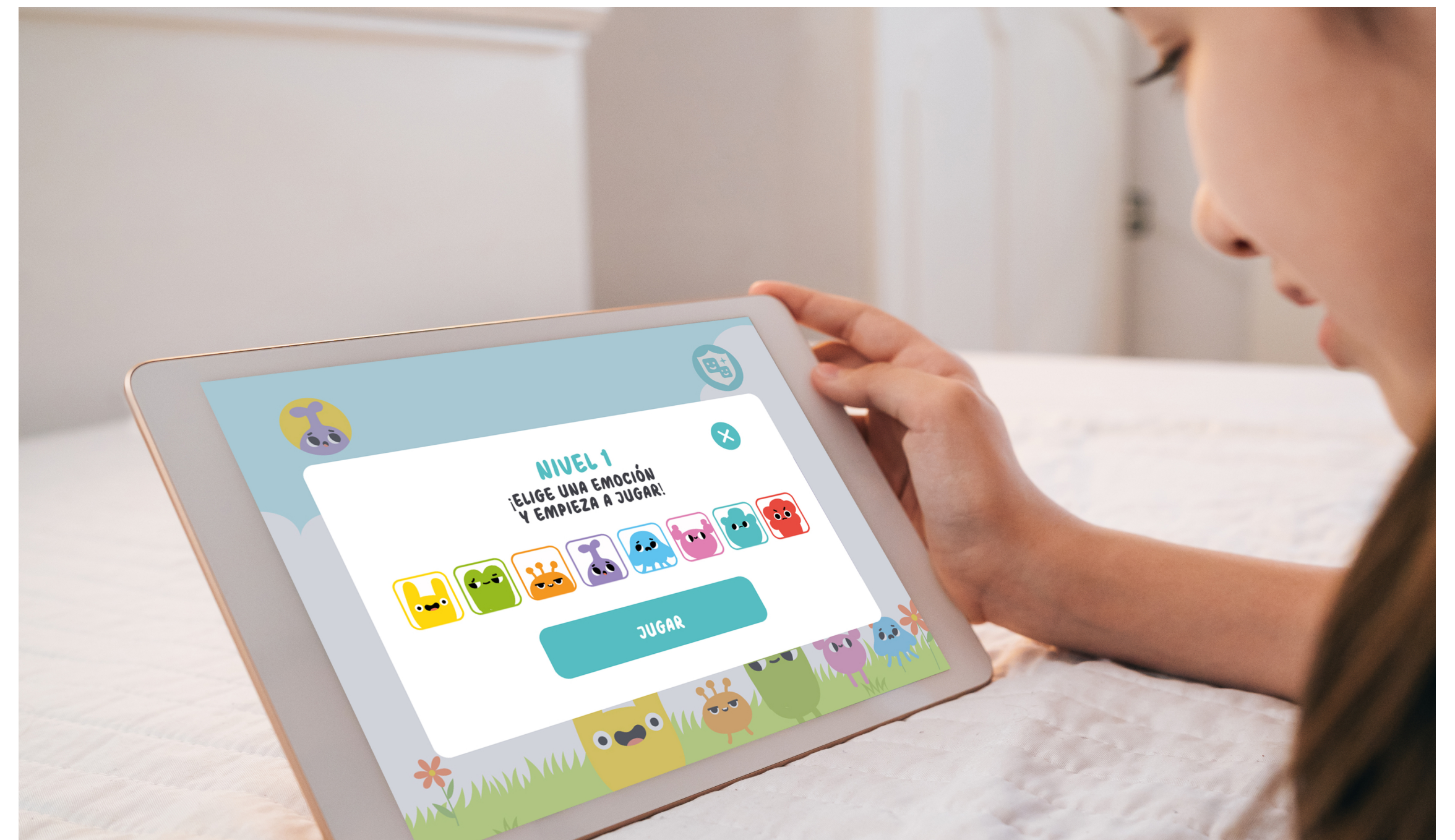


Figura 25. Mockup de la aplicación Emotive. Elaboración propia.





# EMOTIVE

APRENDE A SENTIR

REGISTRARSE

INICIAR SESIÓN

MUNDO

JUEGOS

LECTURAS

EXPLORAR

¿QUIÉN VA A JUGAR?

LAURA

MIGUEL

AÑADIR

INTRUSO  
ENCUENTRA LA EMOCIÓN ALEGRÍA



# 05\_Evaluación

# 5.1 Evaluación Heurística

Con el objetivo de continuar mejorando la aplicación y satisfacer las necesidades de los usuarios. Se ha realizado una evaluación heurística, siguiendo las pautas establecidas por Jakob Nielsen para analizar la usabilidad del producto, teniendo en cuenta aspectos como la visibilidad, la libertad de los usuarios, etc.

## 1. Visibilidad del estado del sistema:

- Las secciones están claramente organizadas y etiquetadas, lo que permite a los niños navegar por la aplicación de manera intuitiva.
- Cuando los niños completan ciertas actividades o alcanzan ciertos objetivos, la aplicación les otorga recompensas.
- La sección de seguimiento del progreso en la sección de "Área padres" permite a los padres estar más involucrados en su proceso de aprendizaje.
- En los juegos no incluye ninguna barra de progreso que muestre cuántas emociones ha identificado correctamente y cuántas aún le quedan por identificar.

## 2. Coincidencia entre el sistema y el mundo real:

- Se utiliza lenguaje y gráficos apropiados para la edad de los niños.
- El icono utilizado para la sección de "Área padres" en la barra de navegación superior no resulta representativo.

## 3. Control y libertad del usuario:

- Proporciona opciones claras y fáciles de usar, como botones grandes y legibles.
- Se ofrece una opción de retroceso, aportando al usuario un mayor control sobre la aplicación.
- No se contempla que los juegos tengan diferentes niveles de dificultad.

## 4. Consistencia y estándares:

- Se mantiene un diseño coherente en todas las secciones, con una estructura de navegación y elementos visuales similares.



# 5.1 Evaluación Heurística

- Se presenta la información de manera organizada y coherente.

## 5. Prevención de errores:

- Se utiliza validaciones en tiempo real para proporcionar retroalimentación instantánea y sugerir respuestas correctas en caso de que un usuario ingrese una respuesta incorrecta.
- No se ha planteado la retroalimentación cuando ocurren errores, como mensajes generales de aviso para formularios.

## 6. Reconocimiento más que recuerdo:

- Se utilizan imágenes 3D visualmente reconocibles para representar las diferentes emociones en los juegos.

## 7. Flexibilidad y eficiencia de uso:

- La aplicación ofrece acciones rápidas y sencillas para realizar tareas comunes.

## 8. Diseño estético y minimalista:

- La aplicación utiliza una paleta de colores equilibrada, que ayuda a crear una experiencia visual coherente para los niños.
- Se utiliza una iconografía divertida para representar diferentes secciones de la aplicación.

## 9. Ayuda a los usuario para reconocer, diagnosticar y recuperarse de los errores

- Ofrece asistencia para los padres a través de un chat externo.
- Proporciona recursos de aprendizaje como videos educativos.

## 10. Ayuda y documentación

- Se plantea el uso de tutoriales interactivos que guían a los usuarios a través de las funciones y características principales.
- No se contempla una sección de preguntas frecuentes (FAQ).

## 5.2 Recorrido Cognitivo

Se ha realizado un recorrido cognitivo para obtener una comprensión más profunda de cómo los usuarios perciben, interpretan y actúan en relación a la navegación de la aplicación.

### Tareas:

- Registrarse o Iniciar sesión para acceder a la aplicación.
- Acceder a los informes de progreso emocional del niño.
- Navegación libre por las secciones “Mundo, Explorar y Lecturas”

### Principales hallazgos:

La navegación es fluida e intuitiva, los usuarios tienen en todo momento la opción de deshacer una acción o continuar navegando. La experiencia con la plataforma es sencilla, aunque se ha podido observar, que el icono de padres genera confusión, los usuarios no acaban de entender qué hace ese botón hasta que entran. Es preciso comprobar con los usuarios si el icono del Área de padres está asociado a su significado.

Además, es importante saber si los participantes pueden navegar dentro del área sin problemas y acceder al contenido que desean. Por otro lado, cuando los padres acceden a la sección de “Área padres” han de introducir un código, previamente establecido en el registro, pero no cuentan con la posibilidad de recuperar la clave si se olvidan de ella.

En cuanto al funcionamiento principal de la aplicación se podría profundizar más en algunas pantallas, por ejemplo desarrollar más la parte de los juegos (incluidos en la sección “Mundo”). Se ha detectado que no hay una pantalla de aviso que informe que el juego ha sido completado. Por otro lado, en un principio, se había planteado la opción de un tutorial de navegación al acceder a los juegos, pero no ha sido implementado en la aplicación, por lo que se tendría que evaluar si es necesario añadir esta función y cómo se ejecutará.

En la sección de “Explorar” nos encontramos con la posibilidad de acceder a hacer una foto, pero se ha de validar si realmente queda claro para qué sirve esa función. Además, se debe pensar donde se guardarán esas fotos y cómo los usuarios podrían acceder a ellas.



## 5.3 Test con Usuarios

Es necesario verificar si la interfaz y los procesos están adecuadamente diseñados. A continuación, se presenta el plan de prueba para evaluar la usabilidad, eficacia y experiencia del prototipo de la aplicación mediante pruebas con los usuarios.

### Objetivos:

- Identificar posibles problemas de navegación y comprensión de las funciones de la aplicación.
- Evaluar la eficiencia y la ausencia de confusiones en la realización de tareas propuestas por los usuarios.
- Recopilar información sobre las impresiones, necesidades y expectativas de los usuarios.
- Determinar qué aspectos son más importantes para los usuarios y qué características disfrutaban más.
- Adaptar la aplicación a los requerimientos específicos de los usuarios.
- Obtener una base sólida de hallazgos para tomar decisiones informadas sobre cambios de diseño.

- Mejorar la funcionalidad de la aplicación en base a los resultados obtenidos en el test.
- Validar la usabilidad y la satisfacción general de los usuarios al interactuar con la aplicación.
- Proporcionar retroalimentación valiosa para el equipo de desarrollo y ayudar a establecer prioridades en cuanto a mejoras y ajustes.

### Participantes:

Los participantes tienen edades comprendidas entre los 6 a 12 años de edad y de 35 a 45 años de edad. Son residentes en Barcelona, la mayoría de los participantes viven con sus parejas y tienen hijos.

## 5.3 Test con Usuarios

### Logística:

Las sesiones se llevaron a cabo de manera presencial utilizando una única tablet con la aplicación de Figma instalada. Esta elección se hizo con el propósito de evitar cualquier contratiempo imprevisto durante el proceso. Durante las sesiones, se pudo observar físicamente cómo los usuarios navegaban por la tablet y se recopilaron sus sugerencias y comentarios mientras realizaban las tareas asignadas. También se identificaron momentos de duda durante la interacción con la aplicación.

Cabe destacar que no se realizaron grabaciones durante este proceso, sino que se registraron notas detalladas de todo el procedimiento. Antes de comenzar las sesiones, se proporcionó a los participantes información sobre el tratamiento y uso de los datos recopilados, y se les aseguró que su participación sería completamente anónima. Además, se solicitó a los participantes que firmaran un consentimiento informado.

### Resultados:

Los usuarios encontraron la navegación fluida e intuitiva, lo que indica que la plataforma cumple con este aspecto clave. La primera impresión que tienen los usuarios en cuanto al registro es que se hace demasiado largo, por lo que se podrían unificar pantallas para mejorar la experiencia de usuario. También no entendían muy bien porque el correo estaba cifrado, debería aparecer un correo. Por otro lado, una vez ya dentro de la aplicación, se puede confirmar que hay cierta confusión con el icono de padres, ya que no comprendieron su función hasta que ingresaron al área correspondiente. Esto sugiere que el icono no está claramente asociado a su significado y debe mejorarse para evitar confusiones.

Los usuarios pudieron navegar dentro del “Área de padres” sin problemas y acceder al contenido deseado. Aunque ninguno de los usuarios se planteó sobre cómo recuperar la clave de acceso es importante que tengan la opción de restablecer o recuperar, ya que puede llegar a resultar frustrante y imposibilitar el acceso a la sección.



## 5.3 Test con Usuarios

Por otro lado, después de acceder a los apartados del menú de “Área padres” se encontraron dentro de la sección progreso, que los apartados Informe del progreso y “Niveles Completados” no tenían icono como los demás apartados.

Los usuarios encontraron la sección de mundo adecuada, una vez dentro del primer nivel, teniendo en cuenta que accede directamente a un juego aleatorio, dentro de la pantalla del juego, falta por desarrollar contenido y por lo tanto la interacción del usuario en esa sección no es completa. Ha generado cierta confusión, ya que quieren continuar jugando, pero únicamente se ofrece una pantalla. Por lo tanto, si desean continuar jugando, necesitarán una pantalla de aviso que indique cuando el juego ha sido completado. Por otro lado, en cuanto al tutorial, no han habido indicios de que fuera necesaria su implementación, ya que los usuarios saben qué tienen que hacer y no supone ninguna dificultad en la interacción con los juegos disponibles. Es algo que se podría apreciar mejor si se desarrollaran más pantallas de juegos, para confirmar si son todas fáciles de entender.

Respecto a la sección de lecturas, los usuarios se han encontrado con un sub-menú “Interactivas” y “Audiolibro” que están acompañados de dos iconos básicos que acompañan a su significado, pero no representativos al estilo definido de iconos que se utilizan para el menú principal, por lo tanto los niños pierden interés rápidamente en esta sección. Es importante plantear un cambio en estos iconos, siendo algo más próximo a ilustraciones, como por ejemplo las creadas en la pantalla de “Inicio”.

Finalmente, se ha decidido unificar los flows (para niños y padres), además se ha creado una oportunidad para revisar y mejorar diversas cosas en el proceso de trabajo. De esta manera es más fácil identificar áreas de mejora e implementar cambios.

## 5.4 Mejoras Aplicadas

Se han llevado a cabo mejoras necesarias en el prototipo de alta fidelidad gracias a los problemas detectados durante la evaluación. Se presentan ejemplos de estas mejoras, destacando la unificación de los flujos para lograr una experiencia más fluida. **El prototipo final navegable con las mejoras está disponible en el siguiente [enlace](#).**

Se ha mejorado el acceso a “Registro” facilitando a padres y educadores la navegación, siendo más rápida e intuitiva. Se han fusionado pantallas para agilizar todo el proceso para entrar a la aplicación Emotive. En este caso, se ha incluido el registro con Google y Apple, herramientas que se suelen utilizar a diario. Además, como se registran a través de un perfil ya creado con anterioridad, ahorramos que el usuario tenga que rellenar otra pantalla más, como por ejemplo la del correo.

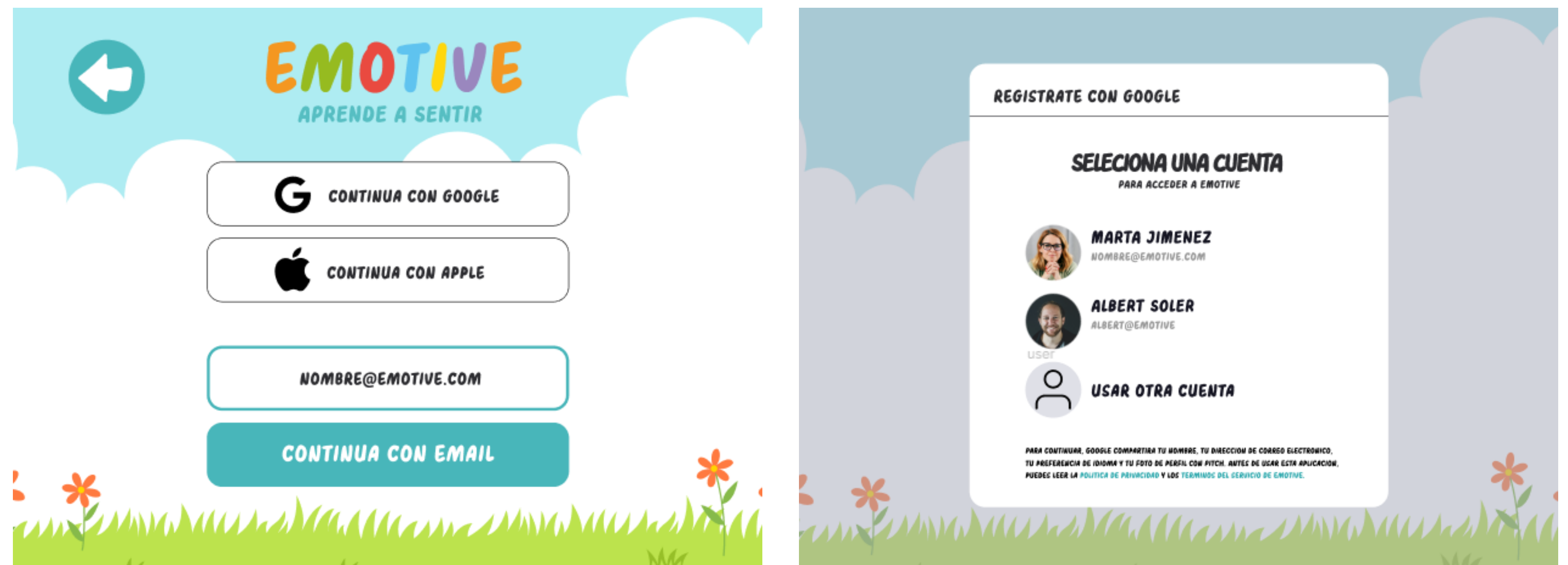


Figura 26. Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.



# 5.4 Mejoras Aplicadas



A continuación las demás pantallas mejoradas del “Registro”. Utilizan una especie de pop-up para llamar la atención total de los usuarios y el recorrido es corto y ágil.

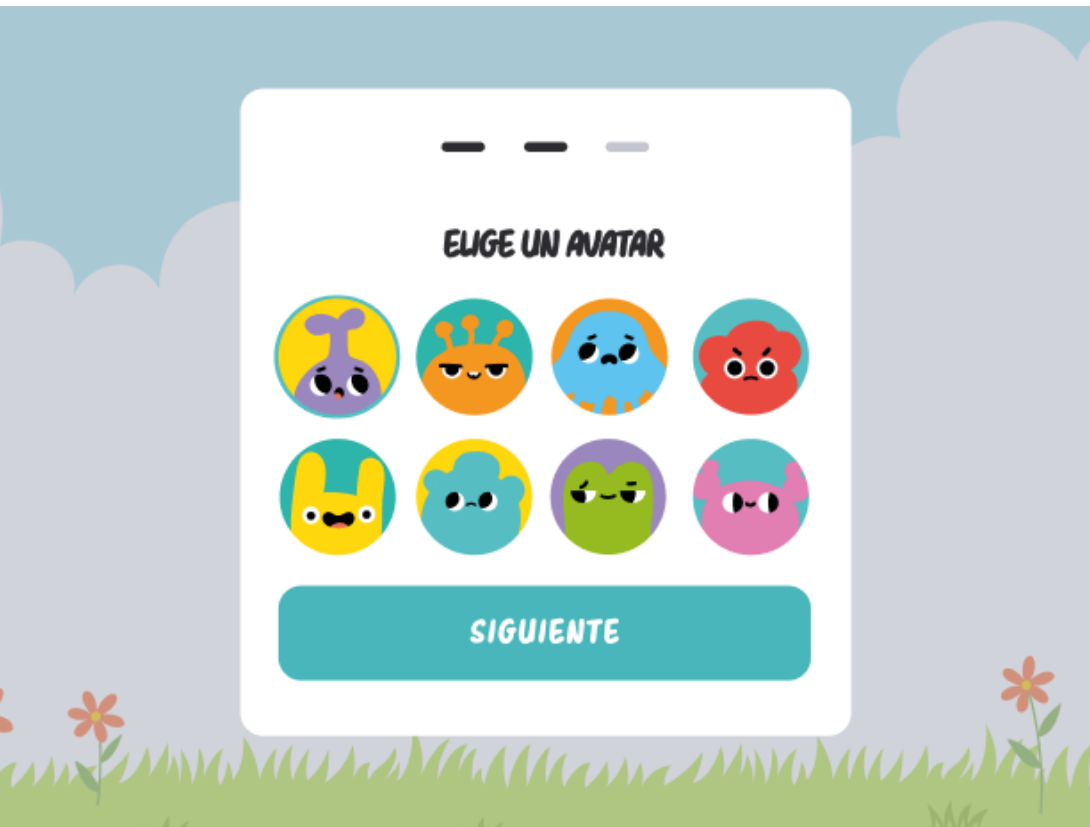


Figura 27. Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.

En las sección de “Juegos”, se ha añadido una barra de seguimiento que sirve para visualizar el progreso del niño en el juego. Se ha incorporado una funcionalidad interactiva para el usuario al seleccionar las tarjetas de emociones. Ahora, al hacer clic en una tarjeta, se le notificará al usuario si ha acertado o no en lo que se le solicita. Por otro lado, se ha añadido una pantalla de “Nivel Completado” para que los niños puedan continuar jugando o reintentar el nivel seleccionado.



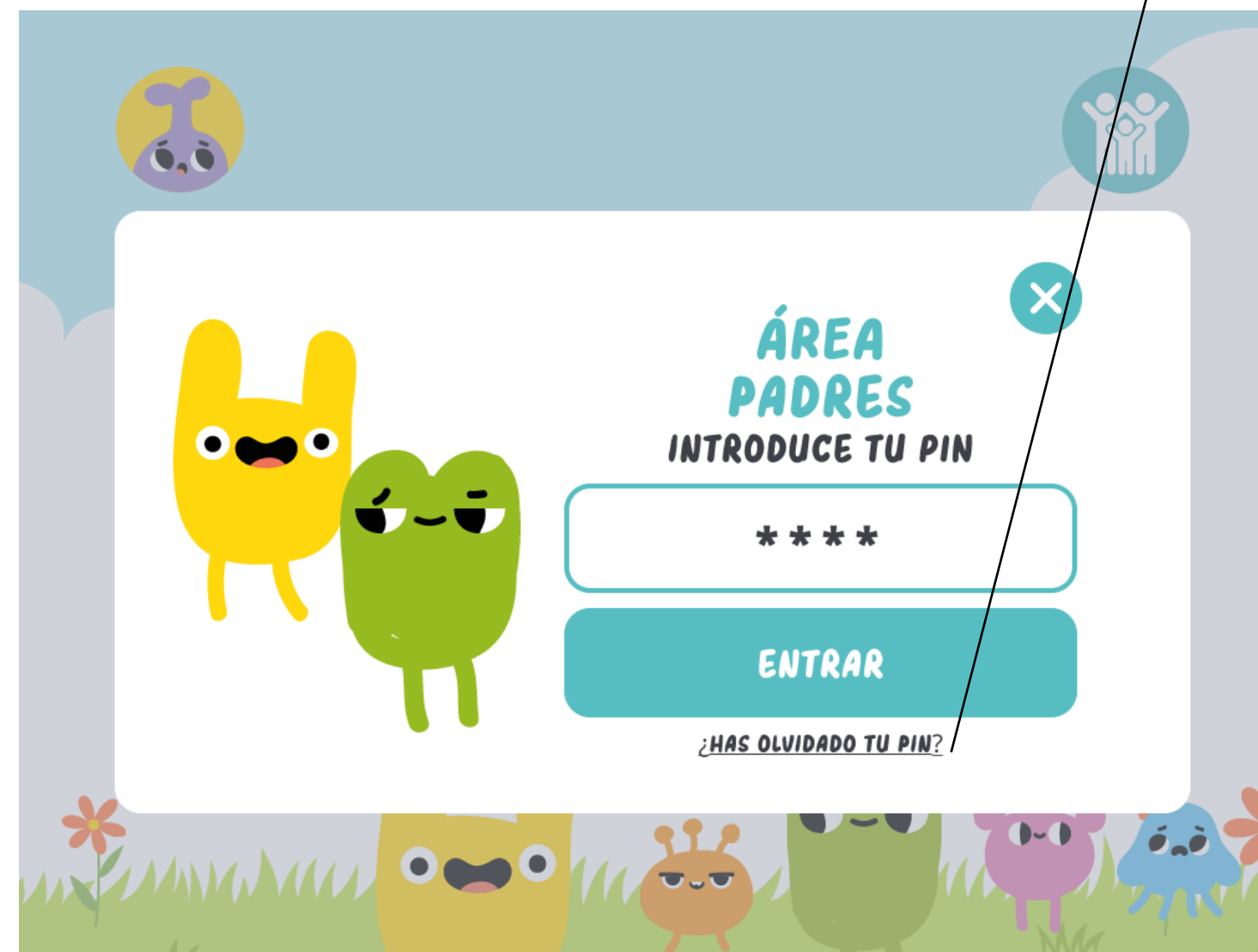
Figura 28. Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.

## 5.4 Mejoras Aplicadas

Se ha sustituido el icono de área padres por un icono más identificativo para los usuarios.



Se ha incluido una opción para que los padres o educadores puedan recuperar el pin establecido para la Área padres.



Se han modificado los iconos del apartado de Lecturas mantiene el estilo gráfico dado previamente como en los iconos de la pantalla de Inicio (Mundo, Juegos, etc.)

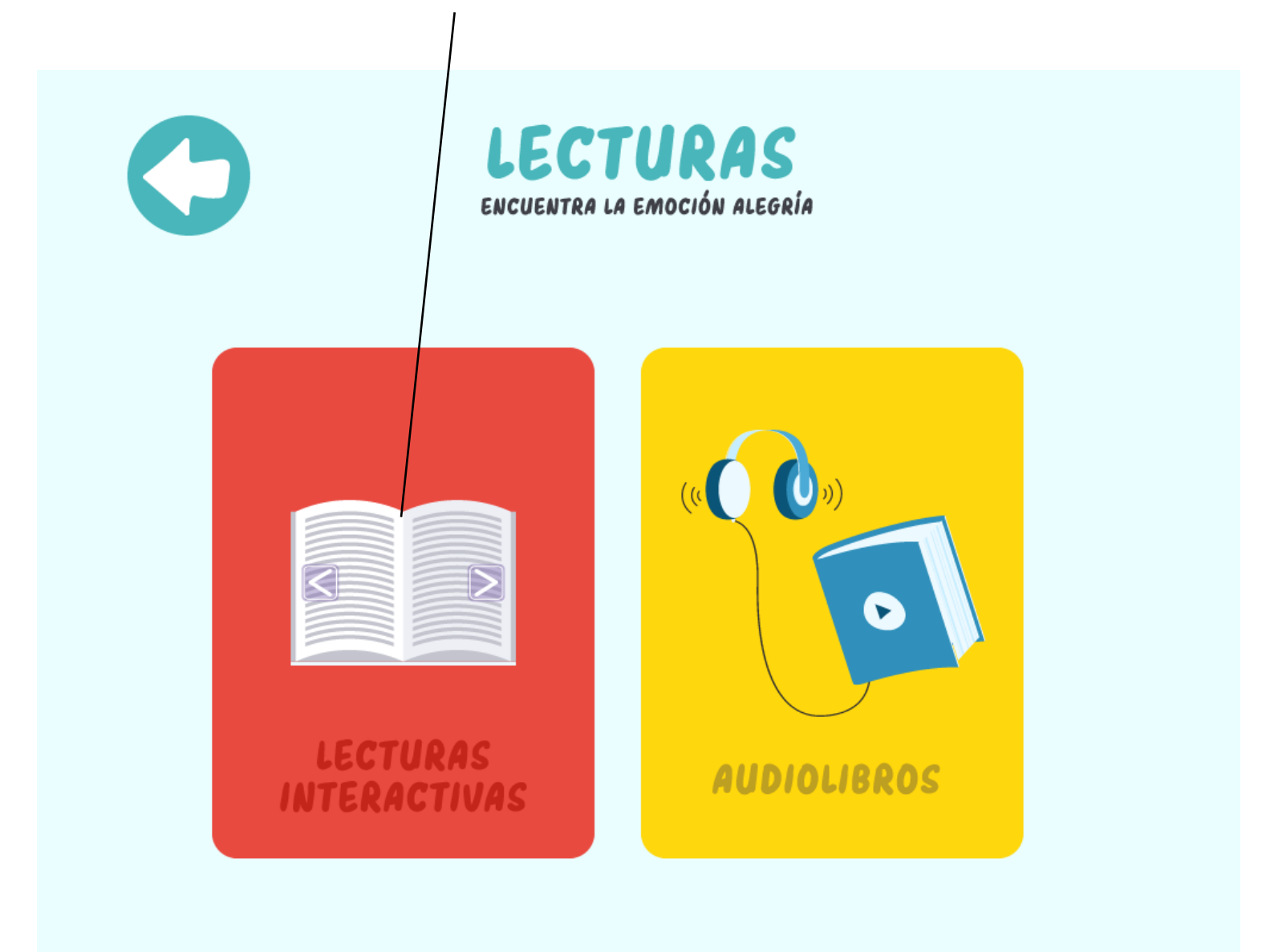


Figura 29. Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.

## 5.5 Conclusiones

Este proyecto se enfoca en la creación de una aplicación que mejora de la educación emocional de los niños, un tema muy importante en el desarrollo infantil. He creado esta aplicación con el objetivo de ayudar a los niños de 6 a 12 años a comprender y gestionar mejor sus emociones; ya que la educación emocional es fundamental para el bienestar de los niños y puede tener un impacto positivo a lo largo de su vida.

Emotive se trata de una aplicación accesible y fácil de usar para niños y padres. He considerado necesario añadir una sección específica para adultos, porque juegan un papel importante en la evolución del aprendizaje emocional de los niños. Además, considero que proporcionar herramientas y recursos útiles para los padres puede ayudar en la comunicación y educación emocional de los niños.

Diseñé la aplicación para incluir una variedad de actividades diferentes, como juegos y lecturas, para mantener el interés de los niños y reforzar su aprendizaje de diferentes maneras. Creo que esta variedad es importante porque diferentes actividades pueden ser

más efectivas para diferentes tipos de aprendizaje. Además, la aplicación utiliza un diseño amigable y colorido que atraer a los niños y mantener su interés en el aprendizaje emocional. Un diseño atractivo puede ayudar a los niños a sentirse más motivados y entusiasmados por aprender, lo que puede aumentar su retención de información y su disposición para practicar habilidades adquiridas.

En cuanto a mejoras futuras para esta aplicación de educación emocional, creo que sería beneficioso considerar la inclusión de contenido específico para diferentes grupos de edad dentro del rango de 6 a 12 años. Esto permitiría que la aplicación sea más adaptable para diferentes niveles de desarrollo y necesidades emocionales de los niños. Además, podría ser beneficioso crear una sección específica para adolescentes que se enfocara en el aprendizaje emocional y el bienestar mental para esa etapa de la vida.

También se podría explorar la inclusión de una sección de comunidad dentro de la aplicación, donde los niños puedan conectarse y compartir sus experiencias y emociones con otros niños de su edad.



## 5.5 Conclusiones

El uso frecuente de esta aplicación podría proporcionar una plataforma segura para que los niños compartan sus sentimientos y aprendan a comunicarse de manera efectiva y empática.

Estoy satisfecha con el resultado del proyecto, creo que esta herramienta tiene el potencial de ayudar a los niños a comprender y gestionar mejor sus emociones. Al proporcionar actividades interactivas, herramientas útiles para los padres y un diseño amigable para los niños, la aplicación puede ser una valiosa herramienta para abordar la educación emocional en niños de 6 a 12 años. Me gustaría pensar que si este proyecto saliera a la luz generaría un impacto positivo en la salud mental de los niños que la utilizaran.

# 06\_Apéndices

# Anexos / Screener

## Requisitos:

Buscamos participantes que cumplan con los siguientes criterios:

- Tener entre 18 y 65 años.
- Ser padres/madres o tutores legales de niños entre 6 y 12 años.
- Residir en España.
- Tener acceso a un ordenador con conexión a internet en casa.
- Estar dispuesto/a a participar en el estudio y a firmar el consentimiento informado.

## ¿Qué buscamos?

Buscamos padres/madres o tutores legales de niños entre 6 y 12 años que estén interesados en ayudar a sus hijos a mejorar su capacidad de identificar y manejar emociones.

## Calendario:

La sesión de la entrevista durará aproximadamente de entre 30 minutos a 1 hora y se llevará a cabo en una fecha y hora conveniente para el participante. Se enviará una confirmación por correo electrónico con los detalles de la cita.

## Objetivos de este estudio:

El objetivo de este estudio es conocer más acerca de las habilidades emocionales de los niños entre 6 y 12 años. Queremos conocer la perspectiva de los padres en cuanto a cómo sus hijos identifican y manejan sus emociones. Para ello, se llevará a cabo una entrevista en línea con los padres, donde se les preguntará sobre las habilidades emocionales de sus hijos y cómo ellos, como padres, pueden ayudar a sus hijos a mejorar en este ámbito. No se requiere ninguna habilidad especial en cuanto a habilidades emocionales, y se proporcionará una breve explicación sobre el estudio antes de comenzar. Los padres podrán compartir sus experiencias y conocimientos sobre sus hijos, lo que permitirá obtener información valiosa para la investigación. Se garantizará la confidencialidad y privacidad de la información recolectada durante el estudio.



# Anexos / Screener

## Cuestionario de captación:

Si está interesado en participar en este estudio, por favor complete el siguiente cuestionario:

Nombre completo:

Edad:

Ciudad de residencia:

Número de teléfono:

Correo electrónico:

¿Tienes un hijo/a entre 6 y 12 años? ¿Cuántos?

¿Está dispuesto/a a participar en una entrevista en línea acerca de las habilidades emocionales de su hijo/a?

¿Cree que existen aspectos en los que su hijo/a puede mejorar en cuanto a sus habilidades emocionales? ¿Cuáles?

¿Cree que los padres pueden jugar un papel importante en el desarrollo de las habilidades emocionales de sus hijos? ¿Por qué?

## Especificaciones para el usuario:

- Los padres deben tener al menos un hijo/a entre 6 y 12 años de edad.
- Los padres deben estar dispuestos a participar en una entrevista en línea acerca de las habilidades emocionales de su hijo/a.
- No se requiere experiencia previa en el tema de psicología emocional. Se proporcionará una breve explicación antes de comenzar la entrevista.
- La entrevista en línea tendrá una duración de aproximadamente 30-45 minutos.
- La información recolectada durante la entrevista será confidencial y se utilizará únicamente para fines de investigación.
- Los padres pueden decidir no responder a ninguna pregunta que no deseen responder.
- Los padres pueden retirarse de la entrevista en cualquier momento si así lo desean.
- Se proporcionará información detallada sobre cómo acceder a la entrevista en línea antes de la fecha programada.
- Se garantizará la confidencialidad y privacidad de la información recolectada durante el estudio.

# Anexos / Screener

Gracias por tu tiempo y participación. Pronto le enviaremos un correo electrónico de confirmación e instrucciones para completar la parte de registro del estudio. Nos pondremos en contacto con los participantes seleccionados después de que se complete la actividad de registro para programar entrevistas en el hogar. Las entrevistas se llevarán a cabo la semana del 20 y 27 de marzo de 2023. En cualquier momento, si surge algún problema que le impida participar plenamente en este estudio, póngase en contacto con nosotros lo antes posible. Gracias por su tiempo y respuestas. Esperamos su contribución.



# Anexos / Consentimiento Informado

Por favor, lea cuidadosamente la siguiente información antes de decidir si desea participar en la entrevista.

Propósito de la entrevista: La entrevista tiene como objetivo recopilar información sobre conocer más sobre los conocimientos de un profesional en cuanto a el desarrollo y aprendizaje de las emociones de los niños para obtener información valiosa y práctica que se utilizará para fines educativos y será de gran importancia para la investigación.

Procedimiento de la entrevista: Durante la entrevista, se le harán una serie de preguntas relacionadas con el tema mencionado anteriormente. La entrevista será grabada para que el entrevistador pueda revisar las respuestas con precisión.

Confidencialidad: Las respuestas proporcionadas en la entrevista serán confidenciales y se utilizarán únicamente con fines de investigación. La información recopilada en la entrevista no será compartida con ninguna otra persona o entidad sin su consentimiento previo por escrito. Solo se utilizará con fines estadísticos y de investigación.

Participación voluntaria: La participación en la entrevista es completamente voluntaria. Usted tiene el derecho de retirarse de la entrevista en cualquier momento sin penalización alguna.

Riesgos y beneficios: No hay riesgos conocidos asociados con la participación en esta entrevista. Los beneficios potenciales de participar en esta entrevista incluyen contribuir a la investigación y el avance del conocimiento sobre el desarrollo y aprendizaje de las emociones.

Contacto: Si tiene preguntas sobre la entrevista o sobre sus derechos como participante, puede ponerse en contacto con Judith Viñals en el siguiente correo: [jvinalsd@uoc.edu](mailto:jvinalsd@uoc.edu)

Al firmar a continuación, indico que he leído y entendido la información anterior y doy mi consentimiento voluntario para participar en la entrevista.

Firma del Participante Fecha

# Anexos / Entrevistas

## Datos demográficos

### Participante 1

Edad: 47 años  
Género: Mujer  
Estatus Familiar:  
Casada, con 2 hijos  
Dirección: L'Hospitalet  
de Llobregat  
Nacionalidad:  
Ecuatoriana  
Ingresos: 960 € mes  
Ocupación: Limpiadora

### Participante 2

Edad: 40  
Género: Mujer  
Estatus Familiar:  
Pareja de hecho, 1 hijo  
Dirección: L'Hospitalet  
de Llobregat  
Nacionalidad:  
Española  
Ingresos:  
Ocupación: Ingeniera  
Informática

### Participante 3

Edad: 40  
Género: Mujer  
Estatus Familiar:  
Pareja de hecho, 1 hijo  
Dirección: L'Hospitalet  
de Llobregat  
Nacionalidad:  
Española  
Ingresos:  
Ocupación: Ingeniera  
Informática

### Participante 4

Edad: 39  
Género: Mujer  
Estatus Familiar:  
Casada, 1 hija  
Dirección: L'Hospitalet  
de Llobregat  
Nacionalidad:  
Española  
Ingresos: 1.970 € mes  
Ocupación: Profesora  
de Infantil

### Participante 5

Edad: 26  
Género: Mujer  
Estatus Familiar: En  
pareja  
Dirección: Santiago de  
Compostela  
Nacionalidad:  
Española  
Ingresos: 1.970 € mes  
Ocupación: Profesora  
de Infantil



# Anexos / Entrevistas

## Preguntas a padres y madres

Las preguntas que se han realizado en las entrevistas han sido las siguientes:

### Introductorias generales:

1. ¿Puedes contarme un poco sobre su experiencia como padre/madre?
2. ¿Cómo describirías la relación que tienes con tu hijo/hija?
3. ¿Cómo manejas las emociones de tus hijos en el hogar?
4. ¿Cuál crees que es la importancia de comprender y validar las emociones de tus hijos?

### Preguntas específicas:

1. ¿Cómo describirías la capacidad de tu hijo/a para identificar y comprender sus emociones?
2. ¿Cómo crees que influye la falta de emociones en los niños en su capacidad para comunicarse y relacionarse con los demás?
3. ¿Podrías ponerme algún ejemplo de desafíos que te hayas enfrentado con tu hijo/a y cómo has abordado la situación?
4. ¿Has intentado enseñar habilidades emocionales a tu hijo/a? (lenguaje corporal, hablar de sentimientos, herramientas..)
5. ¿Qué enfoques o técnicas has encontrado más efectivas para enseñar habilidades emocionales (reconocer, comprender e identificar emociones) a tu hijo/a?

6. ¿Has notado algún cambio en el comportamiento de tu hijo después de enseñar estas habilidades?
7. ¿Qué impacto crees que tiene la enseñanza de emociones en la independencia y la autonomía de los niños?
8. ¿Consideras útil utilizar la tecnología para ayudar a tu hijo a comprender y gestionar sus emociones? En caso de haber respondido la pregunta anterior de forma afirmativa ¿Crees que una aplicación lúdica educativa podría ayudar a los niños a desarrollar su inteligencia emocional?
9. ¿Alguna vez has recibido apoyo o asesoramiento de profesionales de la salud sobre la educación emocional? En caso de haber respondido la pregunta anterior de forma afirmativa ¿Ha sido útil?
10. ¿Qué consejos daría a otros padres que quieren que sus hijos expresen sus emociones de manera sana?
11. ¿Has leído algún libro relacionado con el tema en cuestión? En caso afirmativo, ¿cuál o cuáles? ¿Te resultó útil la lectura y te ayudó a resolver tus dudas?
12. ¿Existe algún tema que no hayamos abordado y que consideres interesante para agregar o sobre el cual te gustaría hacer algún comentario?

# Anexos / Entrevistas

## Preguntas a profesional

Las preguntas que se han realizado en las entrevistas han sido las siguientes:

### Preguntas específicas:

1. ¿Cómo afecta el desarrollo emocional de un niño en su capacidad de aprendizaje?
2. ¿Cuál es la importancia de enseñar a los niños a identificar y expresar sus emociones?
3. ¿Cómo puede un educador ayudar a los niños a desarrollar habilidades sociales y emocionales?
4. ¿Qué estrategias se pueden utilizar para fomentar la inteligencia emocional en los niños?
5. ¿Cómo se puede enseñar a los niños a regular sus emociones y a manejar el estrés? ¿Y a los niños con necesidades especiales?
6. ¿Qué papel juegan los padres y los cuidadores en el desarrollo de habilidades emocionales en los niños, y cómo pueden colaborar con los educadores para reforzar estas habilidades en el hogar y en el aula?
7. ¿Cómo pueden los juegos educativos ayudar a los niños a desarrollar habilidades sociales y emocionales?
8. ¿Existen diferencias en el desarrollo emocional y de comunicación entre niños que utilizan una herramientas educativas emocionales y aquellos que no la utilizan?
9. ¿En qué medida la enseñanza de habilidades emocionales en la infancia puede contribuir a la prevención de trastornos emocionales y conductuales en la edad adulta?
10. ¿Cómo puede el desarrollo de habilidades emocionales ser integrado en el ámbito escolar y en la planificación de actividades educativas para fomentar una educación emocional completa y efectiva?
11. ¿Cuáles son los obstáculos más comunes que enfrentan los niños al aprender habilidades emocionales y cómo pueden los profesores superar estos obstáculos?
12. ¿Cómo afecta la falta de habilidades emocionales en la vida adulta de los niños y en su capacidad para desarrollar relaciones saludables?
13. ¿Existe algún tema que no hayamos abordado y que consideres interesante para agregar o sobre el cual te gustaría hacer algún comentario?



# Anexos / Prototipo

El prototipo navegable sin mejoras esta está disponible en el siguiente [enlace](#).

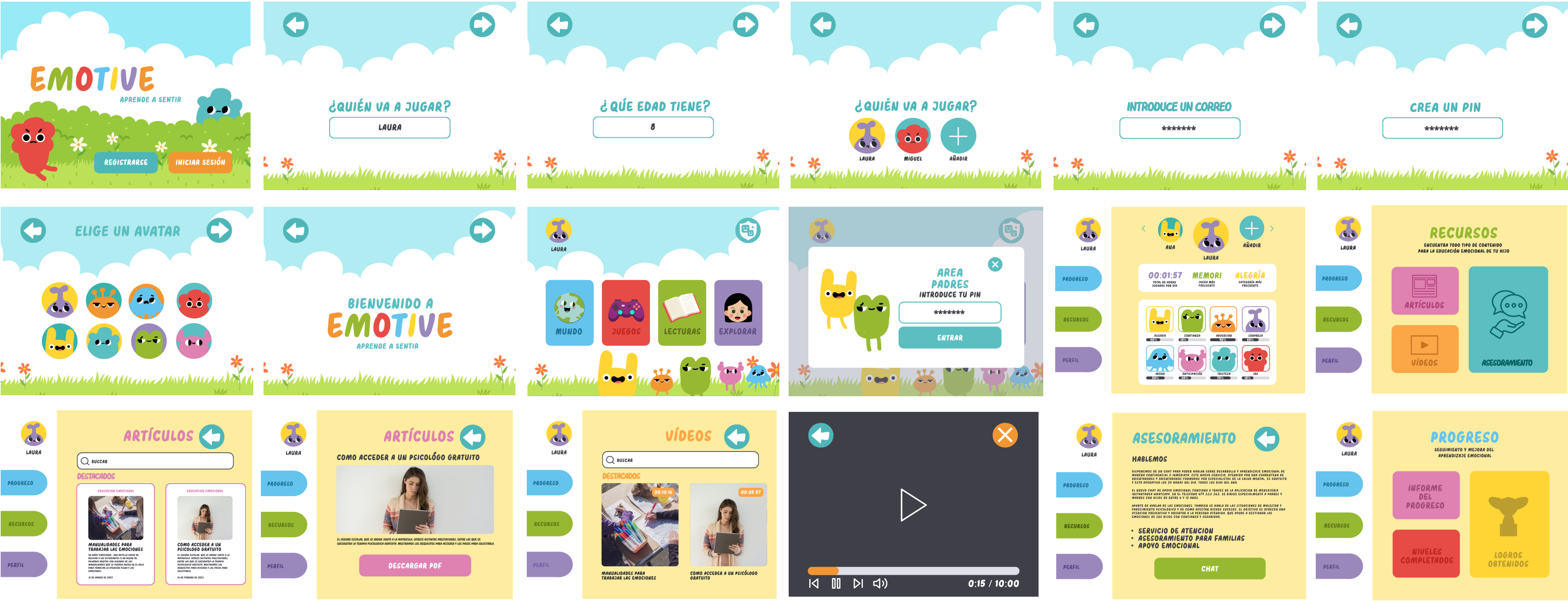


Figura 30. Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad sin mejoras. Elaboración propia.

# Anexos / Prototipo

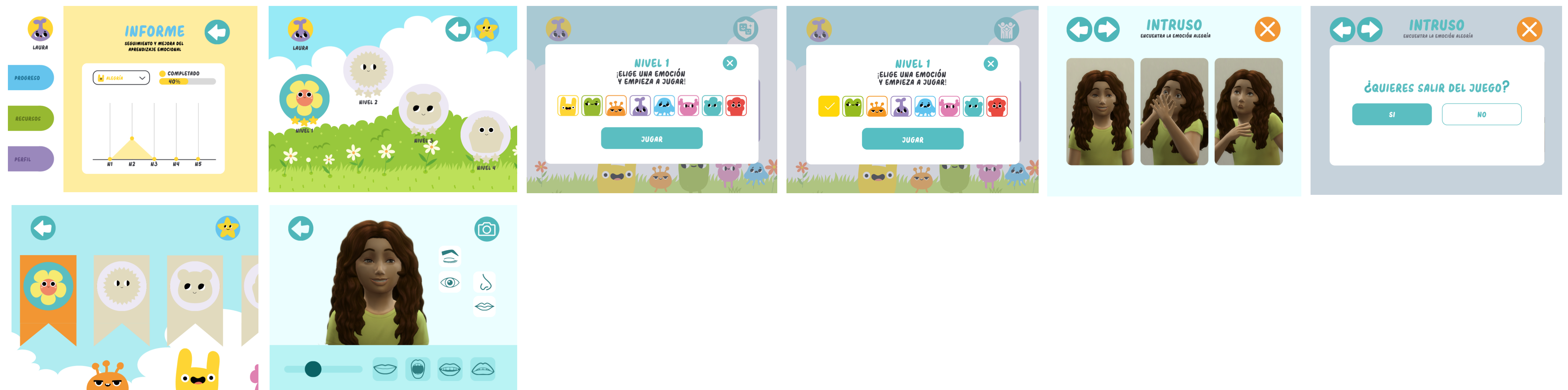


Figura 31. Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad sin mejoras. Elaboración propia.



# Anexos / Prototipo Final

## Área Niños

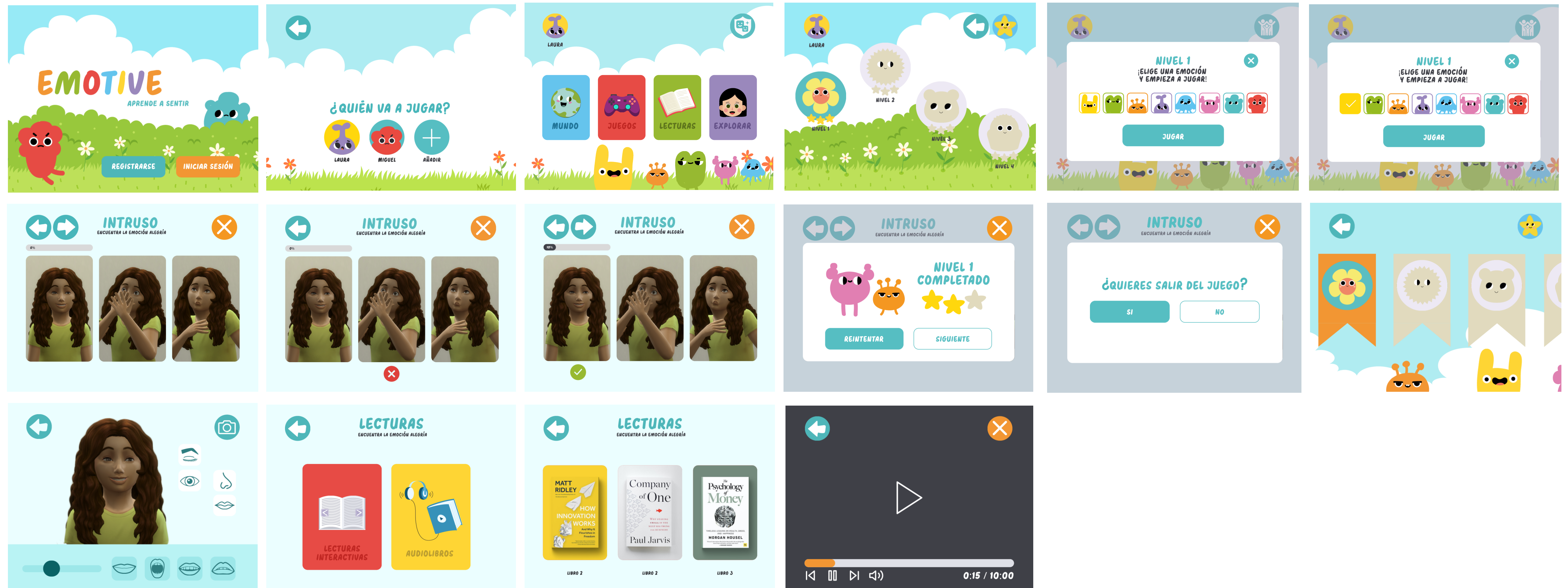


Figura 32. Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad con las mejoras aplicadas. Elaboración propia.

# Anexos / Prototipo

Área Padres

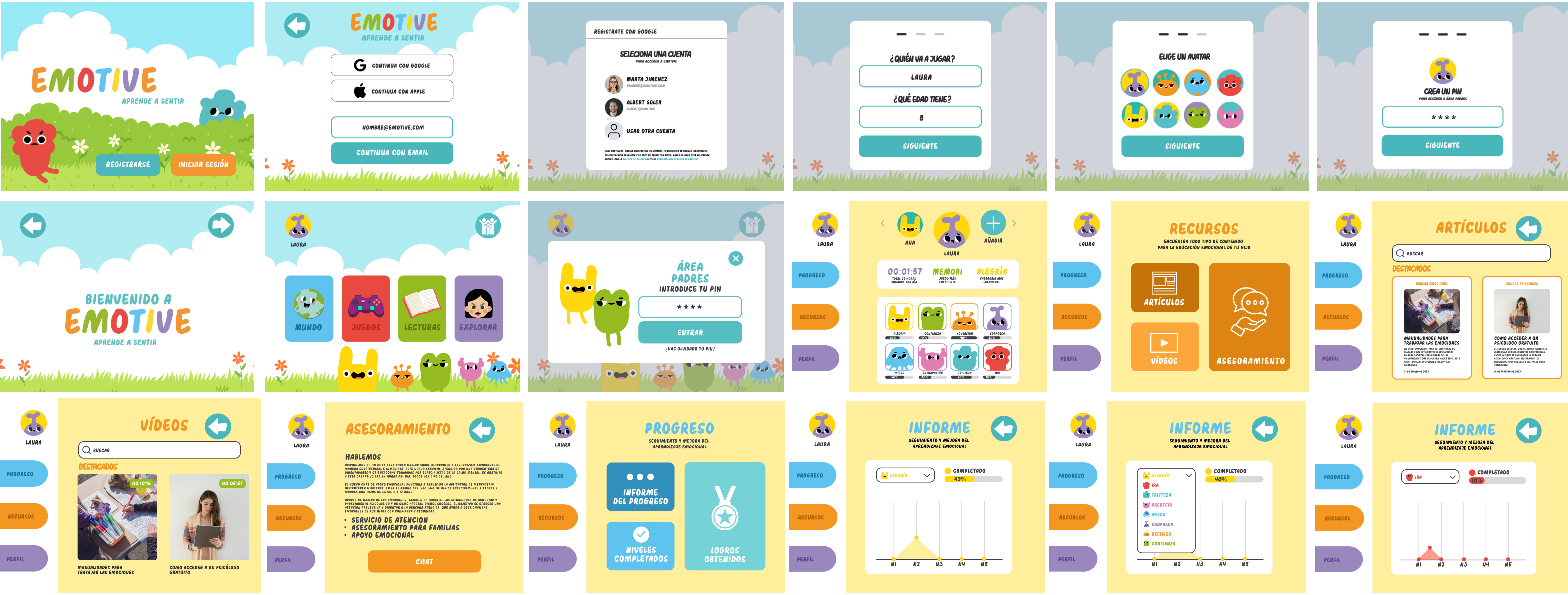


Figura 33. Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad con las mejoras aplicadas. Elaboración propia.



# Figuras

- Figura 1.** Representación gráfica de las seis emociones universales: miedo, alegría, sorpresa, tristeza, ira y asco (Pallarés, 2010 p. 34).
- Figura 2.** Gráfico Estadístico. De la educación a la familia, impacto positivo de los videojuegos en el hogar de los niños (Entertainment Software Association, 2020).
- Figura 3.** Gráfico Doble Diamante. Elaboración propia.
- Figura 4.** Captura de pantalla de la Planificación del trabajo. Elaboración propia.
- Figura 5.** Tabla comparativa de Benchmarking. Elaboración propia.
- Figura 6.** Captura de pantalla de la aplicación ¿Qué tal estás? para Android.
- Figura 7.** Captura de pantalla de la aplicación Emocionatest para Android.
- Figura 8.** Captura de pantallas de la aplicación TermoTIC para Android.
- Figura 9.** Captura de pantalla de la aplicación Gomins para Android.
- Figura 10.** Captura de pantalla de la aplicación SuperEmociones para Android.
- Figura 11.** Tabla comparativa del Inventario de Contenidos. Elaboración propia.
- Figura 12.** Card Sorting Visual para los niños. Elaboración propia.

- Figura 13.** Card Sorting Visual para padres. Optimal Workshop.
- Figura 14.** Captura de pantalla de las categorías del Card Sorting Visual para padres. Optimal Workshop.
- Figura 15.** Captura de pantalla del Dendograma del Card Sorting Visual para padres. Optimal Workshop.
- Figura 16.** Captura de pantalla del Árbol de contenidos. Elaboración propia.
- Figura 17.** Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Marta. Elaboración propia.
- Figura 18.** Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Albert. Elaboración propia.
- Figura 19.** Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Laura. Elaboración propia.
- Figura 20.** Captura de pantalla del Diagrama de flujo de Miguel. Elaboración propia.
- Figura 21.** Captura de pantalla de los Bocetos. Elaboración propia.
- Figura 22.** Captura de pantalla de los Wireframes. Elaboración propia.
- Figura 23.** Identidad de la plataforma Emotive. Elaboración propia.
- Figura 24.** Mockup de la aplicación Emotive. Elaboración propia.

# Figuras

**Figura 25.** *Mockup de la aplicación Emotive. Elaboración propia.*

**Figura 26.** *Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.*

**Figura 27.** *Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.*

**Figura 28.** *Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.*

**Figura 29.** *Capturas de pantalla de las mejoras implementadas en la aplicación. Elaboración propia.*

**Figura 30.** *Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad sin mejoras. Elaboración propia.*

**Figura 31.** *Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad sin mejoras. Elaboración propia.*

**Figura 32.** *Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad con las mejoras aplicadas. Elaboración propia.*

**Figura 33.** *Capturas de pantalla del prototipo de Alta fidelidad con las mejoras aplicadas. Elaboración propia.*



# Glosario

- **Emoción:** una respuesta psicológica y fisiológica a un estímulo interno o externo.
- **Estado de ánimo:** un estado emocional duradero que puede influir en la forma en que se percibe el mundo.
- **Sentimiento:** una experiencia subjetiva de una emoción que a menudo se acompaña de pensamientos y comportamientos específicos.
- **Estímulo emocional:** un evento, situación o estímulo que desencadena una respuesta emocional.
- **Evaluación cognitiva:** el proceso por el cual una persona interpreta, comprende y da sentido a un estímulo emocional.
- **Regulación emocional:** el proceso por el cual una persona maneja y controla sus emociones, a menudo a través de estrategias como la supresión emocional o el reaprendizaje emocional.
- **Expresión emocional:** la comunicación de una emoción a través de la expresión facial, vocal y corporal.
- **Retroalimentación emocional:** la influencia de la expresión emocional en la experiencia emocional y la regulación emocional.
- **Inteligencia emocional:** la capacidad de reconocer, comprender y regular las propias emociones y las emociones de los demás.
- **Habilidad emocional:** se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones propias y de los demás. Desarrollar habilidades emocionales puede mejorar la calidad de vida y las relaciones interpersonales.

# Bibliografía

## Libros

Frazzetto, G. (2013). *Cómo sentimos: sobre lo que la neurociencia puede y no puede decirnos acerca de nuestras emociones*. Taurus.

Martínez, F., Fernández, E., y Palmero, F. (2019). *Todo lo que usted siempre quiso saber sobre las emociones (y nunca se atrevió a preguntar)*. Ediciones Pirámide.

Pallares, M. (2010). *Emociones y sentimientos: Dónde se forman y cómo se transforman*. (Vitae) Marge Books.

## Artículos digitales

Barrett, L. F., & Gross, J. J. (2001). Emotional intelligence: A process model. En J. Aronson (Ed.), *Handbook of emotional intelligence* (pp. 87-111). Jossey-Bass.

Barrett, L. F., Mesquita, B., Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2007). The experience of emotion. *Annual review of psychology*, 58, 373-403.

Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.

Bisquerra, R. (2015). *Educación emocional y bienestar: Propuestas para la educación*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Bisquerra, R. (2012). *Educación emocional y convivencia escolar*. Editorial Síntesis.

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Madrid: Visor.

Bisquerra, R. (2009). Modelos de educación emocional. *Revista de Investigación en Educación*, 7(2), 5-23.

Brackett, M. A., Bailey, C. S., Katulak, N. A., y Rivers, S. E. (2019). Emotional intelligence in the classroom: Skill-based training for teachers and students. In *The Oxford Handbook of Education and Training in Professional Psychology* (pp. 277-291). Oxford University Press.



# Bibliografía

Chen, M., Michael, D., & Chen, S. (2006). Serious games for learning: a model and a reference architecture. *The International Journal of Learning Technology*, 2(4), 354–368.

Cossini, F. C., Rubinstein, W. Y., & Politis, D. G. (2017). ¿Cuántas son las emociones básicas? Estudio preliminar en una muestra de adultos mayores sanos. *Anuario de Investigaciones*, XXIV, 253–257. Universidad de Buenos Aires: Buenos Aires, Argentina.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., y Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432.

Ferguson, C. J. (2015). Video games and youth violence: A prospective analysis in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(2), 261–272.

Gee, J. P. (2007). What video games have to teach us about learning and literacy (2nd ed.). Palgrave Macmillan.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.

Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. (2014). The Benefits of Playing Video Games. *American Psychologist*, 69(1), 66–78. Recuperado el 3 de marzo de [www.apa.org/pubs/journals/releases/amp-a0034857.pdf](http://www.apa.org/pubs/journals/releases/amp-a0034857.pdf)

López C., È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153–167. Recuperado el 20 de marzo de [www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf)

Organización Mundial de la Salud (2018). Promoción de la salud mental y prevención de trastornos mentales.

Romero Olucha, S., Rubio-Quintanilla Alcalá, F., Baset Ivars, M., Serrano Flich, R., & Pastor, M. C. (2015). Influencia cultural y universalidad en la expresión de las emociones. Una revisión sistemática de estudios recientes. *Àgora de Salut*, 1. Universidad Jaume I.

# Bibliografía

## Web

Entertainment Software Association (2020). Essential facts about the video game industry. Recuperado 3 de marzo de [www.theesa.com/esa-research/2020-essential-facts-about-the-video-game-industry/](http://www.theesa.com/esa-research/2020-essential-facts-about-the-video-game-industry/)

Guerrero, R. (2018). Sin educación emocional, no sirve para nada saber resolver ecuaciones. Recuperado 20 de marzo de [www.prevencionintegral.com/actualidad/noticias/2018/09/12/sin-educacion-emocional-no-sirve-para-nada-saber-resolver-ecuaciones-denuncia-profesor](http://www.prevencionintegral.com/actualidad/noticias/2018/09/12/sin-educacion-emocional-no-sirve-para-nada-saber-resolver-ecuaciones-denuncia-profesor)

Mollá, J., M. (2019). La rueda de las emociones de Robert Plutchik. Psicología y Mente. Recuperado 20 de marzo de <https://psicologiaymente.com/psicologia/rueda-emociones-robert-plutchik>