



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

DEPARTAMENTO DE DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN MUSICAL,
PLÁSTICA Y CORPORAL

TRABAJO DE FIN DE GRADO:

**COLOR Y MELODÍA ASOCIADO A LA INTELIGENCIA
EMOCIONAL.**

APRENDER A EXPRESARSE A TRAVÉS DE LA MÚSICA.

PRESENTADO POR VANESSA FERNÁNDEZ HERNÁNDEZ

GRADO DE EDUCACIÓN INFANTIL CON MENCIÓN EN EXPRESIÓN Y
COMUNICACIÓN ARTÍSTICA Y MOTRICIDAD

TUTELADO POR MANUEL DEL RÍO LOBATO

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar me gustaría agradecer el apoyo de mis padres y de mi hermana, que día a día me preguntaban, se preocupaban en cada tutoría y se ofrecían para ayudarme. La mejor ayuda que podía tener ha sido tenerlos a mi lado.

Quiero agradecer también a Javier Sánchez por su enorme paciencia y por sus ánimos cuando yo desesperaba por no verlo avanzar. Me gusta que me digas que trabajar y estudiar es muy duro y que te sientes orgullo de mí por haber llegado hasta aquí.

No puedo olvidarme de Jaime Aguado, quien me ofreció su casa y me dejó utilizar sus instrumentos musicales, (guitarras, teclados...) mientras me explicaba la utilidad de los samplers. Sin duda este trabajo no habría sido posible si tú no me hubieras hablado sobre las nuevas tecnologías aplicadas a la música y sobre aspectos tan interesantes como la sinestesia.

Y por supuesto, muchas gracias a Manuel del Río Lobato, por haberme guiado durante todo el trabajo. Debo decir que ha sido un placer trabajar contigo. Has hecho que lo que parecía difícil, cada día, fuera un poquito más fácil.

RESUMEN

Este trabajo, basado en la inteligencia emocional, parte de la hipótesis de que la música y el color puedan utilizarse como herramientas para que los niños aprendan a gestionar sus sentimientos y emociones de una forma sencilla y adecuada.

Para llevarlo a cabo, propongo una Unidad Didáctica pensada para trabajar con niños de tres años, con la que se pretende que interioricen diez, de las treinta emociones que deberán aprender en todo el periodo de educación infantil.

Para que el alumnado sea partícipe de su propio aprendizaje se pondrá a su disposición un sampler, a través del cual, cuando pulsamos el botón de un determinado color ya asociado a una emoción, nos devuelve la canción que nos hace sentir la misma.

Pretendemos crear alumnos “emocionalmente fuertes” que no sólo sean capaces de expresar cómo se sienten, sino que entiendan y comprendan en que situación emocional están sus compañeros de clase.

Palabras clave: inteligencia emocional, sentimientos, emociones, Educación Infantil, nuevas tecnologías, sinestesia, sampler, Unidad Didáctica.

ABSTRACT

This work based on emotional intelligence starts from the hypothesis that music and color can be used as tools for children to learn to manage their feelings and emotions in a simple and adequate way.

To carry it out I propose a Didactic Unit designed to work with children of three years with which it is intended to internalize ten of the thirty emotions that must be learned throughout the period of early childhood education.

In order for students to participate in their own learning a sampler will be made available. When they are click the button of a color already associated with an emotion, it returns the song that makes us feel the same.

We aim to create "emotionally strong" students who are not only able to express how they feel, but also to understand the emotional situation of their classmates.

Keywords: emotional intelligence, feelings, emotions, Childhood Education, new technologies, synesthesia, sampler, Didactic unit.

ÍNDICE

CAPÍTULO I. PRELIMINAR.....	8
1. Introducción.....	8
2. Justificación.....	9
3. Objetivos.....	10
4. Competencias generales.....	10
5. Competencias específicas.....	11
6. Hipótesis.....	12
CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	13
1. La música.....	13
1.1 Musicoterapia.....	13
2. Los contenidos de la educación musical.....	13
3. Metodologías musicales.....	14
3.1 Método Willems.....	14
3.2 Método Kodaly.....	15
3.3 Método Orff.....	15
3.4 Método Montessori.....	16
4. La música como lenguaje.....	16
5. Diferencia entre sentimiento y emoción.....	17
6. Emoción e inteligencia emocional.....	17
6.1 Howard Gardner: teoría de las inteligencias múltiples.....	17
6.2 Modelo Góleman: inteligencia emocional.....	18
6.3 Salovey y Mayer: Inteligencia emocional.....	19
7. La conducta musical ligada a la inteligencia emocional.....	20
8. La sinestesia.....	20

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.

9.	Criterios de selección musical para educación infantil	21
10.	Utilización de las nuevas tecnologías en el aula de educación infantil	23
10.1	Los samplers	23
10.2	Las nuevas tecnologías en la educación musical	24
11.	Las emociones en el currículum de infantil.....	25
CAPÍTULO III: DISEÑO DE LA PROPUESTA Y ANÁLISIS		28
1.	Justificación	28
2.	Metodología.....	29
3.	Objetivos.....	30
4.	Competencias	31
5.	Indicaciones previas	31
6.	Diseño de la Propuesta didáctica	32
7.	Nuestro emocionario infantil	35
6.1.	Alegría	35
6.2.	Tristeza	36
6.3.	Rabia	36
6.4.	Miedo.....	37
6.5.	Calma.....	38
6.6.	Amor	38
6.7.	Aburrimiento.....	39
6.8.	Entusiasmo.....	39
6.9.	Culpa.....	40
6.10.	Gratitud	41
7.	El uso de las nuevas tecnologías en la propuesta	41
CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		43
1.	Conclusiones.....	43

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.

2.	Recomendaciones	45
BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA		46
1.	Bibliografía.....	46
2.	Webgrafía	46
ANEXOS		48
Anexo 1: alegría.....		48
Anexo 2: tristeza.....		49
Anexo 3: rabia.....		50
Anexo 4: miedo.....		51
Anexo 5: calma		52
Anexo 6: amor		53
Anexo 7: aburrimiento		54
Anexo 8: entusiasmo.....		55
Anexo 9: culpa.....		56
Anexo 10: gratitud		57

CAPÍTULO I. PRELIMINAR

1. INTRODUCCIÓN

Lo que me planteo con este proyecto, es buscar la relación que existe entre melodía y expresión emocional especialmente en Educación Infantil, etapa en la que los niños tienen tantas dificultades para expresar verbalmente sus sentimientos. Con esto pretendo que el niño¹ sea capaz de identificar hasta treinta emociones distintas y así poder manifestar sus miedos, inseguridades, alegrías o frustraciones a través de la asociación de una melodía a un color.

La música es una forma básica de expresión, que proporciona al infante crecimiento individual y maduración de ideas, pero también, unión grupal en el aula. Si además conseguimos que puedan expresar entre ellos como se sienten en determinadas situaciones, estaremos creando un ambiente de comprensión y respeto grupal, que sin duda, nos llevará a un lugar de aprendizaje tranquilo y saludable. Para que el niño pueda asimilar contenidos es imprescindible que se sienta en paz consigo mismo, comprendido y respetado.

Cuando somos capaces de expresar lo que sentimos, podemos decir, que nos hemos convertido en personas emocionalmente fuertes. Esto a edades tempranas ayuda a crear sentimientos de libertad y comprensión, de tal manera, que se verá reflejado por completo en sus vidas y les ayudará a canalizar mejor todos aquellos momentos complicados que se les pongan por delante.

Debemos recordar que el aula no es sólo un lugar donde pasar el rato o donde adquirir conocimientos teóricos. Para conseguir un buen rendimiento académico debemos centrarnos en el desarrollo integral del niño y no sólo en el intelectual, conociendo cómo se siente, cuál es su situación familiar, y en qué medida nosotras como maestras podemos ayudar a que se sienta feliz y cómodo en la clase.

Como dijo Aristóteles, *“conocerse a sí mismo es el principio de toda sabiduría”* por ello, es deber de la maestra ayudar al alumno a conocerse a sí mismo.

¹ Haciendo referencia a niños y niñas.

2. JUSTIFICACIÓN

Para realizar este trabajo, he tenido muy en cuenta el blog de Elena Pintado Málaga. Debido al corto periodo en el que realizamos las prácticas he decidido poner en marcha el aprendizaje de dos de las emociones básicas. Para asimilar de las treinta utilizaríamos todo el periodo de infantil, seleccionando diez para cada curso escolar, ya que considero que estas, deben sentirse y experimentarse, para, de esta manera llegar a su comprensión.

Debido a una experiencia personal, me di cuenta de que las personas, en ocasiones, guardamos recuerdos, sentimientos o emociones en las canciones que escuchamos. Cuando pasamos una mala racha y escuchamos mucho una canción por el motivo que sea encerramos en ella todo aquello que para nosotros resulta doloroso, de igual forma ocurre con las celebraciones o determinados momentos que marcan nuestras vidas. A pesar del paso del tiempo, cuando escuchamos esa canción, de nuevo se produce una sensación extraña en nosotros, muy distinta de lo que sentimos cuando escuchamos cualquier otra. Vuelve la alegría, el mal estar... vuelen los recuerdos.

Sé, que no todo el mundo va a poder entender como yo encerré mis sentimientos en canciones para poder seguir adelante en aquella época, sé que habrá muchas personas que ni siquiera hayan probado a utilizar la música como medio de expresión sentimental, a todos ellos les invito a hacerlo cuanto antes. De igual forma sé, que habrá personas que cuando hayan leído el párrafo anterior sí se habrán sentido identificadas, es una gran suerte poder hacerlo porque al fin y al cabo todos hemos sentido rabia, miedo, cariño, amor y es una sensación bonita que todo aquello que ocupa un lugar en nuestro interior pueda ser expresado a través de la música.

Para realizar este proyecto, recordé mis prácticas de tercero de grado, y me di cuenta de que los niños de tres años e incluso de cuatro debían tener facilidades para poder expresar sus sentimientos, ya que ellos no saben leer y escribir. Fue en ese momento cuando decidí asociar los sentimientos y emociones a colores, al menos con diez de las treinta que deberían conocer a los seis años. Veremos cómo la ira será de color rojo, la alegría será amarilla o la tristeza de color azul.

También me di cuenta de que el currículum de educación infantil hace referencia a la expresión emocional y a la expresión musical. Sin embargo creo que a la hora de la verdad el aula no concede la misma importancia.

3. OBJETIVOS

- Adquirir conocimiento de las propias emociones
- Desarrollar la capacidad de reconocer, comprender y expresar los sentimientos y emociones.
- Expresar los sentimientos y emociones de manera adecuada a través del lenguaje verbal y no verbal.
- Identificar y comprender las emociones y sentimientos en las demás personas.
- Desarrollar una disposición adecuada para controlar los impulsos y orientarlas a adquirir una mayor competencia emocional

4. COMPETENCIAS GENERALES²

3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética. Esta competencia se concretará en el desarrollo de habilidades que formen a la persona titulada para:

- a. Ser capaz de interpretar datos derivados de las observaciones en contextos educativos para juzgar su relevancia en una adecuada praxis educativa.
- b. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.
- c. Ser capaz de utilizar procedimientos eficaces de búsqueda de información, tanto en fuentes de información primarias como secundarias, incluyendo el uso de recursos informáticos para búsquedas en línea.

4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado. Esta competencia conlleva el desarrollo de:

- a. Habilidades de comunicación oral y escrita en el nivel C1 en Lengua Castellana, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.

² Figuran las competencias establecidas por el R. Decreto 1993/2007, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias.

El primer apartado de competencias hace referencia a todo aquello que debo cumplir para superar con éxito mi TFG, ya que es necesario que sea crítica y capaz de emitir mis propios juicios en base a una investigación y una propuesta diseñada por mí. Para poder llevarlo a cabo es necesario buscar información y contrastarla, de esta manera, mi estudio y mi propuesta será mucho más válida.

El segundo apartado, va relacionado con la exposición oral de mi propuesta. Dado que la exposición se realiza ante un tribunal especializado en el área musical, es preciso controlar el lenguaje relacionado con esta área.

5. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS³

a. De forma básica:

15. Capacidad para analizar e incorporar de forma crítica el impacto social y educativo de los lenguajes audiovisuales y de las pantallas, así como las implicaciones educativas de las tecnologías de la información y la comunicación y, en particular, de la televisión en la primera infancia.
20. Capacidad para analizar e incorporar de forma crítica el impacto social y educativo de los lenguajes audiovisuales y de las pantallas, así como las implicaciones educativas de las tecnologías de la información y la comunicación y, en particular, de la televisión en la primera infancia.
34. Capacidad para saber atender las necesidades del alumnado y saber transmitir seguridad, tranquilidad y afecto.
35. Reflexionar en grupo sobre la aceptación de normas y el respeto a los demás. Promover la autonomía y la singularidad de cada alumno o alumna como factores de educación de las emociones, los sentimientos y los valores en la primera infancia.
43. Conocer experiencias internacionales y modelos experimentales innovadores en educación infantil.

b. Didáctico disciplinar

³ En este apartado hay recogidas diferentes fuentes:

1. Las establecidas en la ORDEN ECI/3854/2007, del 27 de diciembre; su organización es por módulos al igual que podemos leer en la parte superior.
2. Derivación de algunas leyes citadas con anterioridad –Ley 3/2007 de igualdad de hombres y mujeres, Ley 51/2003 de no discriminación y accesibilidad de las personas con discapacidad y la Ley 27/2005 de cultura de paz-

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.

Aprender a expresarse a través de la música.

Capítulo I. Preliminar

29. Conocer los fundamentos musicales, plásticos y de expresión corporal del currículo de la etapa infantil, así como las teorías sobre la adquisición y desarrollo de los aprendizajes correspondientes.
 30. Ser capaces de utilizar canciones, recursos y estrategias musicales para promover la educación auditiva, rítmica, vocal e instrumental en actividades infantiles individuales y colectivas.
 32. Ser capaces de elaborar propuestas didácticas que fomenten la percepción y expresión musicales, las habilidades motrices, el dibujo y la creatividad.
- c. Practicum y Trabajo de Fin de Grado
5. Participar en la actividad docente y aprender a saber hacer, actuando y reflexionando desde la práctica, con la perspectiva de innovar y mejorar la labor docente.

6. HIPÓTESIS

La música y la melodía, pueden ayudar al alumnado a expresar sus sentimientos de una forma sencilla y adecuada a su edad. Si además, conseguimos que puedan asociarlo con algo tan sencillo como los colores, estaremos facilitando la comprensión y ayudándole a gestionar sus emociones para crear alumnos “emocionalmente fuertes”, capaces de expresar como se sienten y capaces de comprender como se sienten sus compañeros.

CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1. LA MÚSICA

La palabra música proviene del latín “*Musica*”, derivada a su vez del griego “*Mousike*”. En su origen esta palabra disponía de dos significados:

- Todo aquello relacionado con el espíritu y que se complementa con la educación física “*gymnastike*”
- Aquel que es específico en el arte sonoro, que consiste en alterar sonidos y silencios con cierta organización. El resultado debe ser agradable al oído (esta definición es la que se aborda hoy en día).

Cualquier músico trata de generar una sensación en el oyente. De tal manera que el este recibirá algún tipo de sentimiento, emoción o información en función de la música que esté escuchando.

La música no es solo arte, tiene tal poder que existen muchas acciones terapéuticas que tienen como recurso fundamental el sonido musical. Un ejemplo es la musicoterapia.

1.1 MUSICOTERAPIA

Según afirman Julián Pérez Porto y Ana Gardey en 2012, “*la musicoterapia es la aplicación científica del sonido, música o baile a través de un tratamiento que intenta integrar lo cognitivo, lo emocional y lo motriz*”. Esto es así, porque a través de la música, podemos expresar nuestros sentimientos, liberándonos de todo aquello que nos hace sentir peor y proporcionando energía para mejorar nuestra comunicación y expresión individual. La musicoterapia es utilizada con personas que tienen discapacidad física o social, ya que permite rehabilitar y reeducar emocional, intelectual y motrizmente.

2. LOS CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN MUSICAL

La música es un arte que influye de forma positiva en las personas, independientemente de que estos sean adultos, niños o incluso un feto en el vientre materno.

Somos conscientes de que ha costado mucho encontrar un hueco para este arte en los colegios. Por ello, el primer paso, fue disponer de profesorado lo suficientemente formado en esta materia como para poder impartirla. A continuación, se necesitaba

disponer de materiales necesarios para que las clases de música pudieran llevarse a cabo adecuadamente y que el proceso de enseñanza-aprendizaje fuera idóneo.

La música contribuye al desarrollo integral del niño, ya que fortalece capacidades basadas en tres áreas fundamentales: área afectivo-social, área cognitiva y área psicomotriz. Como afirma Manuel Arias⁴ *“La música refuerza la red neuronal por defecto, unas regiones del cerebro responsables de su actividad mientras estamos en reposo o divagando, esto nos beneficia cuando pensamos o estamos en un estado de introspección”*.

En general, los maestros se sienten contentos de que se le empiece a dar valor a la música, pero se considera que aún sigue habiendo escasez de material.

3. METODOLOGÍAS MUSICALES

Para el desarrollo de mi trabajo he tenido en cuenta varias metodologías, que mediante una aplicación conjunta creo que pueden tener resultados verdaderamente asombrosos. Voy a detallar brevemente en que consiste cada una de ellas.

3.1. MÉTODO WILLEMS

Este método, trata de abordar la música desde un punto de vista psicológico. Para llevarlo a cabo, se crean actividades o juegos cuya principal función es descubrir los ritmos interiores y trata de investigar los planos instintivos, afectivos y mentales del niño.

Este método, debe llevarse a cabo siguiendo unas fases fundamentales que se trabajarán en el aula de música. La duración aproximada es de tres cuartos de hora o una hora y sus fases son las siguientes:

- Desarrollo sensorial auditivo.
- Desarrollo del instinto rítmico.
- Canciones elegidas pedagógicamente.
- Desarrollo de “tempo” y del “carácter” mediante marchas.

Esta teoría, defiende que el valor psicológico de la música va a primar sobre la perfección formal y de esta manera, aparece una educación que tiene doble valor: la música como actividad en sí misma y la música como preparación para la vida.

⁴ Manuel Arias: coordinador del Grupo de Humanidades de la Sociedad Española de Neurología. <http://www.elmundo.es/papel/cultura/2016/10/10/57f76e73268e3ed4398b4709.html> Recuperado el 20 de mayo de 2017.

3.2. MÉTODO KODALY

El valor de esta metodología, se basa fundamentalmente en la realización de una doble vertiente, la de la investigación del folclore y de la pedagogía.

Su método, parte del principio de que: *“la música no se entiende como entidad abstracta, sino vinculada a los elementos de que producen”* Z. Kodaly.

Para resumirlo de forma general se deben destacar los siguientes principios⁵:

- La música es tan necesaria como el aire.
- Sólo lo auténticamente artístico es valioso para los niños.
- La auténtica música folclórica debe ser la base de la expresión musical nacional en todos los niveles de la educación.
- Conocer los elementos de la música a través de la práctica vocal e instrumental.
- Lograr una educación musical para todos considerando la música en igualdad con otras materias del currículum.

3.3. MÉTODO ORFF

Al igual que Kodaly, Orff toma elementos del folclore y de la tradición de su país.

Para llevar a cabo esta metodología, es necesario partir de la palabra para llegar a la frase, esto es, transmitir con el cuerpo para poder llegar a transformar el propio cuerpo en instrumento de percusión y poder trabajar así lo que llamamos “percusión corporal” para de esta manera, ir pasando poco a poco a la percusión instrumental. Es decir, pasaremos de los sonidos que el niño realiza con su propio cuerpo y que son más próximos a ellos (palmadas, pasos, saltos, pitos) y posteriormente se irán elaborando instrumentos de percusión (instrumentos Orff) estos instrumentos son propicios para desarrollar a su vez la improvisación y la creatividad del niño mediante la participación en grupo.

Las ideas pedagógicas básicas de Orff son⁶:

- Dar importancia a la forma de ser y el comportamiento del niño.
- Desprecio por la teorización excesiva.
- Insistencia en tres conceptos: palabra, música y movimiento.

⁵ Principios del método Kodaly: <http://www.educamus.es/index.php/metodo-kodaly> recuperado el 20 de mayo de 2017

⁶ <https://sites.google.com/site/pedagogiamusi/m/metodo-orff> recuperado el 20 de mayo de 2017

Este método, trata de dotar a la escuela de ideas y materiales relacionados con la educación musical. Para poder hacerlo, es necesario entender que se parte desde lo más primitivo y por ello el niño necesita primeramente los elementos en su estado más natural, ritmo y melodía.

3.4. MÉTODO MONTESSORI

Este método,⁷ es utilizado fundamentalmente con niños con discapacidades físicas, sobre todo con personas ciegas. Es por ello que trata de educar fundamentalmente a través del tacto y del oído. Afirma que los cinco sentidos pueden ser educados mediante prácticas y ejercicios. Uno de los principales fines que persigue esta metodología es mejorar la autoestima de los alumnos con discapacidad, sordos y ciegos especialmente, cuya carencia, a veces, es tan grande que llega a producir complejos de inferioridad.

4. LA MÚSICA COMO LENGUAJE

La música es un lenguaje universal, aunque quizá deberíamos decir que no solo es un lenguaje sino un fenómeno universal. La música es utilizada en todas las culturas de todos los pueblos y cuando hablamos de lenguaje estamos excluyendo a algunos de ellos.

Según Umberto Eco⁸, la música es universal pero no como lenguaje, ya que no puede ser entendido por todos de la misma manera. El lenguaje es subjetivo, lo que permite que haya distintas interpretaciones, sobretodo en entornos sociales distintos. La música comunica, expresa y utiliza sus propios códigos de representación. Es en definitiva un lenguaje que va mucho más lejos de las palabras.

No podemos olvidar la frase de Aldous Huxley “*la música expresa lo inexpresable*”. A través ella se pueden describir situaciones, expresar emociones, sensaciones, sentimientos o ideas. Es por ello que el lenguaje musical en muchas ocasiones puede obtener más significado que el lenguaje oral.

No obstante, es evidente que la música y la palabra sí comparten algunas formas de organización o de expresión. Ambos medios de comunicación utilizan el ritmo, la entonación, la dinámica, todo esto se encuentra en el discurso oral y en el discurso musical.

⁷ <https://sites.google.com/site/pedagogiamusi/m/metodo-montesso> recuperado el 20 de mayo de 2017.

⁸ Umberto Eco: Semiólogo italiano. Artículo escrito por Antonio Mateo Vara y recuperado el 20 de mayo de 2017. <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7892.pdf>

Aristóteles afirma que *“la música expresa los movimientos del alma”* una frase que creo que resume lo que he tratado de explicar anteriormente.

Por otro lado, según Gaston Thayler (1968), el alumno de Educación Infantil debe desarrollar capacidades relacionadas con las primeras manifestaciones de la comunicación y el lenguaje y con el descubrimiento sonoro del entorno cercano en que vive, formarse una imagen positiva y ajustada de sí mismo y adquirir un cierto grado de autonomía personal.

5. DIFERENCIA ENTRE SENTIMIENTO Y EMOCIÓN

Según afirma Rosa Collado Carrascosa⁹ en su libro “Emocionario”

Las emociones son estados afectivos innatos y automáticos que se experimentan a través de cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales. Sirven para hacernos más adaptativos al entorno que experimentamos.

Los sentimientos son la toma de conciencia de esas emociones etiquetadas. Sirven para expresar, de forma más racional, nuestro estado anímico.

6. EMOCIÓN E INTELIGENCIA EMOCIONAL

6.1. HOWARD GARDNER: TEORÍA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

A diferencia del modelo educativo que seguimos hoy en día que cree en un solo tipo de inteligencia, Gardner definió hasta ocho tipos de inteligencias distintas. Estas inteligencias nos permiten darnos cuenta de que todos somos inteligentes pero cada persona desarrolla un tipo de inteligencia diferente.

Las ocho inteligencias de que definió Gardner son las siguientes¹⁰:

- Inteligencia lingüística: esta no hace referencia a la capacidad de comunicarse oralmente ya que esta se desarrolla utilizando el lenguaje materno. Hace referencia a comunicarse mediante escritura, la gestualidad, etc.
- Inteligencia lógico-matemática: ha sido denominada durante décadas la inteligencia en bruto ya que se empleaba para detectar cuán inteligente es

⁹ Rosa Collado Carrascosa: Psicóloga y psicoterapeuta.

¹⁰ Betrand Regader: Psicólogo Educativo. Director de “Psicología y Mente”. La teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner. Recuperado el 8 de abril de 2017, de <https://psicologiaymente.net/inteligencia/teoria-inteligencias-multiples-gardner>

una persona. Según Gardner, se vincula con el razonamiento lógico y la resolución de problemas.

- Inteligencia espacial: esta habilidad permite observar el mundo y los objetos desde diferentes perspectivas.
- Inteligencia musical: según Gardner, todos poseemos este tipo de inteligencia sin embargo no todos la entrenan y perfeccionan para llegar a la interpretación y composición de la música.
- Inteligencia corporal cinestésica: hace referencia a la habilidad corporal y motriz.
- Inteligencia intrapersonal: es la inteligencia que nos faculta para comprender y controlar el ámbito interno. Esta inteligencia nos permite acceder a los sentimientos y emociones y reflexionar sobre estos.
- Inteligencia interpersonal: permite interpretar palabras o gestos para poder entender el verdadero objetivo de los mismos. Permite entender las circunstancias y problemas de los demás.
- Inteligencia naturalista: permite detectar, diferenciar y categorizar los aspectos vinculados a la naturaleza.

Según Gardner, todas las personas somos dueñas de cada una de las inteligencias citadas, simplemente cada persona destaca en unas u otras.

Cabe destacar que para la realización de este trabajo, me centraré especialmente en la inteligencia musical y la inteligencia intrapersonal.

6.2. MODELO GÓLEMAN: INTELIGENCIA EMOCIONAL

Daniel Goleman, publicó su libro “Emotional Intelligence” en 1995, en cual habla de un concepto que hasta ese momento pasaba totalmente desapercibido, la inteligencia emocional.

No es hasta 1990, cuando se convierte en un Best Seller en multitud de idiomas. La inteligencia emocional se vuelve un tema de interés general. Comienzan a aparecer libros, revistas, juguetes que afirman desarrollar la inteligencia emocional de los niños o incluso personas que dicen buscar este tipo de inteligencia en sus parejas. Rafael

Bisquerra¹¹ resumen el modelo Goleman diciendo que la inteligencia emocional consiste en:

- Conocer las propias emociones
- Manejar las emociones
- Motivarse a sí mismo
- Reconocer las emociones en los demás
- Establecer buenas relaciones

6.3. SALOVEY Y MAYER: INTELIGENCIA EMOCIONAL

Según Salovey y Mayer (1997):

La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.

Los autores, han ido reformulando este concepto inicial, de tal manera que hoy en día, tomamos como referencia la estructura del modelo de cuatro ramas interrelacionadas¹².

- Percepción emocional: capacidad de percibir, identificar, valorar y expresar emociones
- Facilitación emocional del pensamiento¹³: para que la emoción entre en el sistema cognitivo y nos influyan es precisos que sean sentidas.
- Comprensión emocional
- Regulación emocional: a través del cual las personas crecen emocional, intelectual y personalmente.

¹¹ Rafael Bisquerra: El modelo Goleman: Inteligencia Emocional. Recuperado el 8 de abril de 2017. <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/modelo-de-goleman.html>

¹² Rafael Bisquerra: La inteligencia emocional según Salovey y Mayer. Recuperado el 8 de abril de 2017. <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>

¹³ Por este motivo solo trabajaremos diez emociones por cada curso de infantil. Para que estas puedan ser interiorizadas y de esta manera pasen al sistema cognitivo y a su integración y comprensión.

7. LA CONDUCTA MUSICAL LIGADA A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Antes de hablar plenamente sobre la conducta musical, es necesario saber que a través del oído percibimos la mayor parte de las emociones ya que es un sentido emocionalmente poderoso. El feto reacciona a los estímulos musicales desde el quinto mes de gestación, de igual manera que es sensible a los sentimientos que se producen en la madre a través de la música.

El canto o la voz transmiten sentimientos de paz y tranquilidad, rabia, odio, felicidad... y su impacto perdura en nosotros a pesar del tiempo por la gran carga emocional que transmiten.

Según afirma Josefa Lacárcel Moreno¹⁴ el comportamiento musical nos proporciona satisfacción y felicidad. La psicología musical trata de contemplar a la persona en su totalidad, mente, emoción y espíritu. La música, es un medio de expresión ilimitado capaz de llegar a lo más íntimo de cada ser humano. Es un lenguaje universal que nos permite transmitir emociones, estados de ánimo y que desarrolla la creatividad y sensibilidad.

Cabe destacar que “inteligencia emocional” es el conjunto de habilidades que nos permite controlar nuestros impulsos. Es la autodisciplina que hace que saquemos lo mejor de nosotros mismos y el potencial de las demás personas.

La música permite, mediante su escucha o creación que nos recompongamos o armonicemos nuestros sentimientos. Tal y como afirma Lacárcel “*La estrecha relación existente entre un determinado estado de ánimo y su expresión exterior, es lo que nos permite actuar sobre las emociones con la música*”. Tras la escucha de la música adecuada podemos llegar a la relajación, a la felicidad o incluso puede producirnos estados de ansiedad.

8. LA SINESTESIA

Es un fenómeno psicofisiológico que permite a algunas personas experimentar sensaciones o emociones a través de un sentido determinado cuando estimulamos otro distinto. Esto es debido a una comunicación anómala entre áreas cerebrales.

¹⁴ Josefa Lacárcel Moreno: Psicología de la música y emoción musical. Diciembre 2003. Recuperado el 9 de abril de 2017.
<https://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/26704/1/Psicolog%C3%ADa%20de%20la%20m%C3%BAica%20y%20emoci%C3%B3n%20musical.pdf>

Existe en torno a un 2% de personas que son capaces de ver colores al escuchar ciertos sonidos, esto es lo que llamamos sinestesia musical. Franz Liszt¹⁵ solía pedir a su orquesta que tocara “un poco más azul” o “un poco menos rosa” esto era algo incomprensible para el resto de los músicos.

Para las personas con sinestesia, su forma de percibir el mundo es la normal, sin embargo, por hechos casuales, se dan cuenta de que no es así. La gran mayoría de las personas se da cuenta de que poseen una capacidad diferente a las demás en la etapa adulta o incluso en la vejez.

Es difícil estudiar la relación entre el sonido y el color ya que se trata de un tema bastante complejo. Cada persona sinestésica tiene un nivel de sensorialidad distinto, y se manifiesta de forma involuntaria según distintas asociaciones.

9. CRITERIOS DE SELECCIÓN MUSICAL PARA EDUCACIÓN INFANTIL

Es preciso saber seleccionar las piezas musicales que queremos utilizar para Educación Infantil y más aún si se trata de asociar una melodía a un sentimiento. Por ello, es conveniente utilizar piezas instrumentales, ya que si la música tiene letra es probable que nos centremos en escuchar lo que esta nos quiere decir y no podamos centrarnos en el sentimiento que nos evoca.

Son muchos los factores que pueden influir en la asociación de una melodía a un sentimiento, como por ejemplo las experiencias vividas, los recuerdos que se puedan asociar, el entorno familiar, escolar y cultural del niño. Pero si podemos saber cuáles son los efectos que producen a un nivel general el ritmo, la melodía, la armonía, el tono, la tonalidad, el volumen o el silencio¹⁶.

- Ritmo: afecta a nivel físico y corporal, cuando escuchamos ritmos lentos nuestro propio cuerpo nos hace actuar de una forma más lenta, más quieta. Cuando escuchamos ritmos rápidos somos inducidos completamente al movimiento.

¹⁵ Franz Liszt (1811-1886): Compositor austrohúngaro romántico. Pianista, profesor y director de orquesta.

¹⁶ Definiciones dadas por Elena Pintado Málaga en su blog:
<http://www.auladeelena.com/p/proyecto-emocionario.html>

- Melodía: es la encargada de afectar de lleno a nuestro estado emocional ya que evoca recuerdos. Cuanta más variación melódica se produce más alegría suele producir en el oyente, sin embargo, la poca variedad melódica produce en general sensación de tristeza.
- Armonía: la música suave y armoniosa, de ritmos constantes produce sensación de equilibrio, serenidad. Por el contrario, si escuchamos una música disonante se produce sensación de irritabilidad o ansiedad.
- Tono: los sonidos graves producen efecto tranquilizador en el oyente pero a nivel emocional tienden a relacionarse con sentimientos de tristeza. A diferencia de estas, las frecuencias agudas se relacionan directamente con la alegría.
- Tonalidad: la tonalidad mayor lleva a estados de ánimo alegres mientras que las tonalidades menores llevan a la tristeza, a la melancolía.
- Volumen: el volumen afecta de lleno en todos los anteriores citados ya que puede enmascarar cualquier efecto producido por los factores citados anteriormente. El volumen elevado (sin sobrepasar límites) produce estados de alegría, al contrario, el volumen bajo produce estados de serenidad, de intimidad. Debemos tener en cuenta que a pesar de esto:
 - Las notas agudas a bajo volumen suelen resultar agradables y proporcionan sentimiento de felicidad.
 - Las notas agudas a volumen elevado producen irritación y nos ponen en alerta o estado de atención extrema.
 - Las notas graves a bajo volumen inducen a movimientos lentos o estados de serenidad.
 - Las notas graves con volumen elevado producen sentimiento de miedo o peligro.
- Silencio: Sabemos que la ausencia de sonido nos afecta tanto como el propio sonido, sin embargo, es confuso el sentimiento que pueda provocar en el oyente según su estado de ánimo previo o la situación. Podría provocar miedo, expectativa, sorpresa...

10. UTILIZACIÓN DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN EL AULA DE EDUCACIÓN INFANTIL

Cada vez, más centros incorporan en sus aulas las nuevas tecnologías aplicadas a la educación: ordenadores, pizarras digitales, cámaras de fotos o de vídeos... de hecho en algunos colegios de nuestro país han llegado a sustituirse libros por Tablet Pc.

Debemos valorar cómo maestras en qué momento estamos utilizando las nuevas tecnologías¹⁷ y en que momento las estamos integrando en el aula ya que es muy habitual que estas tengan un sentido lúdico más que educativo.

Es necesario utilizar las TIC de una forma adecuada para que el alumnado alcance al final de su escolarización las competencias necesarias en este ámbito. Para ello, se utilizarán a lo largo del día durante las mismas actividades, Unidades Didácticas o proyectos y no de forma aislada o sin conexión con los conocimientos que queremos que adquieran.

A través del ordenador, el alumnado puede realizar multitud de actividades, fichas elaboradas por los propios profesores en las que los niños deban completar palabras o números de igual forma se pueden utilizar mapas o dibujos.

Si nos ofrece tantas posibilidades, no es raro pensar que también tendrá aplicaciones musicales, en el caso de este trabajo de fin de grado, quiero mostrar las posibilidades que ofrecen los samplers en la Educación Infantil

10.1. LOS SAMPLERS

Los samplers, son instrumentos musicales electrónicos que permiten registrar sonidos de forma digital, para posteriormente poder emitirlos ayudándonos de un controlador, que puede estar instalado a un instrumento musical o utilizarse simplemente mediante el ordenador.

El sampler, es una es una pequeña “muestra” de una canción, es decir un fragmento. Esto puede ser una melodía o una base musical, como por ejemplo el sonido de una batería, o un sonido o ruido. Se puede utilizar de modo que cada botón o sección contenga un fragmente muy pequeño, o por el contrario, que cada uno de ellos nos muestre una canción o melodía completa.

¹⁷ Nuevas tecnologías: de ahora en adelante TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación).

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.

Aprender a expresarse a través de la música.

Capítulo II. Fundamentación teórica

La creación de sampler es relativamente sencilla, ya que si no se trata de algo profesional, puede ser creado por el mismo profesorado mediante pequeños enlaces. Mi propuesta requiere de un pequeño sampler realizado de una forma muy sencilla que nos permite mediante botones de colores escuchar una melodía en concreto ya asociada a un sentimiento o emoción.

10.2. LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LA EDUCACIÓN MUSICAL

Las nuevas tecnologías han supuesto una nueva revolución que permite un gran crecimiento musical. En el aula de música, nos permiten contar con las siguientes utilidades:

- Realizar grabaciones.
- Editar partituras.
- Utilizar la imagen multimedia, audición, video, animación, texto, etc... para sustentar lo que en ese momento estamos tratando de que entiendan.
- Introducir instrumentos progresivamente a una base musical.
- Emplear correctores técnicos.
- Estudiar, con acompañamiento musical, sin necesidad de intérpretes.

Las nuevas tecnologías son un recurso muy importante que se debe utilizar de forma habitual por parte del docente, ya que tiene grandes ventajas:

- Facilitan el trabajo del profesor, pues tiene un segundo apoyo.
- Es un incentivo para el alumnado que crea en el ganas de aprender e ilusión y además es cercano a su experiencia de vida cotidiana.
- Permiten desarrollar habilidades y aptitudes para enfrentarse a la sociedad actual, mediatizada por la tecnología.

Como es evidente también tiene algunas desventajas, citaré algunas de ellas:

- El coste del material a veces es elevado, y tratándose de educación a distancia supondría que cada alumno disponga de su propio ordenador, sin embargo para la etapa que vamos a desarrollar, esto depende únicamente del centro.

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.

Aprender a expresarse a través de la música.

Capítulo II. Fundamentación teórica

- La inversión en aprendizaje y manejo de programas que el profesor debe manejar forma parte de su tiempo libre, es por ello que es una carga de trabajo mayor para él, que se verá recompensada únicamente en el aula.
- La tendencia a emplear las TIC de la educación musical como algo incompatible con otras formas tradicionales de enseñanza.

11. LAS EMOCIONES EN EL CURRÍCULUM DE INFANTIL

Actualmente nuestro país se rige por la Ley Orgánica 2/2006¹⁸, cuyo preámbulo dice:

“El servicio público de la educación considera a ésta como un servicio esencial de la comunidad, que debe hacer que la educación escolar sea asequible a todos, sin distinción de ninguna clase, en condiciones de igualdad de oportunidades, con garantía de regularidad y continuidad y adaptada progresivamente a los cambios sociales.”

Esto quiere decir que la educación debe ser lo suficientemente flexible como para respetar los ritmos de aprendizaje de cada niño, el método que voy a presentar respeta los ritmos individuales del alumnado, sin embargo, para que la educación esté completamente adaptada debemos tener en cuenta el papel tan importante que juegan las emociones en la educación.

Es cierto que la Ley contempla un desarrollo afectivo del niño, pero bajo un punto de vista personal y hablando desde mi experiencia, esto tiende a olvidarse en el aula. Dentro del currículum de asignaturas universitarias para completar el grado, no se dispone de la suficiente información para poder llevar a cabo un tratamiento de los sentimientos y emociones cuando estamos en la escuela.

Quizá toda la parte académica y planes de estudio o diseños curriculares van enfocadas a desarrollar la dimensión cognitiva del ser humano, olvidando, que la parte emocional también precisa ser educada, para que algún día los niños puedan expresarse abiertamente y regular sus emociones.

¿Por qué es importante conocer nuestros sentimientos? Begoña Ibarrola¹⁹ afirma que su desconocimiento provoca en muchos casos problemas de conducta y bajo rendimiento académico, no es un problema de falta de capacidad cognitiva del alumnado,

¹⁸ Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo, de Educación, B.O.E. número 106, de 4 de mayo.

¹⁹ Begoña Ibarrola: psicóloga musicoterapeuta, investigadora y especialista en inteligencia emocional con más de 20 años de experiencia en la formación de docentes en este ámbito.

se trata de problemas de carácter emocional. Hoy en día, está demostrado cómo la ansiedad puede provocar en el alumno un estado de bloqueo frente a un examen, impidiendo que demuestre todo lo que sabe.

En casi todos los centros, cuando se trabajan problemas conductuales se demuestran que en una gran parte de los casos viene provocado por estados de inestabilidad emocional.

Me planteo si los casos de bullying o suicidios podrían ser reducidos si desde la etapa de Educación Infantil se trabajaran correctamente las emociones. Así el acosador podría saber de dónde proviene el problema y por qué se siente mejor cuando acosa a un compañero, y el acosado, fortalecería sus sentimientos para no hundirse con facilidad. De esta manera, habría muchísimos menos casos de problemas entre alumnos en el aula.

Pero ¿desde qué edad se puede llevar a cabo una formación de este tipo en el aula? según Bisquerra (2000): *“La educación emocional ha de entenderse como un factor importante para el desarrollo de la personalidad integral del individuo, dado que cuando se potencian los recursos emocionales se mejora la calidad de vida.”* Desde los tres años trabajamos en el aula con una educación integral del alumnado, por ello, es desde esta edad cuando podemos empezar a fortalecer esta dimensión en los alumnos, por supuesto, mediante actividades y juegos adaptados a su edad.

Según Bisquerra y Juan Carlos Pérez-González incorporar en el aula un programa que trate correctamente la educación emocional proporciona cinco grandes habilidades:

- Habilidades sociales, imprescindibles para relacionarnos con el resto.
- Habilidades vitales, para afrontar los contratiempos de la vida cotidiana.
- La autoconsciencia, para reconocer nuestras emociones.
- La regulación emocional, para gestionar las emociones.
- La empatía, para saber ponerse en el lugar de los otros

Todo esto, aporta al pequeño las herramientas necesarias para tomar decisiones, gestionar situaciones complejas y anteponer las emociones positivas sobre las negativas teniendo claro, que cuando les expliquemos las emociones no usaremos los términos “buenas” o “malas”. Es preciso que los niños no se sientan juzgados por ello, para de esta manera, tener la libertad de identificarse con ellas sin problema.

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Capítulo II. Fundamentación teórica

Para concluir este apartado lo haré mediante una cita de Daniel Goleman, quien creo, define a la perfección la importancia de disponer de esta inteligencia emocional.

Si no controlas tus habilidades emocionales, si no tienes consciencia de ti mismo, si no eres capaz de controlar tus emociones estresantes, si no puedes tener empatía y relaciones efectivas, entonces no importa lo inteligente que seas, no vas a llegar muy lejos.

CAPÍTULO III: DISEÑO DE LA PROPUESTA Y ANÁLISIS

1. JUSTIFICACIÓN

La música, es un recurso a través del cual podemos trabajar los sentimientos y emociones, es por ello que con mi propuesta pretendo que los niños los asocien a una melodía dada, la cual se mantendrá a lo largo de todos los cursos de Educación Infantil. Esto contribuye en el sujeto, a la aparición de sentimientos y emociones aún desconocidas que provocarán en él curiosidad, interés y ganas de aprender.

Este trabajo va directamente relacionado con el aula de Educación Infantil, sin embargo, podría modificarse brevemente para ser adaptada a niños de primaria. Cuando somos adultos, nos resulta mucho más complicado empezar a entender estos conceptos, sin embargo, bajo mi punto de vista nunca es tarde para intentarlo, por lo que creo que un adulto también podría utilizarlo como medio de aprendizaje, siempre y cuando, lo adapte todo lo necesario.

En caso de que mi propuesta fuera realizada con adultos, pediría que fueran ellos mismos quien eligieran sus canciones, aquella que más le transmitiera ese sentimiento que pretendemos encontrar. Sin embargo en Educación Infantil, seré yo misma la que asigne una melodía a cada sentimiento. Esto no quiere decir que el niño no pueda ver algo distinto o recordarle algo diferente, pero para trabajar en el aula pediré que todos lo asocien de la misma manera.

Una vez asignadas todas las melodías es el momento de grabarlas en un CD. Las pondré en el orden en el que vamos a ir conociéndolas, seguido del nombre de cada emoción. Sin embargo, no diremos el nombre del sentimiento hasta después de escuchar la pieza, si podremos decir el título de la melodía y quien es su autor.

Para ir reconociendo poco a poco todos los sentimientos, daremos el tiempo suficiente a los niños, yo he considerado que sería suficiente trabajar cada nueva emoción durante dos semanas. Un poco más adelante explicaré en qué orden lo llevaremos a cabo.

Un detalle muy importante que se debe tener en cuenta es que el niño puede conocer la definición de cada sentimiento o emoción, sin embargo en ningún momento afirmaremos que unos son buenos y otros son malos, ya que es imprescindible que no se

sienta juzgado en ningún momento, para de esta manera poder identificarlos mejor en su interior.

“Juzgar a una persona no define quien es ella, define quien eres tú” Francisco Alcaide Hernández.

Creo, que la cita de Félix Alberto Sanz (2013) es muy acertada y me ayuda a explicar un poco mi teoría y porqué creo que es importante que se trabaje desde edades tan tempranas:

Y es que ahí reside, para mí, el primer paso del éxito profesional (y por qué no decirlo, personal) de las personas, en la capacidad de detectar y reconocer las propias emociones en el momento en que se producen (reconocerlas más tarde en la calma, puede no ser suficiente). Sólo y sólo si somos capaces de mirarnos en nuestro espejo interior y de conocernos y sólo y sólo si en momentos de tensión somos capaces de detectar que nos pasa y de reconocernos en nosotros mismos (aunque lo que reconozcamos no sea lo que más nos guste), podremos dar los siguientes pasos para mejorar.²⁰

Para que la propuesta pueda ser llevada a cabo correctamente, es necesario conocer el aula con el que se va a trabajar, es por ello que la persona que debe ponerla en práctica es siempre la tutora del aula o al menos se necesitaría el apoyo de la misma. Para realizarla yo he tenido muy en cuenta la opinión de mi tutora de prácticas, guiándome sobre las posibilidades de aplicación de mi proyecto y si sería posible que los niños adquirieran los conocimientos esperados.

Trabajar temas musicales en Educación Infantil es muy motivador, por este motivo debe ser integrada como parte de la formación global de niño ya que contribuye a la educación emocional, intelectual y corporal. Kodaly señala que el sonido y la música son innatos al hombre y se presentan en los primeros meses de vida.

2. METODOLOGÍA

Mi propuesta, está diseñada a modo proyecto, ya que cada sentimiento u emoción durará aproximadamente dos semanas y durante la cual éste será nuestro centro de atención.

Trabajar por proyectos en Educación Infantil conlleva una actitud diferente en el aula, se requiere de un profesor dispuesto a escuchar al niño para hacer que sus intereses, acciones y preguntas sean un eje central del aprendizaje.

²⁰ Sanz, F.A. (2013). “Nadal y el espejo interior”. Castilla y León Económicas. Recuperado el 18 de mayo de 2017, de: <http://www.castillayleoneconomica.es/content/nadal-y-el-espejo-interior>

Hay que recordar que en este tipo de trabajo, se valoran los errores de forma positiva y es más, se consideran un paso fundamental de todo aprendizaje, rehuendo de sus connotaciones negativas.

La evaluación nunca está centrada en el resultado final, sino que analiza todo el proceso educativo que implica el proyecto: desde el inicio, pasando por el desarrollo y finalmente llegando a su conclusión.

Con esto se pretende “enseñar a pensar”, ya que, el niño va aprendiendo los mecanismos para aprender de forma autónoma. (Díaz Morales, 2013).

Finalmente, los niños aprenden compartiendo sus ideas, escuchando, trabajando de forma cooperativa, investigando y aprendiendo del error.

Además, la metodología es activa, ya que pretende que el infante se convierta en el responsable de su propio aprendizaje, desarrollando habilidades de búsqueda, análisis y evaluación de la información que se les da. También, aporta un grado de participación que hace que los niños tengan interés por las actividades llevada a cabo. La atención del alumnado aumenta cuando es él quien explora, descubre, observa, expresa...

Se pretende que lleven a cabo procesos de reflexión, que posteriormente puedan ser compartidos con sus compañeros para así, intercambiar experiencias y opiniones.

Es muy importante que desarrolle autonomía de pensamiento, para poder ser críticos y tener una actitud colaborativa, al igual que desarrollar la conciencia grupal y la reflexión individual de la realidad cotidiana. (Martín Ruiz, 2011).

Por otro lado, esta metodología es global, que parte siempre de los aprendizajes significativos y establece vínculos con lo nuevo que hay que aprender y lo que el niño ya sabe previamente.

La descripción que se señala es concreta pero a la vez es abierta. No podemos marcar espacios y tiempos rígidos en estas edades ya que debemos atender a las necesidades del alumnado teniendo en cuenta sus individualidades, lo fundamental es que el niño se encuentre a gusto en el aula por eso debe ser flexible.

3. OBJETIVOS

- Identificar las propias emociones: ser capaz de identificar lo que sienten en diferentes situaciones.
- Conceptualizar emociones para poder nombrarlas adecuadamente.

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.

Aprender a expresarse a través de la música.

Capítulo III. Diseño de la propuesta y análisis

- Controlar y expresar las emociones para comportarse de forma socialmente adecuada y redirigirlas cuando estamos equivocados.
- Identificar las emociones en los demás para ser personas empáticas.
- Desarrollar una actitud positiva ante la vida, favoreciendo la autoestima y creando una imagen ajustada de sí mismo.
- Dotar al alumnado de recursos suficientes para poder superar situaciones adversas de la vida a través del autocontrol.

4. COMPETENCIAS

- Comunicación lingüística: en cuanto al desarrollo del lenguaje como medio de expresión y comunicación de pensamientos, emociones, vivencias...
- Conocimiento y la interacción con el mundo físico: entrando en contacto con su entorno más cercano y ayudándole a tomar conciencia de la influencia que tiene sobre él mismo.
- Tratamiento de la información y competencia digital: mediante la utilización de pizarra digital, samplers, y otros instrumentos tecnológicos que desarrollarán su autonomía y capacidad crítica sobre el tratamiento de la información.
- Social y ciudadana: adquisición de habilidades para participar de forma activa en la sociedad, convivir y afrontar conflictos.
- Cultural y artística: disfrutar del arte y la cultura de forma paralela a la creación de obras plásticas.
- Aprender a aprender: dotar al niño de estrategias para creer en sí mismo y ser consciente de sus capacidades así como contar con la ayuda de los demás cuando la necesitamos.
- Autonomía e iniciativa personal: ser capaz de imaginar, aprender, desarrollar y evaluar acciones y proyectos confiando en sí mismo.

5. INDICACIONES PREVIAS

Será necesario seleccionar en que espacios del aula vamos a trabajar, yo considero esencial trabajarlas previamente en asamblea aunque todas ellas dispondrán de tiempos de trabajo individual y de interiorización. Es importante recordar, que las emociones

forman parte del día a día en el aula, no es algo apartado que solo mencionamos en las horas de llevar a cabo esta propuesta y a pesar de ir viendo algunas nuevas, estaremos de continuo repasando las que ya conocemos.

Contaremos con un espacio que denominaremos “Emocionario Infantil”, estará en una corchera y en él se expondrán las imágenes que queremos que relacionen con cada sentimiento o emociones. Es importante colocar la imagen previamente al día que queramos darla a conocer, en mi caso, lo haré los lunes, pero debido a la temporalización será un lunes sí y otro no, esto se hace para crear expectativa, motivación e interés y el infante se encuentra en disposición de intentar descubrir de cuál de ellas se trata. Con esto conseguimos que el niño de rienda suelta a la imaginación y a la creatividad. Como maestras, debemos tener en cuenta que durante los primeros meses de este proyecto el niño irá muy despacio y le costará mucho entender con qué puede ir relacionada cada una de las imágenes, sin embargo la duración del proyecto, está pensada para que sea de 3 años por lo que con 6 años lo habrán entendido perfectamente.

Cuando llega el momento de trabajar y dar comienzo a la sesión el docente debe estar muy atento de que el ambiente y la disposición del aula sea el adecuado. Es necesaria una luz tenue, al ser posible natural y debe ser un lugar silencioso y con pocos detalles susceptibles de distracción.

6. DISEÑO DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

En el caso de mi trabajo de fin de grado, indicaré paso a paso como se llevará a cabo la propuesta para niños de 3 años, es decir, para primero de infantil.

Es muy necesario que el profesorado cuente con libros que hablen sobre los sentimientos y emociones, yo recomiendo “El Monstruo de Colores”²¹ estos libros serán usados durante el día a día en el aula, a modo de recuerdo de todo aquello que ya conozcamos y para ir introduciendo poco a poco los que no conocemos.

A continuación propongo un calendario para dar a conocer cada sentimiento u emoción.

²¹ El monstruo de colores: Libro en versión Pop Up escrito por Anna Llenas y publicado por la editorial Flamboyant.

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Capítulo III. Diseño de la propuesta y análisis

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Imagen	Escuchamos la melodía	Escuchamos la melodía. Lluvia de ideas	Recordamos el sentimiento u emoción y lo describimos	Damos un color al sentimiento u emoción
Recordamos el sentimiento u emoción de la semana pasada y su color	Mientras escuchamos la melodía creamos nuestro bote	Se pregunta a los niños sobre el sentimiento emoción visto.	Contamos un cuento para afianzar conocimientos	Repasamos todos los botes de sentimientos de los que disponemos.

Detalles del calendario:

El lunes que comenzamos, se pondrá en una corchera, que denominaremos “Emocionario Infantil” la primera imagen con la que vamos a trabajar, los dibujos están extraídos del libro “emocionario” de Rosa Collado Carrascosa.

Con esto se pretende crear expectativa en el alumno, ya que hoy no vamos a comentar más sobre la imagen, simplemente lo dejaremos a imaginación del niño para que el solo intente descubrir el sentimiento u emoción oculto.

Es muy probable, que las primeras veces los alumnos no sepan exactamente qué es lo que se pretende que encuentren, sin embargo, poco a poco irán cogiendo la dinámica y les resultará más sencillo.

El martes, será el primer día que escuchemos juntos la melodía asignada al sentimiento u emoción. En tres años es probable que los niños no se sientan cómodos con los ojos cerrados, por lo que el docente únicamente debe ofrecerlo como una opción y en ningún caso obligar al alumno a que lo haga. Pondremos la canción dos veces seguidas y proyectaremos en la pizarra digital la imagen que estaba en la corchera, proponiendo que aquellos que no quieran cerrar los ojos miren la imagen proyectada.

El miércoles, es el momento de ofrecer al niño la posibilidad de hablar, para ello se crea una lluvia de ideas, ellos deben intentar decirnos que les transmite tanto la melodía y la imagen, para ello voy a ofrecer algunas preguntas posibles que guiarán un poco al niño pero lo haré en el siguiente apartado, donde iré detallando que se debe que aprender de cada sentimiento u emoción. El docente debe mantener una actitud de escucha,

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Capítulo III. Diseño de la propuesta y análisis

permitiendo que el niño acabe sus frases sin interrumpirle y a la vez será su guía, para encauzar su aprendizaje y llevarle hacia donde queremos llegar.

El jueves volveremos a escuchar la melodía, en este caso el docente ya dará el nombre de ese sentimiento u emoción y además explicará de manera adaptada en que consiste exactamente.

El viernes es un día clave para esta propuesta, pues es cuando les indicamos de qué color es ese sentimiento, en el apartado siguiente voy a detallar los colores que yo he elegido sin embargo esto puede ser adaptado de tal manera que cada docente podrá utilizar los colores que el considere oportunos.

Algo que aprendí en la etapa de prácticas es que los lunes son los días en los que se repasan los conceptos aprendidos, por lo que utilizaré este segundo lunes para repasar el sentimiento u emoción que vimos la semana anterior, volver a escuchar la melodía y recordar su color.

El martes, es un día de los más importantes, ya que mientras escuchamos la melodía propuesta los niños van a encerrar en un bote pequeño ese sentimiento u emoción, para a continuación poder expresar como se sienten. El bote será pequeño y con tapón de corcho, dentro introduciremos bolitas de papel del color que hayamos designado previamente, de tal manera que si la alegría es amarilla, llenaremos el bote de bolitas de color amarillo.

Conforme vamos creando botes pediremos a los niños que los coloquen, a la hora de la entrada, junto a su percha y fotografía, seleccionando aquel color con el que más identificado se siente ese día. Los niños de tres años pasan por un duro proceso de adaptación escolar, en ocasiones hace que estos vengan llorando al colegio o estén tristes. Es conveniente empezar conociendo sentimientos y emociones básicos como la alegría, la tristeza, la ira, la calma, el amor... y por supuesto, nunca en el periodo de adaptación.

El miércoles, se creará una nueva lluvia de ideas para describir el sentimiento u emoción, sin embargo, en esta ocasión queremos afianzar el conocimiento proporcionado por la maestra, es por ello que el niño debe tener conocimientos que sí estén en concordancia con lo que queremos que aprendan, si no es así se volverá a explicar para que lo entiendan mejor.

El jueves lo he seleccionado como un día de lectura de cuentos, en el periodo de infantil es caracterizado por aprendizaje de lecto-escritura por lo que los cuentos en el aula son fundamentales, sin embargo, estos días, lo haremos como medio de aprendizaje

de sentimientos y emociones. La maestra será quien vaya seleccionando libros con esta temática, esto no supone gasto puesto que pueden ser prestados por bibliotecas públicas.

El viernes es el día de repasar, volveremos a nombrar cada una de las emociones asociadas a su color y mostrando el bote y escucharemos las melodías que propusimos para recordarlas.

7. NUESTRO EMOCIONARIO INFANTIL

Voy a detallar a continuación, cómo voy a trabajar cada una de las emociones que he seleccionado para el curso de primero de educación infantil. Yo las trabajaría en el orden que marco a continuación, pues está pensado para que sean desde las más sencillas hasta las que son un poco más complejas. Se debe tener en cuenta, que es una propuesta y por tanto en caso de tener alumnos con necesidades educativas especiales se harían las adaptaciones que se consideraran oportunas.

Para los colores de las cinco primeras me he basado en el libro “El monstruo de colores” que recomendé con anterioridad. Los cinco siguientes han sido seleccionados por mí misma.

6.1. ALEGRÍA

Imagen: Extraída del libro anteriormente citado “Emocionario” de Bela Oviedo²² que representa a unos personajes en un carrusel sonriendo y divirtiéndose, con caras alegres.

Melodía: “Spring In My Step” (Silent Partner)²³ esta melodía podría ser sustituida por cualquier otra que el docente considere oportuna, sin embargo, bajo mi punto de vista transmite justo esa alegría que queremos que el niño interprete.

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Qué pueden estar diciéndonos los personajes si nos fijamos atentamente en sus rostros?
- ¿Por qué creéis que están contentos?
- ¿Es divertido lo que están haciendo?
- ¿Creéis que seguirán igual de contentos cuando dejen el balanceo?
- ¿Vosotros habéis hecho algo parecido alguna vez? ¿Y cómo te sentías?

²² Imagen disponible en Anexo 1

²³ Spring In My Step: <https://www.youtube.com/watch?v=fxnn9FR-4Vk&t=36s>

Color amarillo: explicaremos que es un sentimiento contagioso, que brilla como el sol. Además cuando estamos alegres nos gusta compartir ese sentimiento con los demás y lo expresamos sonriendo, saltando, bailando o jugando.

6.2. TRISTEZA

Imagen: extraída del “Emocionario”, su autor es Javier González Burgos²⁴ y lo que representa es como dos animales han perdido sus hogares en una inundación, es por ello que sus rostros están tristes.

Melodía: “2º movimiento del concierto para piano nº5” (Ludwing van Beethoven)²⁵.

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Dónde están los personajes de la imagen?
- ¿Ves algo justo detrás?
- ¿Qué crees que ha pasado? ¿Han perdido algo?
- ¿Cómo están sus caras?
- ¿Crees que tiene solución?
- ¿Esa solución requerirá mucho esfuerzo o lo harán con facilidad?

Color azul: estará asociado con los días de lluvia, a los niños les diremos que cuando estamos tristes solemos echar de menos algo, este sentimiento hace que queramos estar solos y por lo general no nos apetece hacer nada.

6.3. RABIA

Imagen: su autora es Romina Blasson²⁶, está representada por una imagen en las que los colores predominantes son el rojo y el negro y donde podemos ver la cara de un pájaro con expresión enfadada. Como todas las detalladas anteriormente pertenece al libro ya citado pero en este caso, el libro lo denomina Ira, yo he elegido su imagen pero he preferido llamarlo rabia, esto es simplemente porque creo que da facilidad de comprensión al alumnado de tres años.

Melodía: “El vuelo del moscardón” (Nicolai Rimsky-Korsakov)²⁷

²⁴ Imagen disponible en anexo 2

²⁵ “2º movimiento del concierto para piano nº5” Ludwing van Beethoven:
<https://www.youtube.com/watch?v=63-RarttKNY>

²⁶ Imagen disponible en anexo 3

²⁷ “El vuelo del moscardón” Nicolai Rimsky-Korsakov:
<https://www.youtube.com/watch?v=Sciy6GZr8Po>

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Qué color predomina en la imagen?
- ¿Son colores alegres? ¿Pintarías de este color tu habitación?
- ¿Transmiten tranquilidad?
- ¿Qué animal aparece en la imagen? ¿Crees que está contento? ¿Es posible que haya hecho daño a alguien?
- ¿Crees que se podría hacer algo para tranquilizarlo? ¿El qué?

Color rojo: para que los niños lo entiendan mejor les explicaremos que la rabia arde como el fuego y quema mucho porque a veces es muy difícil de apagar. Cuando estas enfadado sientes que alguien ha cometido una injusticia, es por ello que intentas descargar ese sentimiento contra los demás.

6.4. MIEDO

Imagen: su autora es Patricia Fitti²⁸, la imagen representa un campo con un espantapájaros enfadado, además es de noche, lo que en cierto modo provoca esa sensación de miedo. Me parece una imagen muy bien elegida, ya que expresa el miedo pero en una fotografía que puede ser usada en la infancia.

Melodía: Scary creepy dark (Peder B. Helland)²⁹

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Qué aparece en la imagen?
- ¿Te sentirías a gusto en este paisaje? ¿Crees que es un lugar tranquilo?
- ¿Qué elementos hacen que no te sientas cómodo en este lugar?
- ¿Si fuera de día te sentirías mejor?

Color negro: ya que a pesar de no poder caracterizarlo nunca como bueno o malo, creo que es un sentimiento que no nos hace sentir bien. Para explicárselo a los niños diremos que el miedo es cobarde, se esconde en la oscuridad. Cuando sentimos miedo nos hacemos pequeños y nos sentimos poco importantes, a veces, cuando tenemos miedo nos sentimos incapaces de hacer lo que nos están pidiendo.

²⁸ Imagen disponible en anexo 4.

²⁹ Scary creepy dark, Peder B. Helland: <https://www.youtube.com/watch?v=v2XR6zmZ4Ps>

Trabajar bien este sentimiento me parece fundamental en la etapa de tres años, ya que en muchas ocasiones dan rienda suelta a la imaginación y confunden realidad con ficción y en muchas ocasiones las pesadillas se apoderan de ellos.

6.5. CALMA

Imagen: su autora es Gabriela Thiery³⁰, en ella se representan dos peces en el agua que nadan al compás unidos y sin chocarse, con los ojos entreabiertos. El libro que estoy utilizando prefiere la palabra serenidad, sin embargo a pesar de utilizar este libro yo prefiero denominarlo calma. Su imagen me parece adecuada por lo que la utilizaré con este nombre.

Melodía: “La mañana, Peer Gynt op 23” (Edvard Grieg)³¹

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Qué animal aparece en la imagen?
- ¿Producen sonido esos animales? ¿Y el agua?
- ¿Cuándo ves la imagen te sientes relajado?

Color verde: para explicárselo a los niños, diremos que la cama es ligera como las hojas del viento. Cuando estamos en calma nuestra respiración es tranquila y profunda y nosotros nos sentimos a gusto y en paz.

6.6. AMOR

Imagen: su autor es Maricel Rodríguez Clark³². En ella se representa un árbol lleno de pájaros, que a mi modo de entenderlo, hace referencia al amor de la familia. Me parece que es una de las imágenes que más claro representa el sentimiento y debido a la práctica confío en que a estas alturas vayan siendo capaces de ir descubriendo ellos solos.

Melodía: “River flows in you” de Yiruma.³³

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Qué seres vivos aparecen en la imagen?
- ¿Dónde están la mayoría de los pájaros?
- ¿Crees que preferirían estar solos?
- ¿Crees que el motivo de estar todos juntos es que les ha gustado el árbol?

³⁰ Imagen disponible en anexos 5.

³¹ La mañana, Peer Gynt op 23 (Edvard Grieg): <https://www.youtube.com/watch?v=-XJ0xRkcskU>

³² Imagen disponible en anexos 6.

³³ River flows in you, Yiruma: <https://www.youtube.com/watch?v=7maJOI3QMu0>

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.

Aprender a expresarse a través de la música.

Capítulo III. Diseño de la propuesta y análisis

- ¿Te gustaría a ti estar acompañado de tanta gente? o por el contrario ¿Preferirías estar solo?
- ¿Hay personas que te hacen sentir muy bien y eso te da energía para hacer cosas? ¿Quiénes son esas personas que nos hacen sentir queridos?
- ¿Crees que el árbol da energía a los pájaros? ¿Y los pájaros al árbol?

Color rosa: Para explicarles a los niños este sentimiento les diremos que el amor es blandito como un peluche y nos hace sentirnos protegidos. Cuando amamos o queremos a alguien intentamos protegerlo y cuidarlo, cuando alguien nos ama o nos quiere mucho, intenta que estemos bien y se preocupa por nosotros.

6.7. ABURRIMIENTO

Imagen: su autora es Nella Gatica³⁴, en ella se representa un cerdito que está solo en una isla, en la noche y con expresión de no tener nada que hacer ni con quien estar.

Melodía: “Vingt Regards” – I. Regard du Père – Pierre Lauren Aimard.³⁵

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Dónde está el animal protagonista?
- ¿Qué cosas hay a su alrededor?
- ¿Se está divirtiendo?
- ¿Crees que tú podrías divertirte en esa situación? ¿Cómo lo harías?

Color azul oscuro: para explicar a los niños qué es el aburrimiento les diremos que este es muy pausado y como casi no se mueve es incapaz de divertirse. Cuando estas aburrido es porque tienes ganas de realizar alguna actividad pero por algún motivo no puedes hacerlo. A veces por falta de compañía y otras veces porque el día no es el adecuado.

6.8. ENTUSIASMO

Imagen: de Paola De Gaudio³⁶, en ella se representa un pájaro con tonos anaranjados volando, es en realidad una cometa, a su vez hay pájaros en una jaula que se ve que se ha abierto, los pájaros están entusiasmados de poder volar libremente como la cometa.

³⁴ Imagen disponible en anexos 7.

³⁵ “Vingt Regards” – I. Regard du Père – Pierre Lauren Aimard.³⁵

<https://www.youtube.com/watch?v=NyfWkWP86qs>

³⁶ Imagen disponible en anexos 8.

Melodía: Carmen Suite nº1 “Les Toreadors” de Georges Bizet.³⁷

Preguntas propuestas para guiar al alumnado.

- ¿Están los pájaros encerrados en la jaula?
- ¿Hay algún pájaro que pueda parecer peligroso?
- ¿Crees que los pájaros quieren volver dentro de la jaula?
- ¿Parece que están disfrutando de la sensación de libertad?

Color naranja: ya que creo que la imagen hace referencia completamente a este color y les resultará más sencillo de memorizar. A partir de ahora, se considera que estamos en el tercer trimestre del curso por lo que los sentimientos y emociones a trabajar son más complejos y cualquier facilidad es de mucha ayuda. Para explicarles a los niños que es el entusiasmo diremos que el entusiasmo puede volar, nos crea interés, admiración y placer.

6.9. CULPA

Imagen: de Virginia Piñón³⁸, en ella vemos representado un mar con muchas olas y un barco de papel que es hundido por el peso que lleva encima.

Melodía: “Estudio op.33 nº9” de Sergei Rachmaniov³⁹

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- ¿Qué se representa en la imagen?
- ¿Qué elementos hay en la imagen que pesan poco? ¿Y cuáles pesan mucho?
- ¿Crees que el barquito puede flotar con ese peso?
- ¿Alguna vez has sentido que llevas un peso por dentro?

Color morado: explicaremos a los niños que la culpa es pesada, cuesta mucho llevarla encima y además nos impide avanzar. Cuando nos sentimos culpables creemos que no nos hemos portado bien con alguien y eso nos resulta muy molesto.

³⁷ Les Toreadors: <https://www.youtube.com/watch?v=4DNGMoMNLRY>

³⁸ Imagen disponible en anexos 9.

³⁹ “Estudio op.33 nº9” de Sergei Rachmaniov: https://www.youtube.com/watch?v=GPP0_z9Mu3I

6.10. GRATITUD

Imagen: es de Nancy Brajer⁴⁰, se ve representado un castillo con diferentes parejas de animales, todos están comiendo y se ve que comparten esa comida que tanto les gusta, hay felicidad y parece que están una fiesta.

Melodía: es un fragmento de “El Cascanueces” de Tchaikovsky, en concreto el Vals de las flores.⁴¹

Preguntas propuestas para guiar al alumnado:

- Hay muchos animales en la imagen, ¿Cuáles son?
- ¿Qué están haciendo los animales? ¿Crees que cada uno de ellos se ha llevado su propia comida?
- ¿Hay algún animal en la imagen que esté recibiendo algún regalo?
- ¿Qué se debe hacer cuando recibimos regalos?

Color blanco: esto es así porque cuando damos las gracias nos sentimos tranquilos, en paz... La gratitud provoca felicidad tanto en la persona que agradece como en la que recibe la gratitud.

7. EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LA PROPUESTA

Para llevar a cabo esta propuesta, es preciso disponer de un sampler creado con el propio ordenador. La creación de un sampler no es muy complicada, por eso, en mi caso, lo he creado yo misma, sin embargo existen muchas aplicaciones que facilitan este trabajo.

Para crearlo, hay que tener en cuenta los colores que cité previamente. Se basa en crear un enlace con el botón de color verde que al clicar me lleve a la melodía que identifica la calma y así sucesivamente con todos ellos.

Cada mañana, cuando se realiza la asamblea repasamos el estado de ánimo de cada niño, concediendo esos minutos de atención individualizada tan importantes en esta etapa.

Escucharemos una vez cada melodía y será el ayudante quien maneje el sampler en la pizarra digital, de tal manera que si la alegría está repetida por veinte niños solo la escucharemos una vez y pasaremos a aquellas que no están repetidas.

⁴⁰ Imagen disponible en anexos 10.

⁴¹ Vals de las flores (Tchaikovsky): <https://www.youtube.com/watch?v=x4gvUwcHT2M>

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Capítulo III. Diseño de la propuesta y análisis

Lo más importante es que los niños utilicen el sampler como medio de interiorización y por ello es el quien debe manejarlo y no el adulto. La utilización de las nuevas tecnologías creará en el infante entusiasmo y ganas de aprender.

Bajo mi punto de vista, esto puede ser utilizado en muchísimos momentos del día, cuando unos niños discuten sonando la rabia, cuando la profesora les reparte premios por haber bien sus tareas sonando la gratitud o cuando nos vamos de excursión sonando el entusiasmo. Pero la que sin duda me parece la forma más bonita de utilizarlo es para instrumentalizar cuentos cuyo tema principal son las emociones. Es una maravillosa forma de entender los sentimientos y emociones, creando gusto tanto por la lectura como por las nuevas tecnologías y la música.

CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1. CONCLUSIONES

Para que en las aulas puedan ser llevados a cabo proyectos emocionales como el que he descrito anteriormente, es preciso que el profesorado tenga una formación bastante amplia en este aspecto. Sería muy interesante que ya desde la universidad se incluyeran más asignaturas que concedieran a las emociones la importancia que se merecen.

El profesor que dispone de recursos como este, es capaz de ayudar al alumnado a gestionar sus problemas, miedos, sensaciones... de forma más efectiva y sana para él. Sin duda, todo profesor debería tener muy en cuenta en su aula la importancia de las emociones y ofrecerles un tiempo de trabajo diario ya que forman parte del currículum de educación infantil y tristemente en muchas aulas pasan desapercibidas.

Mientras realizaba este proyecto, pensaba que la asociación de la música a una emoción era algo muy útil y efectivo para la comprensión de estas en los niños pequeños, sin embargo, me di cuenta de que no sólo lo es para ellos. Yo misma era consciente de como mi estado de ánimo, o mis ganas de estar trabajando con el ordenador varían en función de la melodía que escuchaba. Cuando buscaba canciones que me transmitían aburrimiento pensé, la siguiente emoción que describa será una más alegre porque es difícil trabajar con música que no te inspira a ello.

Niños y mayores compartimos sensaciones, (alegría, ternura, miedo, aburrimiento, gratitud...) es cierto que cada uno adapta todo esto a su edad, en cierto modo, pero si nos paramos a pensarlo, ¿qué es lo que de verdad nos diferencia? mucha gente diría que simplemente eso, la edad. Bajo mi punto de vista la diferencia de edad nos aporta experiencias de vida, y eso es lo que realmente nos diferencia de los niños y lo que nos hace llevar estos sentimientos y emociones a un nivel diferente.

¿Por qué es tan importante trabajar los sentimientos y emociones desde infantil? a lo largo de mi vida me he dado cuenta de la dificultad que tienen algunas personas para expresar como se sienten. Para mí, no poder expresar nuestras emociones es como no poder hablar. Decir cómo nos sentimos nos ayuda a sanarnos, hablar con los demás y

darnos cuenta de que como decía Anna Llenas en su libro “Vacío”⁴² todos tenemos pequeños vacíos en nuestro interior, no estamos solos, por eso explicárselo otras personas y decirles cuales son nuestras preocupaciones no ayuda a borrar o eliminar esos vacíos, pero sí a que cada día duelan un poco menos y que unos a otros podemos ayudarnos. Por supuesto es importante recordar que algún día estuvieron ahí, pues eso nos ayuda a crecer, personal y emocionalmente.

La música, es también una forma de comunicación que bajo mi punto de vista en educación infantil facilita mucho al alumnado que expresen lo que con palabras no saben. Por ello la asociación de un color a una melodía y sentimiento me parece una gran idea, que sin lugar a dudas permite que hasta el niño con más dificultades para expresarse o con más timidez pueda hacerlo sin pasar un mal trago delante de sus compañeros.

La educación emocional es una base que debería estar integrada como cualquier otra asignatura desde la escuela infantil hasta finalizar los estudios. Trabajar la educación emocional tiene grandes ventajas ya que ayuda al alumnado a:

- Identificar y comprender las emociones propias.
- Controlar sus emociones.
- Adoptar una actitud positiva en la vida.
- Desarrollar emociones positivas.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar y gran competencia emocional.

Creo que esta propuesta tiene grandes beneficios para el alumnado y no sólo a nivel personal como he detallado anteriormente ya que por otro lado crea grandes vínculos en el grupo. Poco a poco, van contando sus experiencias de vida, compartiendo como nos sentimos y eso inevitablemente crea lazos. Debemos ser conscientes de que estamos llevando a cabo el proyecto con niños de tres años, etapa en la que el egocentrismo marca sus vidas, por ello es preciso seguir trabajando también en primaria.

Es sabido por todos, que la inteligencia emocional está ligada con las capacidades sociales y personales. Una vez juntamos la inteligencia emocional con la música debemos ser conscientes en todo momento de que el alumnado ha tenido experiencias distintas a las nuestras y que las melodías pueden interpretarlas de formas muy diferentes.

⁴²Vacío (Anna Llenas): <https://www.youtube.com/watch?v=bBVF3iZsyL4>

La música, es uno de los instrumentos que más deja brotar emociones, ya que están de continuo marcando nuestras vidas. En ocasiones, una melodía nos trae muy buenos recuerdos, en muchas otras nos traen recuerdos amargos, pero todo ello es carga emocional. Es por ello, que si creamos en los niños sentimientos encerrados en melodías todos seremos capaces de comprendernos unos a otros o lo que es lo mismo, empatizar.

2. RECOMENDACIONES

Para las puestas en práctica por parte de otros/as maestras/os creo que sería recomendable que realizasen una búsqueda de melodías y trataran de encontrar aquellas que les resultaran más afines a lo que quieren que el niño entienda. Yo he elegido esos colores y emociones para trabajar en el aula de tres años, sin embargo creo que podría haber otros muchos que el infante podría comprender perfectamente, por ello, antes de comenzar el curso escolar, podrían ser seleccionados otros distintos.

Sería conveniente buscar un hueco en cada asamblea para hablar uno a uno sobre el bote que han colocado cada día junto a su percha. Los niños deben ser conscientes de que no trabajamos las emociones sin ningún sentido, lo hacemos porque son muy importantes y por ello debemos conceder cada día ese tiempo de atención individualizada, dónde cada uno explica porque ha colocado el bote de ese color junto a la percha.

Al ser una propuesta para primero de infantil recomiendo dejar pasar el periodo de adaptación y esperar a que lo niños haya entendido la dinámica y las rutinas de las clases, por lo que creo que sería conveniente empezar a partir de noviembre.

BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

1. BIBLIOGRAFÍA

DECRETO 122/07, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil de la Comunidad de Castilla y León.

LEY ORGÁNICA 2/2006 de 3 de mayo, de Educación, B.O.E. núm 106, de 4 de mayo, en adelante LOE

R. DECRETO 1393/2007, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias.

HEMSY, V. (2003). *La iniciación musical del niño*. Ricordi Americana.

PÉREZ, A. (1990). *La investigación-acción en educación*. Madrid. Morata.

BERDICHVSKY, P. (1988). *La operación de imágenes, su articulación con la producción plástica*. Educación Plástica. Editorial Novedades Educativas. Buenos Aires.

GÓMEZ, J. (2015). *Didáctica de la música: manual para maestros de infantil y primaria*. Logroño. Manuales.

AKOSCHKY, DÍAZ, GIRÁLEDEZ, ALSINA. (2014) *La música en la escuela de infantil (0-6)*. Grao.

PASCUAL, PILAR. (2011). *Didáctica de la música para educación infantil*. Madrid. Pearson, D.L.

NUÑEZ Y ROMERO. (2013). *Emocionario: di lo que sientes*. Madrid. Palabras aladas.

LLENAS, A. (2012). *El monstruo de colores*. Barcelona. Flamboyant.

2. WEBGRAFÍA

BISQUERRA, R. (2014). *El modelo de Góleman: Inteligencia Emocional*. Recuperado el 8 de abril de 2017, de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional/objetivos-educacion-emocional.html>

REGADER, B. *La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner*. Psicología y Mente. Recuperado el 8 de abril de 2017 de: <https://psicologiyamente.net/inteligencia/teoria-inteligencias-multiples-gardner#!>

BISQUERRA, R (2014). *La inteligencia emocional según Salovey y Mayer*. GROP. Recuperado el 8 de abril de 2017 de:

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

<http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>

LACARCEL, J. (2003). *Psicología de la música y emoción musical*. Recuperado el 9 de abril de 2017 de: <https://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/26704/1/Psicolog%C3%ADa%20de%20la%20m%C3%BAsica%20y%20emoci%C3%B3n%20musical.pdf>

PINTADO, E. (2014). *Proyecto emocional*. Recuperado el 14 de abril de 2017 de: <http://www.auladeelena.com/p/proyecto-emocionario.html>

PÉREZ, J Y GARDEY, A. (2008). *Definición de música*. Recuperado el 14 de abril de 2017 de: <http://definicion.de/musica/>

ABAD, A. (2011). *Sinestesia, el arte de ver la música, tocar la tristeza y oler los colores*. El Confidencial. Recuperado el 17 de abril de 2017 de: http://www.elconfidencial.com/sociedad/2011-02-05/sinestesia-el-arte-de-ver-la-musica-tocar-la-tristeza-y-oler-los-colores_420598/

LOZANO, M. (2014). *Sinestesia. El arte de ver los sonidos*. LaCarne. Recuperado el 17 de abril de 2017 de: <http://lacarnemagazine.com/sinestesia-sonido-color-sentimiento-kandinsky/>

EDUCACIÓN DOCENTE. (2016). *Educación emocional: beneficios de trabajarla en el aula*. Recuperado el 7 de mayo de 2017 de: <https://www.escribircanciones.com.ar/icomocomponer-musica/207-otra-forma-de-hacer-musica-el-sample.html>

ALMARCHE, M. *Métodos*. Educamus. Recuperado el 20 de mayo de 2017 de: <http://www.educamus.es/index.php/metodologia>

PEDAGOGÍA MUSICAL. *Método Willems*. Recuperado el 20 de mayo de 2017 de: <https://sites.google.com/site/pedagogiamusi/m/metodo-willems>

DAMASIO, A. (2009). *Sensación, emoción, sentimiento*. Talleres inteligencia emocional. Centro de estudios AEG. Donostia. Recuperado el 25 de mayo de 2017 de: <http://aegmocion.blogspot.com.es/2009/05/sensacion-emocion-sentimiento.html>

GALLEGO, C.I. (2001). *Educación de la inteligencia de los niños con la música*. Revista de música cultura Filomúsica. Nº 20. Recuperado el 25 de mayo de 2017 de: <http://filomusica.com/filo20/nino.html>

Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXOS

ANEXO 1: ALEGRÍA

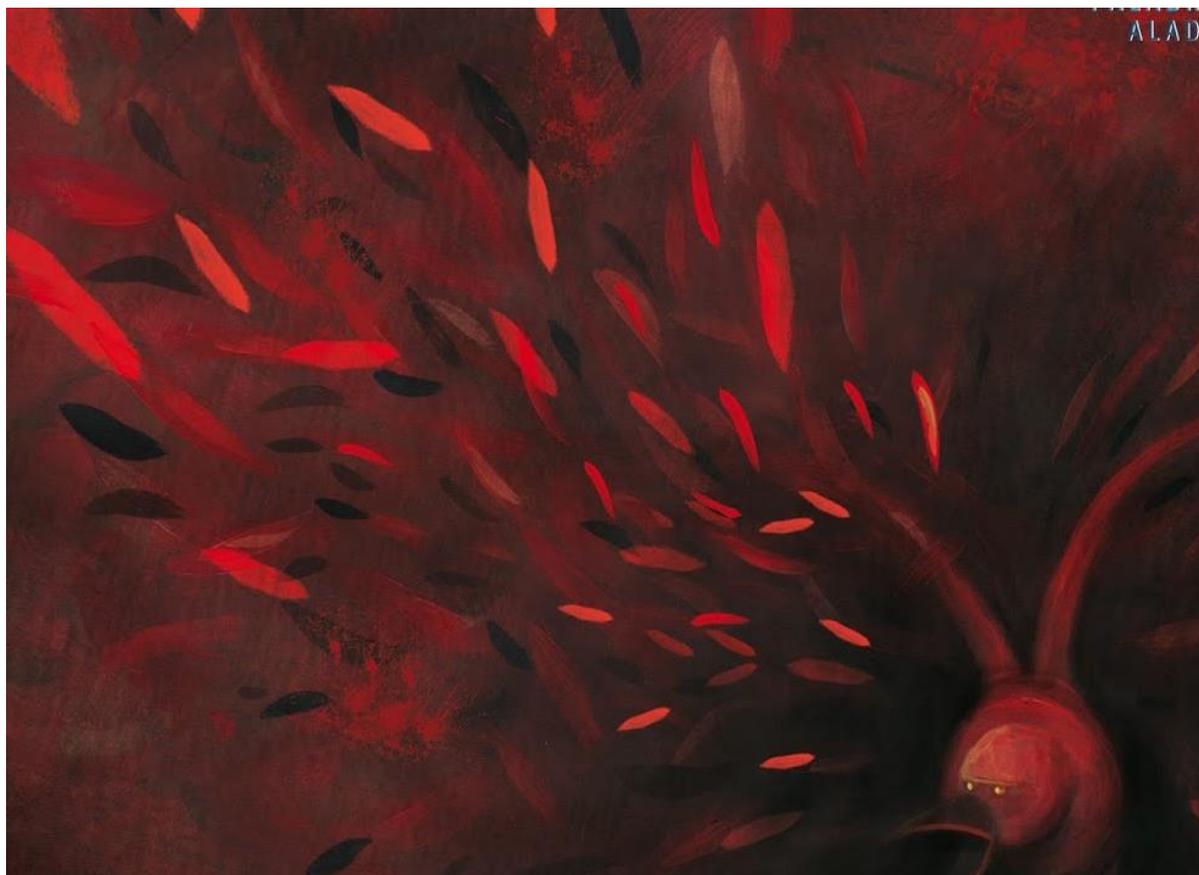


Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 2: TRISTEZA



ANEXO 3: RABIA



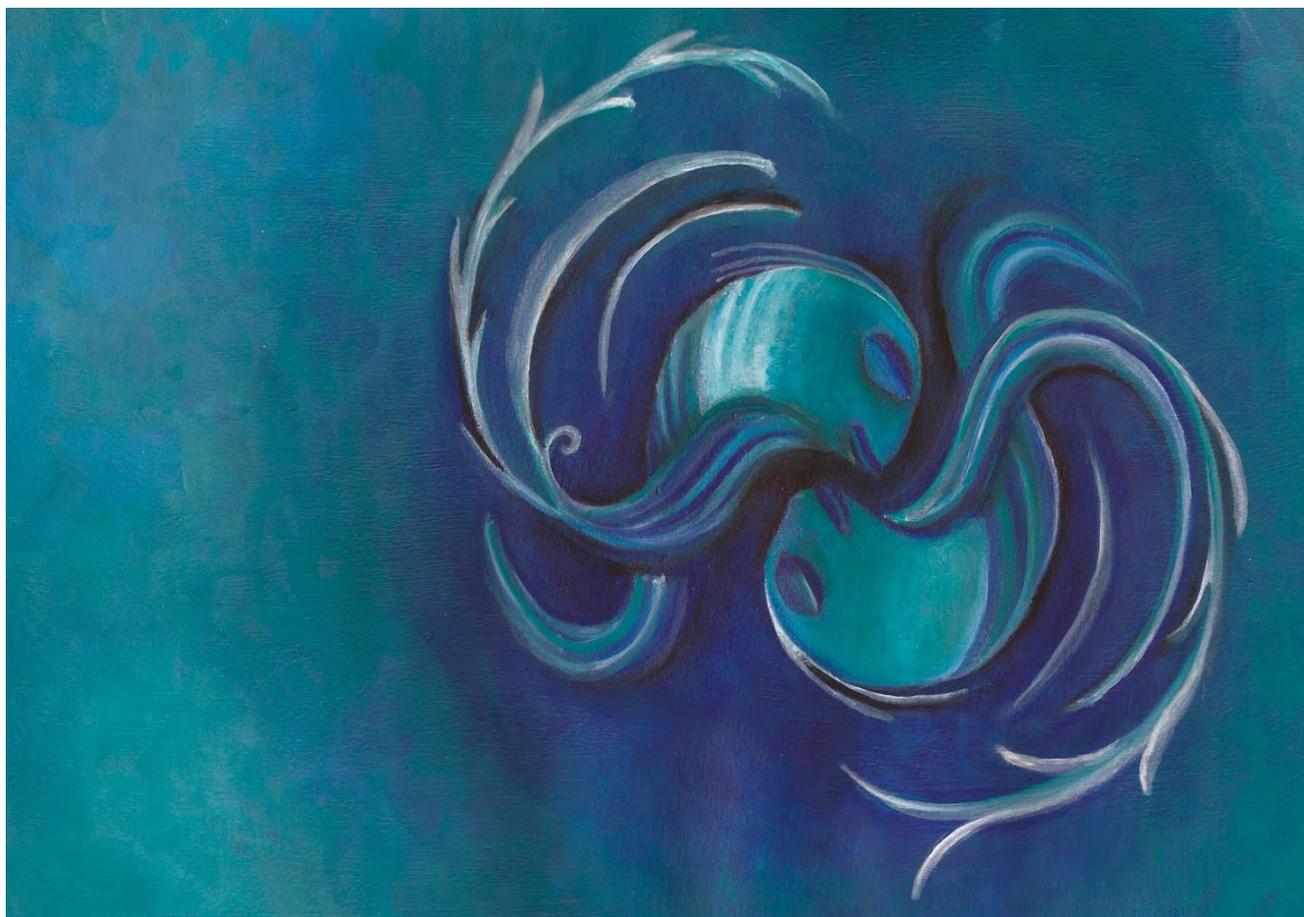
Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 4: MIEDO



Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 5: CALMA



Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 6: AMOR



Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 7: ABURRIMIENTO



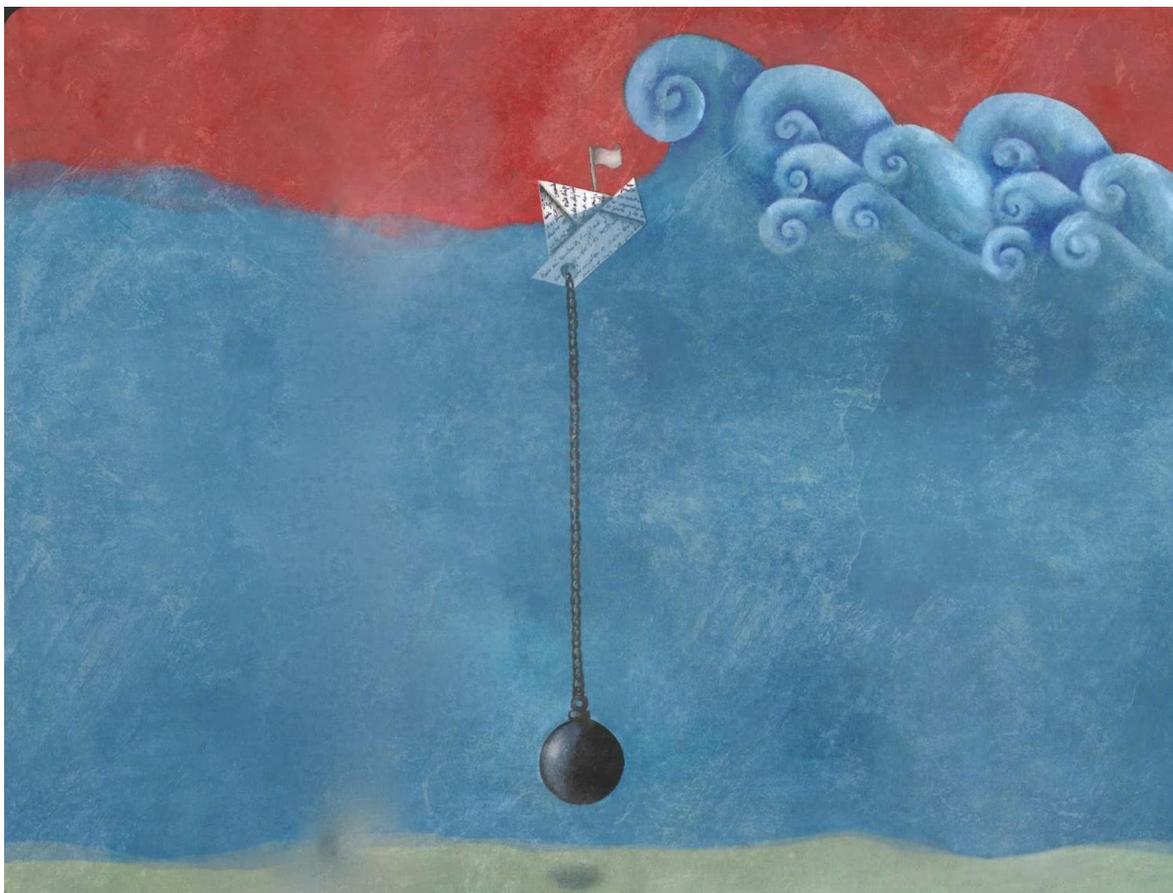
Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 8: ENTUSIASMO



Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 9: CULPA



Color y melodía asociado a inteligencia emocional.
Aprender a expresarse a través de la música.
Anexos

ANEXO 10: GRATITUD

