



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

TRABAJO INTEGRADOR FINAL

La literatura infantil como mediadora en el desarrollo

emocional aplicada en el escenario escolar

Modalidad: Ensayo

Autora: Compañy, Carolina

Legajo: C-1171/1

D.N.I: 27160057

Docente Responsable: Griselda Santarelli

2025

Agradecimientos

A mis hijos, porque no dudaron que algún día lograría llegar a esta instancia.

A mis padres, por su amor incondicional y porque nunca dejaron de alentarme.

A cada uno de los profesores que hacen posible que la universidad sea pública y de calidad. En especial a mi docente del espacio tif y a la docente responsable, que me acompañaron y guiaron.

Índice

Resumen y palabras claves.....	3
Introducción.....	4
Desarrollo.....	6
1. Infancia y la construcción emocional.....	6
2. La literatura infantil como instrumento del desarrollo emocional.....	8
3. El rol del docente y del psicólogo.....	10
Conclusiones finales.....	13
Referencias bibliográficas	16

Resumen

La literatura infantil constituye una herramienta fundamental en el desarrollo emocional de los niños, ya que permite explorar, identificar y expresar emociones a través de los personajes y las historias. Desde una mirada cognitivo conductual, la lectura favorece la autorregulación, la empatía y la construcción de significados personales. En el ámbito educativo, el docente cumple un rol mediador que transforma el acto de leer en un espacio de reflexión y contención emocional. En el contexto escolar actual, muchos niños presentan dificultades para reconocer, nombrar y gestionar sus emociones. A pesar de la presencia de propuestas literarias en el currículum, no siempre se utilizan como recursos psicopedagógicos para el desarrollo emocional. Surge entonces la necesidad de analizar cómo la literatura infantil puede convertirse en una herramienta que favorezca el crecimiento emocional y la comprensión de sí mismos y de los otros. La hipótesis que se sostiene es que si la literatura infantil es utilizada de manera intencional y reflexiva por el docente, puede promover el desarrollo emocional en los niños, fortaleciendo su capacidad de reconocer, expresar y regular sus emociones dentro y fuera del aula. La literatura infantil, se presenta como un recurso fundamental para el desarrollo emocional de los niños. Su importancia trasciende la función recreativa y educativa tradicional, ya que permite que los niños entren en contacto con sus emociones de manera segura y significativa, aprendiendo a reconocer, comprender y gestionar los sentimientos que surgen en su vida cotidiana. La lectura de cuentos, relatos y fábulas se convierte, entonces, en una experiencia integral: no solo despierta la imaginación y la creatividad, sino que también fomenta la construcción de competencias socioemocionales esenciales para la vida.

Palabras claves: Infancia-emoción-psicoeducación

INTRODUCCIÓN

El presente ensayo presentado para el trabajo integrador final aborda como tema a la literatura infantil, desde el marco de la psicología cognitiva conductual, como una herramienta pedagógica y terapéutica idónea para el trabajo con emociones en el ámbito escolar y/o en la clínica con los niños y niñas.

La revisión de antecedentes arroja que, a nivel nacional e internacional, se llevan a cabo investigaciones que ofrecen valiosa información. Para citar algunos de ellos, resulta pertinente el aporte de Valenzuela Maribel Grand, *Los cuentos infantiles y su utilidad para el desarrollo de emociones en la Escuela de educación superior* (2022), en Perú, revisa estudios y artículos académicos que abordan la relación entre la lectura de cuentos y el desarrollo emocional infantil, los resultados arrojan que los cuentos permiten a los niños identificar y nombrar emociones, facilitando su comprensión y aceptación. Las historias ofrecen modelos de resolución de conflictos y manejo de emociones, promoviendo la autorregulación en los niños. La identificación con los personajes de los cuentos fomenta la empatía y la comprensión hacia los demás. Deja por fuera la intervención directa con niños por lo que no hay datos empíricos sobre la eficacia real de los cuentos en contextos específicos.

Otra investigación llevada a cabo por un equipo multidisciplinario que incluye a Irina Kumschick, Luna Beck, Isabella Heuser, *Los efectos de una intervención basada en la literatura diseñada para aumentar la competencia emocional en segundo grado*, en Alemania (2014), implementa un programa llamado reading and feeling en un centro de internación después de la escuela, con niños de segundo y tercer grado. Tras nueve meses el programa de intervención muestra que todos los niños y niñas mejoran su vocabulario emocional y el conocimiento explícito de emociones tras participar en la lectura y discusión guiada de literatura infantil. Sin embargo, un hallazgo particularmente relevante fue que los varones se benefician más que las niñas en la capacidad de reconocer emociones que no se expresan de manera directa o evidente. Si bien la intervención literaria favorece a todos los niños y niñas, su impacto diferencial en varones indica que la lectura guiada puede ser un recurso pedagógico estratégico para reducir desigualdades de género en la comprensión emocional. Esto revela que los libros infantiles son un medio eficaz para entrenar habilidades cognitivas emocionales, en particular aquellas más sofisticadas como reconocer emociones implícitas.

En nuestro país Bunge, E. (2013) realiza una investigación donde se analizan sesiones reales con niños de seis a doce años, empleando cuentos creados para modelar la conducta y explorar emociones. Explica cómo el relato simbólico permite acceder a las cogniciones y emociones del niño de un modo no amenazante. Los aportes principales de este trabajo es la introducción de la metáfora funcional, es decir, historias que reproducen el esquema del conflicto del niño para promover su

elaboración. Muestra como el cuento puede ser usado para psicoeducación emocional, reestructuración cognitiva y reforzamiento conductual positivo, señala mejoras en autorregulación emocional, empatía y afrontamiento de la frustración.

De acuerdo a lo anterior, el presente trabajo, problematiza el lugar que ocupa la dimensión emocional dentro de las prácticas educativas y analiza cómo la intervención literaria puede contribuir a una educación integral y humanizada. Considerando que la literatura infantil trasciende su dimensión estética, no se trata únicamente de acercar a los niños al placer de leer, sino de reconocer en los textos literarios un medio privilegiado para el trabajo de las emociones, la construcción de subjetividad y de sentido. El contacto temprano con los relatos ofrece un espacio simbólico donde pueden proyectar, elaborar y comprender experiencias emocionales que muchas veces resultan difíciles de expresar en otros contextos. Otra inquietud que motiva este análisis resulta que en la currícula escolar, las emociones continúan siendo un aspecto secundario. A menudo, la enseñanza se desarrolla bajo una lógica racionalista que separa el aprendizaje de la vivencia afectiva, velando las emociones. Esta fragmentación entre lo cognitivo y lo afectivo limita la posibilidad de formar sujetos reflexivos, sensibles y empáticos. Tal como sostiene Richard Lazarus (1991),_la emoción no puede separarse de la valoración cognitiva del entorno; es, en esencia, una forma de conocimiento. En este marco, la lectura es un recurso pedagógico privilegiado para tender puentes conectando la enseñanza con la formación emocional. La literatura no solo enseña a leer palabras sino a leer el mundo, a interpretar las intenciones, los sentimientos y las consecuencias de las acciones.

Es por ello que el siguiente ensayo analiza de manera integral el papel de la literatura y su influencia en las emociones, en la formación de las infancias en el contexto escolar y el impacto sobre el entorno.

DESARROLLO

1) INFANCIA Y LA CONSTRUCCIÓN EMOCIONAL

Resulta oportuno reflexionar sobre la infancia y la relación que podemos establecer con las emociones. Pensar la infancia implica abrir un espacio de reflexión sobre los modos en que entendemos al niño y las múltiples dimensiones que conforman su experiencia subjetiva. Lejos de ser un tiempo neutro o meramente biológico, la infancia es una construcción histórica, cultural y simbólica que se define en relación con los discursos sociales, las prácticas educativas y las teorías psicológicas que buscan comprenderla. Desde la psicología cognitivo-comportamental, este período adquiere una relevancia particular: es en la infancia donde se configuran muchos de los esquemas cognitivos, patrones de pensamiento y aprendizajes emocionales que luego estructuran la vida adulta. Por otra parte, las emociones no son entidades naturales y aisladas, ni se reducen a reacciones fisiológicas, sino que se entienden como construcciones dinámicas que se desarrollan en función de la interpretación que el niño realiza de las situaciones y del significado que otorga a sus experiencias, son procesos cognitivos y conductuales que se aprenden, se modelan y se refuerzan en la interacción con el entorno. Desde esta perspectiva, resulta ser el tiempo privilegiado donde se establecen las bases de la regulación y el reconocimiento de las mismas y de los demás.

En sintonía con lo anterior es necesario valorar la importancia del aprendizaje social, la imitación, el refuerzo y las cogniciones tempranas en la formación de las emociones. El niño es un sujeto activo en su aprendizaje, capaz de procesar información, interpretar estímulos y responder según las consecuencias que observa en su entorno. Albert Bandura (1977), introduce el concepto de aprendizaje vicario o aprendizaje por observación, donde el niño aprende no solo por experiencia directa, sino observando las conductas y reacciones emocionales de los otros. Este proceso implica una internalización de modelos afectivos que regulan sus propias respuestas emocionales. Es en la infancia donde se configuran muchos de los esquemas cognitivos, patrones de pensamiento y aprendizajes emocionales que luego estructuran la vida adulta.

Gran parte del comportamiento emocional se adquiere mediante procesos de aprendizaje. Las emociones, lejos de ser puramente innatas, se configuran a partir de la experiencia y de las interpretaciones cognitivas que el sujeto realiza de los acontecimientos. Aaron Beck (1976) plantea que los esquemas cognitivos —estructuras mentales que organizan la información— se forman desde los primeros años de vida, influyendo en la forma en que interpretamos el mundo y reaccionamos emocionalmente ante él.

De acuerdo con esta línea de pensamiento, durante la infancia, los esquemas emocionales se consolidan a partir de las interacciones con las figuras significativas. Si

un niño recibe refuerzo positivo cuando expresa afecto o empatía, tenderá a desarrollar emociones más reguladas y comportamientos prosociales. En cambio, si las emociones son ignoradas o castigadas, puede desarrollar esquemas disfuncionales que lo lleven a reprimir sus sentimientos o a interpretarlos como amenazas. La construcción emocional no depende solo de la maduración biológica, sino también de los aprendizajes que se consolidan en los vínculos. La observación de las respuestas emocionales de los adultos enseña al niño qué emociones son válidas, cuáles se deben ocultar y cómo se manejan las frustraciones. De este modo, la infancia se convierte en el terreno donde se aprenden los modos de sentir y de expresar.

Bandura (1987) profundiza el concepto de modelado, destacando que los niños aprenden emociones, actitudes y comportamientos observando a otros. Esto significa que los adultos —padres, docentes, cuidadores— se convierten en modelos emocionales que, de forma consciente o no, enseñan a los niños cómo responder ante distintas situaciones. Por ejemplo, un niño que observa a un adulto manejar el enojo de manera calmada y reflexiva, probablemente internalice estrategias similares para regular su frustración. En cambio, si el entorno responde con violencia, evitación o negación de la emoción, el niño aprenderá esas mismas respuestas. Dicho enfoque enfatiza la función del entorno en la formación emocional, poniendo énfasis en el refuerzo positivo, la consistencia de las normas y la comunicación afectiva.

El aprendizaje emocional implica tanto la observación de modelos como la práctica de la autorregulación. En la infancia, esta capacidad comienza a desarrollarse a partir de la guía externa, que gradualmente se internaliza. La regulación emocional, entendida como la capacidad de reconocer, comprender y modular las propias emociones, es uno de los pilares del bienestar psicológico y de la prevención de trastornos emocionales en etapas posteriores (Gross, 2015).

La comprensión de la relación entre cognición, emoción y conducta permite explicar cómo los pensamientos influyen en las emociones y, a su vez, cómo las emociones condicionan las respuestas conductuales. En la infancia, esta relación se encuentra en pleno proceso de desarrollo.

Cuando un niño interpreta un fracaso escolar como una evidencia de incapacidad (ejemplo “no se sumar”), se activa una respuesta emocional de frustración o tristeza que puede llevar a la evitación del aprendizaje. En cambio, si interpreta la misma situación como un desafío (“puedo mejorar”), la emoción que predomina puede ser la motivación o la esperanza. Este ejemplo refleja la importancia de las cogniciones tempranas en la construcción de una emocionalidad saludable.

Es decisivo considerar el papel del adulto, para enseñar a los niños a identificar y cuestionar pensamientos distorsionados, resulta una estrategia preventiva para la construcción de una conducta y una regulación emocional adaptativa.

El aprendizaje socioemocional, promovido por autores como Goleman (1995), se alinea con esta perspectiva al proponer que las competencias emocionales pueden y deben aprenderse. Enseñar a los niños a reconocer sus emociones, a comprender la de los demás y a desarrollar empatía y autocontrol, es una forma de promover una infancia más consciente, resiliente y autónoma.

2) LA LITERATURA INFANTIL COMO INSTRUMENTO DEL DESARROLLO EMOCIONAL.

Desde las teorías del aprendizaje social de Bandura (1977) y los aportes cognitivos de Piaget (1952), se reconoce que los niños aprenden observando, imitando y elaborando las conductas y emociones de los otros. En este sentido, la literatura ofrece un espacio seguro para la observación simbólica: el niño se enfrenta a personajes que sienten miedo, alegría, enojo o tristeza, y aprende a nombrar y comprender esas emociones sin exponerse directamente al conflicto real. Además, la literatura infantil promueve la empatía y la toma de perspectiva. Según Hoffman (2000), la empatía es una habilidad socioemocional esencial que se fortalece a través de la identificación con el otro. Las historias posibilitan esa identificación: al compartir la experiencia del personaje, el niño amplía su repertorio emocional y moral, lo que contribuye a una socialización emocional más saludable. Por su parte, la psicoterapia cognitivo-conductual entiende la empatía como una competencia terapéutica fundamental, que implica la capacidad del terapeuta para comprender de manera precisa los pensamientos, emociones y significados del paciente, y comunicar esa expresión al consultante se sienta escuchado y validado (Beck, 2011)

Diversas investigaciones coinciden en señalar que la alfabetización emocional resulta tan crucial como la adquisición de la lectoescritura, dado que las competencias emocionales permiten sostener procesos de autorregulación, resiliencia y adaptación socio ambiental (Bisquerra, 2009). Interpretar cómo los niños identifican, expresan y gestionan emociones básicas —como el miedo, la ira, la tristeza o la alegría— resulta esencial para favorecer trayectorias de desarrollo saludables, tanto a nivel individual como social. Los relatos son un recurso didáctico-terapéutico, capaz de proyectar experiencias emocionales en un entorno seguro y simbólicamente mediado, siendo un medio psicoeducativo de alto potencial para el desarrollo emocional y cognitivo. Desde la perspectiva cognitiva, las emociones no se conciben como opuestas al pensamiento, sino como parte constitutiva de los procesos mentales superiores.

También cabe destacar que la literatura funciona como un reforzador positivo en la medida en que el acto de leer o escuchar un relato se vincula con experiencias gratificantes. Caballo (1993) señala que “el reforzamiento positivo constituye el principio fundamental para incrementar conductas adaptativas en contextos educativos”. La narrativa literaria, al generar placer estético, se convierte en un estímulo que favorece la adhesión de los niños a las actividades de educación emocional, fortalece la disposición cognitiva para participar en procesos de identificación y reestructuración emocional, integrando así el disfrute estético con la eficacia psicoeducativa. Otro de los beneficios es que promueve la enseñanza explícita de habilidades socioemocionales. Bisquerra (2009) enfatiza que “las competencias emocionales son esenciales para la vida y deben enseñarse de manera sistemática”. A través de la dramatización, el role playing o el debate sobre las acciones de los personajes, los niños pueden ejercitar habilidades de empatía, tolerancia a la frustración y asertividad.

Un ejemplo es el cuento *El monstruo de colores* (Llenas, 2012) cuyo relato permite organizar actividades donde los estudiantes etiquetan emociones propias y ajenas, asignando un color y un lenguaje corporal asociado. Este procedimiento no solo favorece la alfabetización emocional, sino que también constituye un entrenamiento en técnicas de autocontrol conductual, como la verbalización de estados internos o la anticipación de respuestas adaptativas. Cuando un niño lee *El patito feo*, no solo sigue una historia sobre aceptación, sino que experimenta cognitivamente las emociones del rechazo, la soledad y la transformación. Otra historia, como *Caperucita Roja*, permite que los niños enfrenten de manera simbólica el miedo y la incertidumbre, y aprendan estrategias de cuidado y resolución de problemas. Esta exposición controlada a emociones intensas fomenta la autorregulación emocional, ya que el niño aprende a reconocer la emoción, comprender su origen y pensar en posibles formas de afrontarla. Esta experiencia guiada, mediada por el adulto facilita la comprensión emocional y la resiliencia. En otras palabras, la literatura no enseña directamente cómo sentirse, sino que *enseña a pensar sobre lo que se siente*, integrando cognición y afectividad.

En este marco la literatura infantil ofrece personajes y tramas que encarnan emociones intensas y variadas, actúa como un escenario de exposición gradual que ayuda al niño a habituarse a situaciones emocionales desafiantes dentro de un marco seguro. Bettelheim (1976) sostiene que los cuentos de hadas cumplen una función terapéutica porque “permiten al niño enfrentarse simbólicamente a sus miedos y ansiedades, ofreciendo modelos de superación”.

Siguiendo esta posición cabe mencionar a Cortés (2016), en un análisis de ochenta relatos infantiles, concluye que “los textos literarios posibilitan a los niños identificar emociones básicas como alegría, miedo o tristeza, y reflexionar sobre su gestión”. Este hallazgo confirma la pertinencia de integrar la literatura como herramienta de intervención psicoeducativa. También Bisquerra (2009) desarrolla la noción de educación emocional, definida como un

proceso que busca desarrollar competencias para identificar, comprender y regular las emociones propias y ajenas. Estas competencias se alinean con el enfoque, dado que implican habilidades cognitivas (identificación y análisis de pensamientos), emocionales (conciencia y expresión afectiva) y conductuales (respuestas adaptativas).

3) EL ROL DEL DOCENTE Y DEL PSICÓLOGO

Cabe destacar la importancia de la mediación docente la cual resulta fundamental para traducir los principios de la psicología cognitiva comportamental al trabajo con literatura infantil. Beck (1976) sostiene que “el terapeuta —o, en este caso, el educador— debe guiar al sujeto a reconocer sus pensamientos automáticos y cuestionar su validez”. En el aula, ello implica diseñar preguntas orientadoras que permitan a los niños identificar las creencias irracionales de los personajes, explorar alternativas interpretativas y ensayar nuevas conductas. Caballo (1993) propone estrategias de intervención a través del diálogo (ejemplo fomentar preguntas del tipo “¿qué pensaba el personaje para sentirse así?”, que promueven la identificación cognitiva, la reescritura narrativa (ejemplo: pedir a los alumnos que modifiquen la historia introduciendo un pensamiento alternativo más adaptativo, lo cual constituye un ejercicio de reestructuración cognitiva).

Teniendo en cuenta la fundamentación teórica la eficacia de este enfoque depende en gran medida de la formación docente, por lo tanto, no basta con seleccionar relatos adecuados, sino que requiere que el profesorado comprenda los principios básicos de la psicología cognitiva, como la relación entre cogniciones, emociones y conductas y maneje técnicas de reestructuración y refuerzo. Para tal fin hay que agregar a la formación docente conocimientos y estrategias de acceso para que el mismo trabaje en el aula. Según Bisquerra y Pérez (2007), “el profesorado necesita competencias emocionales propias para poder enseñar a los alumnos a desarrollarlas”. Dicha formación podría contemplar no solo contenidos teóricos, sino también talleres prácticos donde los docentes experimenten de primera mano el uso de la literatura como herramienta psicoeducativa, fortaleciendo así su rol mediador.

Finalmente, la integración de la literatura infantil permite establecer mecanismos de evaluación que miden su impacto en el alumnado. Ellis (1962) destaca que la efectividad de toda intervención cognitivo conductual depende de la “observación sistemática de los cambios en pensamiento, emociones y conductas”. La propuesta es que el docente lleve registros de las emociones de los alumnos que se relacionan con las de los personajes literarios y evaluar la frecuencia con que los niños expresan y regulan las mismas tras las actividades.

Utilizar la literatura infantil en el ámbito escolar donde se implique una planificación curricular transversal, se usen estrategias de mediación cognitivo-conductual, espacios

de formación teórica-práctica y evaluación sistemática de resultados, trae en consecuencia un instrumento pedagógico y terapéutico de alto valor, capaz de potenciar competencias emocionales y mejorar la convivencia escolar ya que haría un aporte a la salud emocional y mental de las infancias. El abordaje psicoeducativo de la literatura infantil es clave para que cada relato constituya un escenario simbólico que facilite la identificación de esquemas cognitivos y patrones de conducta, permitiendo su resignificación en un entorno seguro, aplicable a todos los contextos.

El educador actúa como facilitador de experiencias literarias que potencien el desarrollo emocional. Esto implica seleccionar libros adecuados para la edad y el interés de los niños, diseñar actividades de lectura guiada y fomentar la expresión de las emociones a través de la conversación, el arte o el juego dramático. La mediación del formador permite que los niños integren su vida cotidiana, aplicando los aprendizajes emocionales en sus relaciones y conductas. La implementación de las narrativas en el aula contribuye a generar un clima emocional seguro y estimulante, en el que los niños se sienten escuchados y comprendidos. Además, fortalece la conciencia emocional, promueve la resolución de conflictos y facilita la construcción de vínculos afectivos entre los niños y con el docente, aspectos fundamentales para un desarrollo integral. Bisquerra (2009) enfatiza que la educación emocional no puede concebirse como una actividad periférica, sino como una dimensión transversal a todo el currículo escolar. En esta línea, el dispositivo puede integrarse tanto en las áreas lingüísticas como en los espacios de tutoría y convivencia escolar, funcionando como un puente entre lo académico y lo socioemocional. Un ejemplo sería, un cuento leído en la clase de lengua puede convertirse en disparador de debates sobre la gestión de la ira o la tristeza, mientras que en Ciencias Sociales el análisis de relatos históricos o culturales permite trabajar emociones vinculadas a la identidad y la pertenencia. Esta transversalidad responde a la visión, donde las cogniciones y emociones no se segmentan, sino que configuran un entramado que afecta al desempeño integral del estudiante.

Entiendo que incorporar la dimensión afectiva en las prácticas pedagógicas a través de la literatura no sólo las humaniza, sino que las hace más significativas y transformadoras. La lectura se convierte así en una experiencia compartida que invita a pensar, sentir y dialogar con el otro configurando un espacio de aprendizaje donde la emoción y el pensamiento se entrelazan para construir subjetividad.

De esta manera la intersección entre lo emocional y la psicología cognitivo-conductual forma, un campo interdisciplinario de notable potencial teórico y aplicado. La narrativa literaria habilita procesos de identificación proyectiva y catártica, al tiempo que la psicología cognitivo-conductual proporciona un andamiaje conceptual y metodológico para comprender y potenciar dichos procesos. Analizar esta relación abre posibilidades para el diseño de programas educativos y de intervención psicológica orientados a

fortalecer la regulación emocional para la infancia. Si entendemos que la construcción emocional es también un proceso de aprendizaje, las instituciones que acompañan la infancia —la familia, la escuela, la comunidad— tienen una función formativa esencial. La propuesta es seguir pensando prácticas educativas que no solo transmiten conocimientos, sino también habilidades emocionales y sociales. Aprender inteligencia emocional desde el ámbito educativo, sobre todo en primera y segunda infancia, es una manera de hacer prevención y promoción de la salud emocional y mental.

Desde una mirada crítica, también es necesario reconocer que las condiciones socioeconómicas, las experiencias de vulnerabilidad y las desigualdades estructurales inciden en la posibilidad de construir emociones saludables. La psicología cognitivo conductual, complementada con una lectura social del contexto, permite no reducir los problemas emocionales a un plano individual, sino entenderlos como el resultado de interacciones entre el sujeto y su entorno. Proponer un currículo donde se relacione con los demás objetivos de aprendizaje, teniendo en consideración las necesidades del alumnado y las competencias docentes, de manera que el trabajo con cuentos, fábulas y álbumes ilustrados se convierta en un eje que atraviese el proceso educativo y como ya mencione, se adapta a todos los contextos y culturas.

En definitiva, construir emocionalmente implica también construir humanidad. Educar en la infancia desde una perspectiva cognitiva y afectiva no solo forma sujetos más conscientes, sino también comunidades más empáticas y saludables.

Conclusiones finales

La literatura infantil, como desarrollo a lo largo de este trabajo, se presenta como un recurso fundamental para el desarrollo emocional de los niños. Su importancia trasciende la función recreativa y educativa tradicional, ya que permite que los niños entren en contacto con sus emociones de manera segura y significativa, aprendiendo a reconocer, comprender y gestionar los sentimientos que surgen en su vida cotidiana. La lectura de cuentos, relatos y fábulas se convierte, entonces, en una experiencia integral: no solo despierta la imaginación y la creatividad, sino que también fomenta la construcción de competencias socioemocionales esenciales para la vida.

A lo largo del análisis, se sostiene a la infancia como un período de intensa construcción emocional. Durante estos años, los niños desarrollan esquemas de pensamiento y patrones de conducta que tendrán un impacto duradero en su forma de relacionarse consigo mismos y con los demás. En este contexto, los relatos infantiles actúan como una especie de mecanismo de comprensión emocional, un espacio simbólico donde los niños pueden experimentar situaciones difíciles, explorar miedos, deseos y conflictos internos, y aprender a enfrentarlos sin riesgo real. La psicología cognitivo-comportamental nos recuerda que nombrar y comprender una emoción es un paso fundamental para su regulación; sin conciencia de lo que sentimos, no podemos actuar de manera adaptativa. Asimismo, la literatura infantil fomenta la empatía y la toma de perspectiva. Los niños aprenden a ponerse en el lugar del otro, a comprender cómo se siente alguien más y a reflexionar sobre las consecuencias de sus acciones.

Otro aspecto central que resalta este trabajo es la dimensión psicoeducativa. La lectura guiada, acompañada de preguntas reflexivas, dramatización y actividades creativas, se convierte en una estrategia efectiva para enseñar a los niños a reconocer, expresar y regular sus emociones. Al dramatizar los personajes, dibujar sus emociones o inventar finales alternativos, los niños ejercitan la flexibilidad cognitiva y la capacidad de analizar situaciones desde diferentes perspectivas, habilidades que son fundamentales tanto para el desarrollo emocional como para la resolución de problemas. La mediación del adulto es indispensable para potenciar el aprendizaje. El sistema educativo, al incorporar la literatura infantil en el currículo escolar, no solo facilita la alfabetización y la creatividad, sino que también crea un espacio seguro para la exploración emocional. Mediante preguntas abiertas, diálogos grupales y actividades lúdicas, el niño puede expresar sus sentimientos, reflexionar sobre ellos y aprender de las experiencias de sus compañeros. Por ejemplo, después de leer un cuento sobre el miedo a la oscuridad, puede invitar a los niños a compartir situaciones en las que se sintieron así, identificar estrategias que los ayudaron y reconocer que el miedo es una emoción natural que puede manejarse de manera positiva. El psicólogo, por su parte, puede utilizar la literatura como herramienta psicoterapéutica. La lectura compartida permite identificar emociones no expresadas, ofrecer modelos de afrontamiento y

acompañar al niño en la construcción de estrategias adaptativas. Por ejemplo, un cuento sobre la pérdida de un ser querido puede abrir un espacio para que el niño hable sobre sus propios duelos, exprese tristeza y encuentre consuelo en la identificación con el personaje. La literatura se convierte, así, en un puente que conecta la experiencia emocional con la reflexión, facilitando el aprendizaje de habilidades socioemocionales de manera natural y respetuosa, permite abordar problemáticas complejas de manera simbólica y segura, facilitando la comprensión de emociones difíciles como la tristeza, el miedo o la ira. Además, puede acompañar al niño en la construcción de estrategias de afrontamiento, utilizando los relatos como un modelo para la reflexión sobre sus propias experiencias y conductas. Responder al problema planteado —cómo la literatura infantil contribuye al desarrollo emocional— queda en evidencia que no se trata de un recurso aislado, sino de una práctica integradora que articula cognición, afectividad y mediación adulta. La literatura infantil permite al niño reconocer emociones propias y ajenas, experimentar situaciones difíciles de manera simbólica, desarrollar empatía y aprender estrategias de regulación emocional. Su poder radica en ofrecer un espacio seguro para sentir, pensar y reflexionar, donde la imaginación y la realidad se encuentran para construir aprendizajes significativos. Si bien la psicología cognitivo conductual tiene un marco teórico sólido y herramientas técnicas para la intervención emocional en el ámbito escolar mediante la literatura infantil, también presenta limitaciones y tensiones críticas que deben considerarse para evitar reduccionismos y potenciar su eficacia en contextos educativos complejos. Uno de los principales cuestionamientos radica en la instrumentalización excesiva del texto literario. Desde la perspectiva humanista y estética, se advierte que la literatura no debería ser reducida únicamente a un recurso terapéutico o psicoeducativo, pues ello invisibiliza su dimensión estética, cultural y lúdica (Colomer, 2005). Al subordinar el relato a objetivos emocionales o conductuales, existe el riesgo de trivializar la experiencia literaria, privando a los niños de la riqueza simbólica y ambigüedad que caracteriza al discurso narrativo. Otra limitación es sostener una visión excesivamente mecanicista de la emoción, centrada en la tríada pensamiento-emoción-conducta. Autores como Fernández-Berrocal y Extremera (2005) plantean que la experiencia emocional infantil posee componentes subjetivos, culturales y relacionales que trascienden la lógica cognitivo-conductual. Así, una aplicación rígida del modelo podría desatender la complejidad del desarrollo socioemocional y limitarse a corregir “errores de pensamiento” sin atender al contexto cultural y afectivo del niño. Sin embargo, este trabajo también deja abierta una serie de preguntas y reflexiones que invitan a seguir explorando. Por ejemplo, las experiencias literarias pueden ser interpretadas de manera muy distinta según el contexto de cada niño, y esto abre un espacio para futuras investigaciones sobre cómo seleccionar y adaptar cuentos de manera inclusiva. Asimismo, la literatura digital y las nuevas tecnologías han transformado la manera en que los niños

acceden a los relatos, planteando desafíos y oportunidades en términos de mediación emocional y atención sostenida, temas que merecen un análisis más profundo.

En definitiva, leer es también sentir. La literatura infantil ofrece a los niños un espacio para experimentar, reflexionar y aprender sobre sus emociones, siempre acompañados por adultos que los guíen y contengan. Su poder educativo y emocional no reside únicamente en el contenido de los relatos, sino en la forma en que estos son presentados, mediáticos y discutidos en relación con la vida cotidiana de los niños. Desde mi perspectiva, su aporte al desarrollo emocional es incuestionable: permite que los niños se reconozcan, comprendan a los demás y construyan herramientas para enfrentar la vida con mayor seguridad y empatía. Invitar a seguir pensando en cómo optimizar la literatura infantil como recurso psicoeducativo, donde la reflexión se extiende al acompañamiento cotidiano, a la creación de espacios de diálogo emocional y a la integración de estrategias que permitan a cada niño desarrollarse de manera plena, emocionalmente competente y socialmente responsable.

En conclusión, la literatura infantil es mucho más que entretenimiento: es un instrumento para el crecimiento emocional, una guía para sentir, reflexionar y aprender a vivir con las emociones propias y ajenas. Nos recuerda que educar emocionalmente no es solo enseñar reglas o conceptos, sino acompañar al niño en su mundo interior, ofrecerle herramientas para entenderse y conectarse con los demás, y abrir puertas a la imaginación, la empatía y la resiliencia. Lo que queda por explorar y seguir pensando es cómo cada niño, con su historia y contexto único, puede beneficiarse de estos relatos, y cómo podemos, como educadores, psicólogos o mediadores, construir espacios literarios que potencien al máximo su desarrollo emocional y humano. Promover la literatura desde la escuela, la familia y la intervención psicológica es una estrategia indispensable para acompañar el desarrollo integral de los niños. No hay dudas que tomar la literatura infantil como dispositivo para el trabajo de las emociones en la infancia es trasladar al corazón del aula lo que queda por fuera en el currículum educativo.

Referencias Bibliográficas

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1987). Fundamentos sociales del pensamiento y la acción: Teoría social cognitiva (Trad. M.L.Salas). Prentice Hall Hispanoamericana (obra original publicada en 1986)
- Beck, A.T. (1976) *Terapia cognitiva y los trastornos emocionales*. Paidós.
- Beck, J. S. (2011). *Terapia cognitiva: conceptos básicos y profundización*. Paidós.
- Bettelheim, B. (1976). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Crítica
- Bisquerra, R. (2009). *Educación emocional: Conceptos, fundamentos y aplicaciones*. Madrid: Pirámide.
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). La competencia emocional en la escuela. *Revista de Educación*, 343, 45–55.
- Bunge, M. (2013). *Metáforas y recursos narrativos en la terapia cognitiva con niños*. Instituto de terapia cognitiva infantil (ITCI), Buenos Aires, Argentina.
- Caballo, V. E. (1993). *Manual de terapia cognitivo-conductual*. Madrid: Siglo XXI.
- Colomer, T. (2005). *Literatura infantil y desarrollo de la imaginación*. Barcelona
- Conde, A. (2015). *Álbumes ilustrados y educación emocional en la infancia*. Madrid: Narcea.
- Cortés, M., López, F., & Martínez, P. (2016). El impacto de la lectura de cuentos en la regulación emocional infantil. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 9(2), 95–108.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2005). *Inteligencia emocional en la infancia y adolescencia*. Madrid: Pirámide.
- Goleman, D (1995). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- Gross, J.J. (2015) *Regulación emocional: Fundamentos conceptuales y empíricos*. En manual de regulación emocional, 2º. ed.).
- Hoffman, M. L. (2002) *Empatía y desarrollo moral: implicaciones para la atención y la justicia*. Barcelona: idea Books.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emoción y adaptación*. Ediciones Desclée de Brouwer
- Llenas, A. (2012). *El monstruo de colores*. Flamboyant.

Piaget, J. (1952). *The Origins of Intelligence in Children*. International Universities Press.

Valenzuela Grand, M. (2022) los cuentos infantiles y su utilidad para el desarrollo de emociones. Escuela de educación superior Pedagógica Privada "ITS Innova Teaching School" <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01448> LOS CUENTOS INFANTILES Y SU UTILIDAD PARA EL DESARROLLO DE EMOCIONES Trabajo de Investigación para optar al Grado Académico de Bachiller en Educación

<https://www.plataformadeinfancia.org> <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2023.05.012>
<https://www.mightier.com/es/resources/cbt-for-kids/>

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01448> LOS CUENTOS INFANTILES Y SU UTILIDAD PARA EL DESARROLLO DE EMOCIONES Trabajo de Investigación para optar al Grado Académico de Bachiller en Educa
<https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd724.pdf>

Kumschick, I.R., Beck, L., Eid, M., Witte, G., Klann-Delius, G., Heuser, I., Steinlein, R., & Menninghaus, W. (2014). Reading and feeling: The effects of a literature-based intervention designed to increase emotional competence in second and third graders *frontiers in Psychology*, 5, 1448.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01448>

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01448>

James, A., & Prout, A. (1997). *Constructing and reconstructing childhood: Contemporary issues in the sociological study of childhood*. London: Falmer Press.
