



EmocioNatura: Estrategias ecopedagógicas para conocer, sentir y amar la Naturaleza

EmocioNatura: Eco-pedagogical Strategies to Know, Feel and Love Nature

Fernando Carrasco Quesada*

DOI: 10.22458/rb.v32i2.3903

Recibido – Received: 24/06/2021 / Corregido – Revised: 31/08/2021 / Aceptado – Accepted: 15/09/2021

RESUMEN

El presente artículo pone en el punto de mira la necesidad de reconectar con la Naturaleza desde las etapas más tempranas, para reforzar el vínculo afectivo y generar conductas proambientales de cara a la actual crisis ecosocial global. *EmocioNatura* es un proyecto de intervención socioeducativa aplicado en centros educativos de Costa Rica, cuyo fin es que los participantes conozcan, sientan y amen la Naturaleza, a través de estrategias didácticas de educación ambiental con un enfoque sensorial, creativo y emocional.

Palabras clave: educación de la primera infancia; educación ambiental; desarrollo perceptivo; emoción; pedagogía experimental.

ABSTRACT

This article shines the spotlight on the need to reconnect with nature from the earliest life stages, to reinforce the affective bond with it, and generate pro-environmental behaviors in the face of the current global eco-social crisis. *EmocioNatura* consists of a socio-educational intervention project applied in educational centers in Costa Rica. Its purpose is for participants to know, feel and love nature, through environmental education didactic strategies with a sensorial, creative, and emotional approach.

Key words: early childhood education; environmental education; sensory development; emotion; experimental pedagogy.

* Educador socioambiental. Máster Intervención Educativa en Contextos Sociales (UNED, España), pantaniza@hotmail.com
ID: <https://orcid.org/0000-0002-7530-3888>

Crisis ecosocial global

Actualmente, nos encontramos inmersos ante una crisis climática global de manera inconsciente. La necesidad de crear conciencia ambiental y transformar el modo de vida a un modelo más sostenible es una cuestión vital. La falta de contacto de las personas con la Naturaleza es cada vez más evidente, especialmente en los menores que residen en entornos urbanos y están institucionalizados. Lo anterior acarrea una serie de graves consecuencias para la salud física, emocional y el bienestar socioambiental. En las últimas décadas, se viene investigando sobre las consecuencias de la *desnaturalización de la vida moderna*, así como de la escuela excesivamente tecnológica en detrimento del aprendizaje al aire libre. En este fragmento lo expresa con certeza Richard Louv (2019):

Los ordenadores prometieron crear seres más inteligentes y sistemas de aprendizaje más autónomos. Bajo este pretexto, se hicieron inversiones millonarias en los sistemas educativos de casi todo el mundo, forrando los colegios de tecnología. Mientras tanto, las inversiones en experiencias vivenciales y en contacto con la Naturaleza se han dejado en el abandono, si es que alguna vez fueron realmente planteadas. El problema quizás es que el juego libre no alimenta grandes intereses económicos (p. 122).

Esta situación requiere de acciones directas, desde la educación socioambiental y con nuevas metodologías y enfoques que refuercen el vínculo afectivo con la Naturaleza y así las generaciones venideras conozcan, amen, cuiden y protejan su planeta, su hogar, porque como dice el aforismo popular:

“No se cuida lo que no se ama y no se ama lo que no se conoce.”

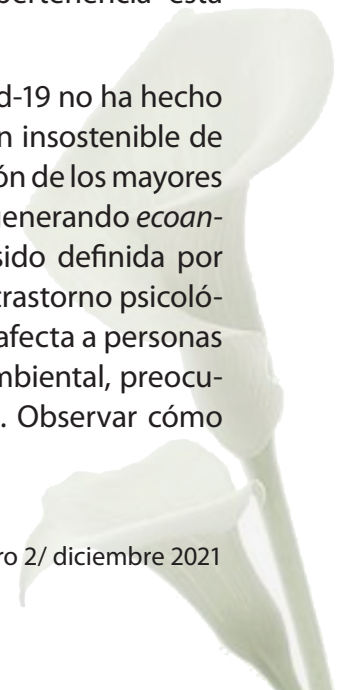
Trastorno por déficit de naturaleza, la ecoansiedad y la solastalgia

Es una triste realidad que la mayoría de niños y niñas de los países más desarrollados presentan una atrofia sensorial y falta de experiencias primarias derivadas del modelo de vida contemporáneo. La evidencia de la capacidad terapéutica de plantas y animales es persistente a nivel emocional y también lo es para enfermedades de carácter físico como la obesidad, la vista, las afecciones respiratorias y la presión sanguínea, Louv (2005).

Trastorno por déficit de naturaleza (TDN) es un desorden del nuevo milenio, una de las enfermedades "psicoterráticas y somaterráticas", consecuencia del actual estilo de vida que nos aliena, nos desanima y nos desconcentra, especialmente a los niños en su primera infancia.

Otro de los desórdenes emocionales vinculados a la angustia que provoca el desapego de la Naturaleza es la *solastalgia*. El término es una fusión de la palabra en latín *solacium* o consuelo y *algia*, dolor. Desde que se propuso, empezó a ser usado no sólo por académicos, sino también por psicólogos clínicos. *Solastalgia*, según Albrecht (2005) es cuando tu sentido endémico de pertenencia está siendo violado.

La actual pandemia de covid-19 no ha hecho más que agravar la situación insostenible de los menores y la preocupación de los mayores por el deterioro ambiental generando *ecoansiedad*. La *ecoansiedad* ha sido definida por algunos expertos como un trastorno psicológico bastante reciente, que afecta a personas preocupadas por la crisis ambiental, preocupación que va en aumento. Observar cómo



se desarrollan los lentos y profundos efectos del cambio climático, inquieta a algunos, mucho más que a otros, experimentando niveles de estrés atribuibles a la incertidumbre que se presenta frente a los niños, y en general, frente a las futuras generaciones.

La Naturaleza como derecho humano

Un movimiento global naciente, formado por padres, educadores, investigadores y profesionales de la salud, insiste en que el acceso universal y equitativo a la Naturaleza es fundamental para nuestra humanidad, así como para el futuro de la vida en la Tierra. El movimiento defiende que la conexión con la Naturaleza debe reconocerse como un derecho civil, como un derecho humano.

El movimiento está basado en la hipótesis de la biofilia del biólogo Edward O. Wilson, para quien los seres humanos están genéticamente programados para tener una afiliación con el resto de la Naturaleza y anclado en los ideales de justicia y equidad. En caso de confirmarse la hipótesis, la conexión con la Naturaleza es más que una agradable actividad, un pasatiempo o un privilegio.

Las experiencias primarias de la Naturaleza han sido remplazadas por las secundarias, indirectas, y a menudo distorsionadas, duales sensoriales (visual y auditivas solo) experiencias de un solo sentido, provenientes de la televisión y otros medios electrónicos y como recuerda Louv (2005, p. 67) las experiencias directas en jardines, campos o bosques han sido reemplazadas por el aprendizaje indirecto a través de máquinas para las nuevas generaciones.

Beneficios de EmocioNaturaleza

Las experiencias directas en la Naturaleza aportan una serie de beneficios de vital importancia para el crecimiento y desarrollo, documentados en numerosas investigaciones y publicaciones científicas.

- **Apoya la creatividad y resolución de problemas.** Estudios realizados con niños en los patios de recreo en las escuelas, encontraron que los niños participan en juegos más creativos y cooperativos cuando se encuentran en áreas verdes (Hueso, 2021, p. 88).
- **Mejora la capacidad cognitiva y emocional.** La cercanía y exposición diaria a entornos naturales, aumenta la capacidad de concentración y mejora la capacidad cognitiva en los niños. Según Hueso (2021), hay que dar tiempo para absorber las sensaciones, para que se transformen primero en emociones, luego en aprendizajes y ser asimiladas por completo.
- **Mejora el rendimiento académico.** Recientes Investigaciones muestran que los estudiantes en las escuelas que utilizan aulas al aire libre y otras formas de educación vivencial basadas en la Naturaleza, presentan mejoras significativas en Estudios Sociales, Ciencias (27%), Artes del Lenguaje y, Matemáticas (Louv, 2019, p. 92).
- **Reduce los síntomas del trastorno déficit de atención e hiperactividad (TDAH).** El contacto con el mundo natural puede reducir significativamente los síntomas del trastorno de déficit de atención, especialmente en la primera infancia. Según Hueso (2021), durante su apogeo los niños entran en *flujo*, en un estado de



concentración máxima que permite un aprovechamiento óptimo que se produce durante el mismo (p. 67).

- **Impulsa la actividad física.** Los niños de escuelas que poseen entornos naturales diversos, son más activos físicamente, adquieren más destrezas, son más conscientes de la nutrición, se comportan mejor unos con otros y son más pacíficos.
- **Promueve hábitos saludables.** Los niños que cultivan sus propios alimentos son más propensos a comer frutas y verduras y a mostrar niveles más altos de conocimientos sobre nutrición. También es más probable que continúen sus hábitos alimenticios saludables a lo largo de sus vidas, según Richardson y Sheffield (2017).
- **Mejora las relaciones sociales.** Los niños son más inteligentes, más capaces de llevarse bien con otros, más sanos y felices, cuando tienen oportunidades frecuentes de juego libre y no estructurado en espacios abiertos.
- **Mejora de la autodisciplina y los comportamientos proambientales.** Es un hecho demostrado que el vínculo de pertenencia y protección de la Naturaleza se crea en la primera infancia, como atestiguan las investigaciones de Evans, Otto y Kaiser (2018) y que exponen que el comportamiento humano ante los desafíos ambientales se origina en la edad temprana y se desarrolla durante el resto de la vida, primero comprendiendo y luego cambiando las actividades ambientalmente destructivas.

En conjunto, las investigaciones muestran que el estado de salud de los niños se ve positivamente afectada cuando tienen contacto

diario con la Naturaleza. Los datos nos revelan que la inmersión en la Naturaleza apoya múltiples aspectos del desarrollo de los niños en cada uno de sus aspectos principales, intelectual, emocional, social, espiritual y físico. Por tanto, la inmersión en la Naturaleza es una inversión de futuro, los niños han de desarrollar el concepto de *biofilia*, que es un impulso de atracción hacia la vida con el que todas las personas nacemos.

Estimulación y percepción sensorial

Nuestra percepción se desarrolla desde que nacemos, se educa, se entrena y para ello debemos conocer y analizar los elementos sensoriales de nuestro entorno. La estimulación sensorial mediante la Naturaleza promueve el desarrollo neurológico y parece más oportuna que nunca en un contexto como el actual, donde nuestros niños apuntan a solo ser capaces de reaccionar ante estímulos propios de la nueva era digital (ver figura 1). Además de los cinco sentidos tradicionales, la ciencia ha detectado algunos mecanismos adicionales de la percepción, como el sistema propioceptivo que nos permite tener conciencia de las partes de nuestro cuerpo de manera independiente.

Cabe destacar el sistema vestibular que regula el sentido de movimiento y del equilibrio, la termorrecepción o sentido del calor que nos ayuda a detectar los cambios de temperatura y la nociocepción o sentido del dolor que nos ayuda a detectar el dolor. Este sistema es de vital importancia a la hora de relacionarnos con el entorno adecuadamente y se han tenido en cuenta en el diseño de las actividades del programa. La existencia de tantos sentidos requiere una adecuada estimulación sensorial, especialmente en la primera infancia (ver figura 2), mucho más tras entender que

el cerebro infantil en esos primeros años es muy moldeable, y además se sientan las bases para lo que será su desarrollo posterior.

Figura 1
Estimulación sensorial



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Mayo 2021.

Figura 2
Estimulación sensorial



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Mayo 2021.

En *EmocioNatura*, se aprovecha el silencio como filosofía de trabajo en los momentos de descubrimiento para obtener una concentración y tranquilidad adecuadas, puesto que es difícil percibir la multiplicidad de sensaciones a las que estamos sometidos sin una atención plena.

A través del sentido de la vista experimentaremos con los colores ya que nuestra percepción del mundo se basa en ellos y es difícil parar a disfrutar de la belleza del color que nos ofrece la Naturaleza con detenimiento y detalle (ver figura 3) al igual que con el olfato, el tacto y el gusto, raramente nos paramos a tocar lo que nos rodea, y así nos pasan desapercibidas muchas sensaciones que nos conectan y equilibran al mundo. Los sonidos de la Naturaleza hacen brotar de nosotros emociones, nos informan y nos orientan desde siempre, el oído es un sentido por agudizar y potenciar.

Figura 3
Atención plena



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Mayo 2021.

Uno de los máximos referentes en investigación en neuroemoción como es Antonio Damasio (2018) expone que a través de las sensaciones corporales alcanzamos

conciencia de nuestras emociones y esto nos ayuda a gestionarlas, siendo el contacto con la Naturaleza a través de lo sensorial una experiencia básica para el aprendizaje de los niños y niñas. Los sentidos posibilitan el aprendizaje cognoscitivo, pero también el afectivo, el emocional y el social, es decir, permiten el desarrollo integral del niño. Podemos considerar, de esta manera, el mundo sensorial como la base de todo conocimiento.

Educación emocional y bienestar

La literatura científica ha demostrado que la inteligencia emocional es una herramienta fundamental para nuestro bienestar a la hora de afrontar las emociones negativas, que nos permite conseguir mayor control y manejo de nuestras propias reacciones emocionales. La educación emocional es tan relevante como la académica, ya que educar implica el desarrollo integral de las personas, siendo sus emociones y la gestión de las mismas una cuestión fundamental para la persona. El desarrollo de la empatía es vital para reforzar el vínculo afectivo con la Naturaleza y el respeto a todas las formas de vida. Según Rafael Bisquerra (2000), la principal motivación de la educación emocional es prevenir los efectos negativos de las emociones y cubrir las deficiencias en la formación básica y es aquí donde *EmocioNatura* aporta sus beneficios.

EmocioNatura integra los principios de la Inteligencia Emocional que según Goleman puede definirse como la capacidad para enfrentarse a diferentes circunstancias emocionales, su capacidad de reacción y empatía. En *EmocioNatura* aplicamos las cuatro etapas principales de la inteligencia emocional según Bisquerra (2011):

1. **Percepción emocional** es la habilidad para identificar emociones en uno mismo y los estados emocionales de otras personas.
2. **Facilitación emocional** para descubrir como las emociones influyen en nuestro pensamiento y viceversa.
3. **Comprensión emocional** es la habilidad que nos permite comprender y razonar sobre la información emocional recibida.
4. **Regulación emocional** es la habilidad encargada de moderar las emociones negativas y aumentar las positivas.

También cabe destacar a Garner (2005, p. 23), en su obra sobre las inteligencias múltiples afirma que la inteligencia naturalista está determinada por una sensibilidad a las formas naturales y a las características geológicas de la tierra como, por ejemplo, las plantas, los animales, y las formaciones de las nubes (ver figura 4). En actividades como *Interpretacielos*, trabajamos estas sensibilidades así como la imaginación.

Figura 4
Estimulación imaginativa



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Junio 2021.

Neurociencia y educación

Ahora sabemos cómo funciona el cerebro y la importancia de educar a través de la Naturaleza, mediante la calma y la creatividad, aprovechando el efecto del color verde para incrementar la capacidad cognitiva, los riesgos y la contemplación de los procesos al aire libre (ver figura 5). En las sesiones de *EmocioNatur*a pretendemos favorecer el proceso de descubrimiento y representación de los diferentes contextos que componen el entorno al que pertenecen los escolares, así como facilitar progresivamente su inserción y participación en ellos.

*EmocioNatur*a promueve la interacción de los niños con el medio para que, mediante la manipulación, la exploración y la investigación conozcan el mundo que les rodea, desarrollen el sentimiento de pertenencia y lleguen a amarlos. Se integran actividades de sensibilización y expresión plástica, musicales, juegos y atención plena. El objetivo es que la creatividad, el cuerpo y las emociones se conviertan en parte fundamental del proceso de aprendizaje. Para potenciar estas vivencias se han diseñado actividades precisas para cada sesión mediante las cuales se promueven experiencias placenteras, emotivas y sensibles, para un aprendizaje realmente significativo.

Es necesario el espacio de juego al aire libre en las instituciones educativas como defiende Zequeira (2018, p. 56), en su artículo *Estrategias ludopedagógicas: educación emocional y social*, comenta que la carencia o insuficiencia de zonas lúdico-pedagógicas-prácticas influye en que el fenómeno enseñanza-aprendizaje sea repetitivo, fastidioso, tendiendo a convertirse en momentos vacíos y latosos, generando con ello el

abandono escolar, flagelo frecuente en el mundo escolar actual.

Figura 5

Contemplación del procesos al aire libre



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Junio 2021.

Metodología y actividades

*EmocioNatur*a se estructura desde el reconocimiento del espacio natural para ofrecer un entorno de seguridad y confianza, de aprendizaje y juego, de conexión y expresión. Las actividades han sido diseñadas con base en los objetivos perseguidos, teniendo en cuenta las características de los participantes y el entorno disponible.

La metodología se compone de bloques de trabajo, cada uno de los cuales se centra en un enfoque, pero a su vez se trabajan los demás de manera transversal, es decir,

que todos presentan una estrecha vinculación para conectar a los participantes con la Naturaleza a través de los sentidos, la creatividad y las emociones. Para ello es necesario partir de nuestras propias sensaciones, experiencias y descubrimientos, es decir, nuestras vivencias.

ExploraNatur

Son actividades de exploración al aire libre que permiten a los participantes conocer el lugar y descubrir sus posibilidades. En las salidas, el grupo investiga los elementos naturales y despierta la curiosidad con atención plena. Con ayuda de materiales propios de exploración, cada detalle se percibe y es objeto de análisis mediante los sentidos y la atención plena, permitiendo que sean los participantes los que marquen el ritmo según su interés y nivel de aprendizaje.

Dentro de *ExploraNatur*, se distinguen varias actividades al aire libre que suponen un itinerario en la Naturaleza con paradas de exploración sobre los diversos elementos posibles y su libre interpretación (ver figura 6).

Figura 6
Exploración en la Naturaleza



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Junio 2021.

SensoNatur

Son actividades de percepción sensorial en las que se persigue la conexión con nosotros mismos, con la Naturaleza y nuestros iguales, potenciando los cinco sentidos conocidos, el sentido común y la intuición. Una vez conectados, se investigan las emociones primarias y sus derivadas con ayuda de los estímulos de la Naturaleza.

- **SoNaturas:** actividades cuyo objetivo es ayudar a descubrir a los alumnos la Naturaleza, agudizando el sentido del oído y desarrollando la escucha activa.
- **Sabrosuras:** actividades de percepción sensorial que invitan a los alumnos a identificar, estimular y experimentar con los diferentes sabores naturales.
- **Pretexturas:** actividades que activan, investigan y desarrollan el sentido del tacto, experimentando con las diferentes formas y superficies de la Naturaleza, así como la sensibilidad térmica y vibracional (ver figura 7).
- **Aromaturas:** actividades que prueban, juegan, entrenan y potencian el sentido del olfato con elementos naturales.
- **VisioNaturas:** actividades que desafían, entrenan y desarrollan el sentido de la vista en la Naturaleza.
- **Sinestesias:** actividades en las que se mezclan diferentes sentidos y se experimenta con ellos mediante la ayuda de elementos naturales.

Imaginatura

Son actividades para liberar la creatividad, potenciando la imaginación y la fantasía a

Figura 7
Pretexturas



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Junio 2021.

través de la observación y mediante técnicas de creación para desarrollar las emociones y los sentimientos en la Naturaleza. La expresión plástica invita a la exploración, a la libertad creativa al descubrimiento de infinidad de resultados que pueden obtenerse a través de una misma actividad.

- **Ecocuentos fluidos:** actividades de creación literaria en la Naturaleza y sobre Naturaleza. Algunos de los cuentos son materiales seleccionados que nos hablan de los valores naturales y emociones de manera improvisada.
- **Haikus:** composiciones poéticas breves inspiradas en la contemplación y el asombro de la Naturaleza.

- **Paisajes perfectos:** actividades creativas donde el poder de la imaginación recrea paisajes mediante la contemplación y la fantasía.
- **Interpretacielos:** actividades de contemplación e imaginación de fenómenos y elementos que se perciben tumbados boca arriba como las copas de los árboles y las nubes.

Artenatura

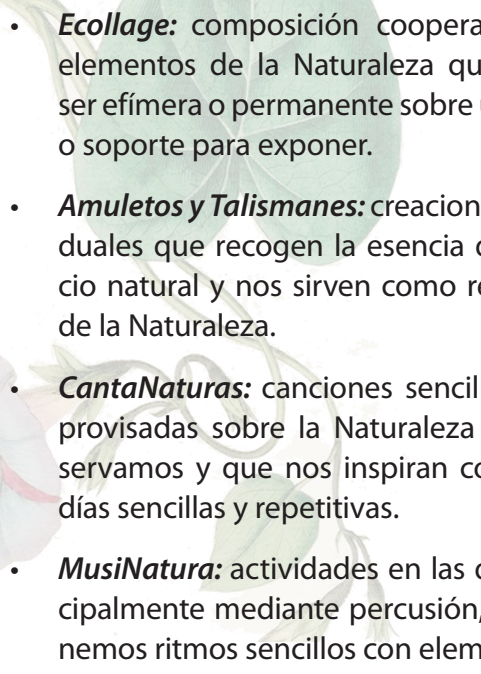
Son actividades de expresión artística en la Naturaleza para externar las sensaciones y emociones experimentadas a través de la creatividad, potenciando el uso de elementos naturales y el aprovechamiento de los recursos naturales y personales (ver figura 8).

- **PintaNatur:** actividades que juegan con los colores naturales, los pigmentos y elementos naturales para crear paisajes o biomímesis con elementos de la Naturaleza.

Figura 8
Artenatura



Nota. Fotografía de F. Carrasco. Marzo 2021.

- 
- **Ecollage:** composición cooperativa con elementos de la Naturaleza que puede ser efímera o permanente sobre un lienzo o soporte para exponer.
 - **Amuletos y Talismanes:** creaciones individuales que recogen la esencia del espacio natural y nos sirven como recuerdos de la Naturaleza.
 - **CantaNaturas:** canciones sencillas e improvisadas sobre la Naturaleza que observamos y que nos inspiran con melodías sencillas y repetitivas.
 - **MusiNatura:** actividades en las que principalmente mediante percusión, componemos ritmos sencillos con elementos de la Naturaleza de manera grupal.
 - **Mimociones:** actividades teatrales en las que los participantes tienen que escenificar emociones y situaciones y el resto del grupo adivinarlas.

La metodología empleada en el proyecto es la adaptación de diversos métodos (secuencia de aprendizaje fluido, pedagogía verde, ecopedagogía vivencial) cada uno de ellos son un enfoque complementario sintetizado en *EmocioNatura*.

Esta metodología fomenta la fluidez en las relaciones y la elaboración de ideas, contribuye al cambio, a la transformación y al fin último de la educación socioambiental: generar cambios de actitud en relación con la Naturaleza. Para ello es necesario partir de nuestras propias emociones, sensaciones, experiencias y descubrimientos, es decir, nuestras vivencias.

Se promueve la educación en valores, siendo los principales el respeto, la tolerancia, la equidad, la gratitud, la humildad y la

responsabilidad. Valores implícitos en la metodología del proyecto que se reflejan en su proceder.

Ejemplo de aplicación del método *EmocioNatura*

A manera de ilustración, se comparte una experiencia al aplicar las sesiones de *EmocioNatura* en los centros educativos Nueva Esperanza y Colegio Técnico Profesional CIT, ambos en la provincia de Heredia (Costa Rica).

La valoración de las docentes y las familias implicadas fue muy positiva tras la participación de un total de 36 niños y niñas. La gran mayoría de los estudiantes mostraron su deseo de participar en las actividades por desarrollar.

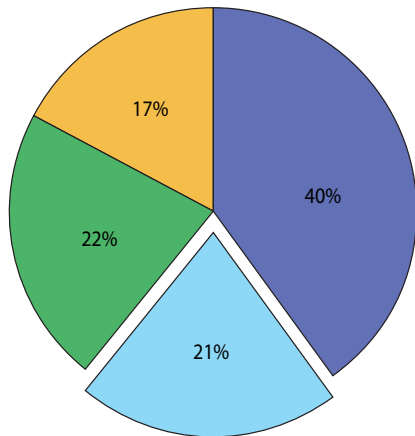
Al analizar los datos recogidos con los instrumentos de evaluación (lista de cotejo), se obtuvieron resultados que permitieron interpretar la información obtenida y el impacto de *EmocioNatura* en los niños y niñas de preescolar.

En la figura 9, se observan los datos de una lista de cotejo aplicada por las docentes a los alumnos al inicio del programa y en ella se aprecian los niveles de la media de cada área evaluada.

En la figura 10, se muestran los valores obtenidos y los porcentajes de cada área evaluada en las listas de cotejo aplicadas por las docentes al finalizar las sesiones. Se aprecia el aumento de los valores respecto al inicio de las sesiones, también se evidencia la evolución de los participantes en las áreas sensorial, ambiental, emocional y de creatividad y expresión.

Figura 9

Resultados valoración inicial listas de cotejo



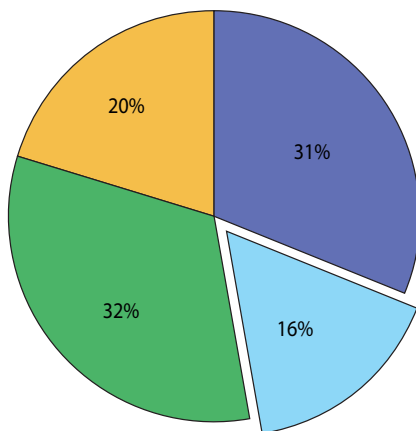
Valoración áreas

Parámetros	Puntuaciones totales
Área Sensorial	341
Área Ambiental	178
Área Emocional	189
Área Creatividad y expresión	148

Nota. Elaboración propia con base en los datos recogidos durante la investigación.

Figura 10

Resultados valoración final listas de cotejo



Valoración áreas

Parámetros	Puntuaciones totales
Área Sensorial	660
Área Ambiental	340
Área Emocional	680
Área Creatividad y expresión	420

Nota. Elaboración propia con base en los datos recogidos durante la investigación.

Conclusiones

Entre las conclusiones finales más importantes, podemos rescatar la necesidad de la conexión con la Naturaleza de los niños y los múltiples e inmediatos beneficios a nivel físico, mental y emocional que confirman tanto las docentes que trabajan a diario con ellos como sus familias que perciben su evolución.

Es importante señalar que el éxito al reforzar el vínculo afectivo con la Naturaleza va a depender en gran parte de que los dispositivos del aprendizaje se enciendan y se ejerciten; es decir, para mejores resultados es preciso entrenar y continuar trabajando para consolidar el vínculo afectivo con la Naturaleza.

Cada material concreto utilizado para la realización de las diferentes actividades proporciona conocimiento a los niños y las niñas de una manera sistémica, generando ambientes propicios para favorecer el interés por descubrir y aprender. Es innegable que la educación emocional y las pedagogías de reconexión con la Naturaleza van camino a ser el referente de innovación educativa al aportar conocimientos que resultan esenciales para gran parte de la sociedad. La inmersión en la Naturaleza es una urgencia socioambiental y los niños y niñas son el futuro, es decir, ellos van a ser los responsables de su protección y conservación.

A través de las vivencias, el aprendizaje resulta más cercano a los intereses y necesidades de los participantes. Sentir de manera consciente incrementa su motivación, interés, implicación y comprensión sobre lo sucedido en cada sesión, lo cual los convierte en protagonistas del proceso de conexión con la Naturaleza.

Referencias

- Albrecht G. A. (2005). *Solstalgia: A new concept in human health and identity*. PAN (Philosophy, Activism, Nature). 2005; 3: 41-55.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis.
- Damasio, A. (2018). *The Strange Order of Things*. Penguin Books
- Evans, G.W. Otto. S & Kaiser, F. G. (2018). Childhood Origins of Young Adult Environmental Behavior. *Psychological Science*, Vol. 29(5) 679-687.
- Garner, H. (2005). *Inteligencias múltiples, la teoría en la práctica*. Paidós ibérica.
- Hueso, K. (2021). *Educación en la Naturaleza. Mejores personas para un planeta mejor*. Plataforma editorial.
- Louv, R. (2005). *Last child in the woods*. Chapel Hill, NC: Algonquin Books.
- Richardson, M. y Sheffield, D. (2017). Three good things in nature: Noticing nearby nature brings sustained increases in connection with nature. *Psychology*, 8 (1). pp. 1-32.

