

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID
ESCUELA UNIVERSITARIA DE EDUCACIÓN DE PALENCIA

TRABAJO FIN DE GRADO DE EDUCACIÓN INFANTIL

**LAS EMOCIONES COMO MECANISMO
SABIO Y EFICAZ EN EDUCACIÓN
INFANTIL**



Autora: Almudena Herrero Fernández.

Tutora: Nieves Castaño Pombo.

Palencia 2012

RESUMEN/ABSTRACT:

RESUMEN: En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo que utilizamos para valorar una situación concreta y por tanto, influye en el modo en el cual se percibe dicha situación. Es importante realizar un trabajo que sustente y profundice el grado de atención que genera el estudiar dichas emociones en cuanto a su expresión y manifestaciones producidas en los niños y niñas, además de permitir el manejo y control adecuado de las mismas. Durante el desarrollo de este trabajo se tendrán en cuenta los objetivos planteados como son el caracterizar, analizar y determinar la influencia de las emociones en los diferentes contextos en que se desenvuelven. Por otro lado se pretende involucrar la familia, la escuela y comunidad en general para dar una valoración mas asertiva acerca del por qué y para qué trabajar las emociones en niños y niñas teniendo en cuenta su manifestación y expresión percibidas en su cotidianidad.

Palabras clave: emoción, niños, comunidad educativa, familia, maestra, autorregulación, sentimientos, inteligencia, aula y educación.

ABSTRACT: In the human being the experience of an emotion generally involves a group of knowledge, attitudes and beliefs on the world that we use to value a concrete situation and, therefore it influences in the way in which this situation is perceived. It is important to carry out a work that sustains and deepen the grade of attention that generates studying this emotions as for their expression and manifestations taken place in the children. Besides allowing the handling and appropriate control of the same ones. During the development of this work they will be kept in mind the objectives outlined as they are characterizing, to analyze and to determine the influence of the emotions in the different contexts in that you/they are unwrapped. On the other hand it is sought to involve the family, the school and community in general to give a valuation but assertive about the why and for what reason to work the emotions in children keeping in mind their manifestation and expression perceived in their day-to-dayness.

Key words: emotion, children, educational community, family, teacher, self-regulation, feeling, intelligence, classroom and education.

ÍNDICE

-	Introducción.....	4
	¿Qué es la Inteligencia Emocional?.....	5
-	Objetivos.....	8
-	Justificación.....	9
	Mi experiencia profesional.....	10
	Diferentes enfoques de enseñanza.....	12
	Relación con las competencias del título.....	13
-	Fundamentación teórica y antecedentes.....	17
	El proceso emocional.....	17
	Antecedentes.....	19
	¿Qué entendemos por inteligencia?.....	20
	Inteligencia emocional: un concepto en expansión.....	23
	Marco Legislativo.....	27
-	Metodología o diseño.....	30
	Objetivos.....	34
	Mi jornada.....	35
	Contexto escolar.....	36
	Mi aula.....	37
-	Conclusiones.....	46
-	Lista de referencias.....	48

INTRODUCCIÓN

Ante las cuestiones que me planteo emocionalmente, en mi campo profesional, tales como, ¿por qué ese niño lo pasa tan mal en el colegio, y se comporta de determinada forma? ¿por qué esa niña llora, cuando ve a su mamá?, me respondo y me reafirmo en la idea de que tan importante como lo que aprenden los niños y niñas, es lo que sienten, y debo ofertarles y familiarizarles con herramientas que le ayuden a identificar sus emociones. De acuerdo a mi experiencia profesional, como Maestra en Educación Infantil, pasando por diversos centros educativos, diferentes niños y niñas, contextos, me he podido dar cuenta, de la importancia que tiene el mundo afectivo, emocional, en lo que respecta a lo educativo. Considero su gran relevancia, ya que las emociones nos mantienen unos en frente de otros, siendo un mecanismo muy sabio y eficaz, para ayudarnos a sentir al otro, aspecto crucial a desarrollar desde la escolarización de los niños y niñas en Educación Infantil.

Dada la importancia del desarrollo de la Inteligencia Emocional, en las personas, la escuela se ocupa desde edades tempranas incluirla en el currículum escolar. Creo que es un reto que debemos plantearnos los educadores. De ahí mi planteamiento de manejar este tipo de inteligencia en el centro donde actualmente trabajo. Está situado en una de las localidades de un CRA (Centro Rural Agrupado) compuesto por tres aulas, de las cuáles dos son de alumnado de Primaria y una clase de Infantil. El CRA, cuenta con diversos especialistas que itineran a lo largo de la semana. Mi clase de Infantil, en concreto, integra ocho niños, tres de tres años, una de cuatro años y cuatro de cinco años. El ambiente es muy familiar y cercano. El profesorado del centro se ocupa de abrir y cerrar la puerta, cuidar las instalaciones, comunicando cualquier anomalía al ayuntamiento de la localidad, ya que el equipo directivo está en la cabecera del CRA y diariamente nuestro contacto sólo es telefónico o vía Internet.

Para situarnos teóricamente, en el Diccionario de Neurociencia de Mora y Sanguinetti (2004) se define la emoción “como una reacción conductual y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria del individuo). Se acompaña de fenómenos neurovegetativos. El sistema límbico es parte importante del cerebro relacionado con la elaboración de las conductas emocionales”.

¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

A grandes rasgos, podríamos decir, que es la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las demás personas y la capacidad para regularlas. La conciencia emocional es el requisito para poder pasar a la regulación. La autorregulación emocional consiste en un difícil equilibrio entre la impulsividad y la represión. Ambos extremos pueden ser igualmente perjudiciales.

Podemos coincidir con muchos autores en la idea que se está recuperando, para el bien de todos, el trabajo en los centros educativos de todo aquello que hace referencia a las emociones. Quizás el conocido informe Delors (1997) ha contribuido de manera decisiva y ha representado planteamientos que ya iban en esa línea. Pero probablemente sea Goleman (1997) quién más ha contribuido a la gran difusión y popularización entre los docentes de la llamada *inteligencia emocional*.

El mundo emocional se puede comparar con los colores de los paisajes cuya tonalidad depende de nuestras emociones y sentimientos. En un mismo paisaje afectivo podemos encontrar multitud de colores diferentes, de diversa intensidad, algunos incluso opuestos. Es decir, podemos estar en una etapa triste de nuestra vida, pero ello no significa que no podamos gozar de momentos de alegría. Todos disponemos de una caja de colores en la que podemos encontrar las llamadas emociones básicas que son: **miedo, ira, tristeza, alegría y sorpresa**. De éstas no podemos prescindir y son necesarias para mantenernos vivos. **Las emociones no son buenas ni malas, ni positivas ni negativas.**

Sí pueden ser agradables o desagradables, en función de cómo nos hagan sentir, del paisaje que pinten. **Sean las que sean, son valiosas si las escuchamos y nos permiten hacer cambios de mejora.** Veamos de qué nos informan las emociones mencionadas:

Miedo: nos informa de que debemos tomar precauciones ante una situación y preparar los recursos que necesitaremos.

Ira: nos dice que existe un obstáculo entre nosotros y nuestro objetivo. Nos da energía para eliminar el obstáculo y también, poner límites.

Tristeza: nos informa de que hemos sufrido una pérdida y nos da tiempo para elaborarla.

Alegría: significa que hemos logrado nuestro objetivo, para el cual debíamos poner una serie de recursos personales en marcha. Nos aporta autoconfianza para seguir adelante.

Sorpresa/curiosidad: nos abre caminos nuevos para explorar, probar, nos permite salir de la zona de seguridad. Es importante permitirnos sentir y no conservar las emociones pues retenerlas es un tóxico que puede ser letal.

Con todas estas expresiones del sentimiento, trabajamos en la escuela.

Ocurre que el funcionamiento cognitivo ha ocupado la atención investigadora y aplicada durante décadas y, en general, conocemos mucho mejor las características cognitivas que las de personalidad o las interpersonales de los niños y niñas.

Afortunadamente, muchos esfuerzos de la investigación actual se dirigen a la diversidad de necesidades evolutivas básicas de la infancia, como son las físico-biológicas, cognitivas, emocionales y sociales (seguridad emocional, identidad personal y autoestima, red de relaciones sociales, participación y autonomía progresiva, sexuales, interacción lúdica)” (López, 1995).

La acción educativa debe contribuir a que el individuo descubra el estado en que se encuentra y relacionarlo con la calidad de vida personal. Hay alumnos y alumnas que se animan con facilidad ante las propuestas de trabajo o a quienes se les ve desmotivados; niños y niñas, que se relacionan espontáneamente con el resto del grupo, o que se mantienen aislados o solitarios; alumnos y alumnas, que responden con agresividad, o que son conciliadores; alumnado que se conoce y saben sus límites, o que lo consideran todo asequible; estudiantes que en situaciones concretas o de forma habitual no rinden porque pasan de todo, en expresión tan coloquial, o porque se hallan en situaciones afectivas que los inhiben. A menudo objeto de preocupación para nosotros los profesionales de la educación.

La infancia es la etapa del desarrollo evolutivo del hombre que marca el futuro de los individuos y ésta puede verse afectada seriamente por las exigencias, tensiones y conflictos del vivir diario, en el marco de la vida familiar, escolar y la vida en comunidad en general. Desde esta perspectiva se hace necesario indagar más en profundidad, acerca de la expresión de las propias emociones como también la comprensión de los estados emocionales de los demás.

Abordar las emociones en los niños y niñas como tema de investigación conlleva a un acercamiento más directo, donde es primordial conocer su desarrollo personal e

intelectual en conjunto, permitiendo mantener unificada su estructura y formación en los espacios en que se desenvuelve continuamente. Desde la Psicología Social, se plantea como en diferentes contextos, trabajar y educar hacia competencias emocionales. Las experiencias que vive cada niño o niña dan como resultado la expresión de emociones y sentimientos que cada uno manifiesta en función de lo que ocurre y de los estímulos que percibe en el medio en el que habita. La vida cotidiana en los niños y niñas permite el refuerzo de sus habilidades, motivando la realización de otras actividades con más responsabilidad para un mejor aprendizaje intelectual y la solución de problemas que se le presentan diariamente. Dentro de las experiencias emocionales, también los niños y niñas experimentan emociones negativas en el momento en que viven situaciones desagradables o inadecuadas frente a su comportamiento infantil.

Diferentes estudios (Bisquerra, 2009) demuestran que las relaciones interpersonales (entres las que encontramos las familiares) son uno de los factores predictivos del bienestar emocional o de la felicidad. Curiosamente estas relaciones, también son causas principales de conflicto y malestar provocando emociones negativas como la tristeza, el rencor, el odio... La clave está en conseguir ser emocionalmente inteligentes, desarrollar y poner en juego estas competencias a la hora de relacionarnos.

OBJETIVOS

El objetivo esencial de este trabajo es poder fortalecer una misión reflexiva de mi cometido como profesional de la enseñanza y sistematizar en una serie de pasos el desarrollo de la práctica diaria.

- Ampliar mi competencia profesional en relación a la temática.
- Analizar la toma de decisiones en el contexto educativo.
- Comprender la realidad cambiante del alumnado.
- Ser capaz de actualizar conocimientos en el ámbito educativo.
- Estudiar las características sociales y psicológicas del alumnado.
- Atender las necesidades del alumnado.
- Fundamentar mi práctica teóricamente con diversas lecturas.

Cualquiera puede enfadarse, Eso es algo muy sencillo.
Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo.

(Aristóteles, *Ética a Nicómaco*.)

JUSTIFICACIÓN

Aportaciones de la psicología humanista (Rogers, Maslow, Fromm), los movimientos de renovación pedagógica que proponían una educación integral donde la afectividad tenía un gran papel, las aportaciones de Ellis con su psicoterapia racional-emotiva, ciertas terapias cognitivas, investigaciones sobre la emoción y los recientes descubrimientos de la neurociencia, han permitido conocer el funcionamiento cerebral de las emociones.

A la hora de andar por la vida, está claro que resulta más importante saber descifrar nuestro código emocional que despejar ecuaciones de segundo grado o saber redactar correctamente. Las empresas hoy lo saben bien y además de un currículum adecuado al puesto, se centran en una serie de características psicológicas como son la empatía, la capacidad de trabajar en equipo, la capacidad de resolver conflictos, la capacidad de entusiasmo, etc. Estas cualidades o habilidades están presentes en la Inteligencia Emocional, pero la escuela no les presta suficiente atención. A nadie le extraña que un alumno o alumna tenga que hacer muchos ejercicios para aprender a resolver problemas matemáticos, sin embargo no se plantea la necesidad de adiestrar al alumnado en autocontrol, por ejemplo.

En cualquier edad es primordial el desarrollo de la inteligencia emocional, ya que nos ayuda a conocernos mejor como personas y a comprender mejor a los demás.

Por ejemplo, cuando un niño o niña empieza a hablar es importante decirle cosas relacionadas con sus emociones: “Ya veo que te sientes triste, porque me echas en falta”. “Te sientes contento, ¿verdad? Yo también me siento como tú, ¡qué alegría!”. Con ejercicios sencillos de este tipo, le ayudamos a poner un nombre a sus emociones, compartimos las nuestras y conseguimos que los niños y niñas asocien la emoción con

una situación vivida, lo que favorece el desarrollo de la conciencia emocional y de la empatía.

MI EXPERIENCIA PROFESIONAL

De acuerdo a mi trayectoria profesional me doy cuenta, que es muy importante que mi rol como maestra, sea crear un clima de seguridad, respeto y confianza ante el alumnado que deseamos educar. Si el adulto, cada vez que se enfada chilla, el niño o niña aprenderá a hacer lo mismo con los demás.

Lamentablemente, los niños y niñas tampoco están a salvo del estrés cotidiano: muchos de los cambios que ha experimentado la sociedad han intensificado la presión a la que están sometidos y ponen en peligro su infancia. Por ello como adultos, debemos reducir las fuentes de estrés durante la infancia, pero sobre todo, debemos proporcionarles, un abanico más amplio de tácticas, para lidiar con el estrés. Asimismo, debemos enseñar desde la infancia a controlar sus emociones y a concentrarse en el trabajo interior, que redundará en una mejor capacidad para gestionar lo que se interponga en su camino.

Es importante, generar un espacio que favorezca el desarrollo de las aptitudes emocionales en los docentes, condición necesaria para asumir con éxito el rol del alumnado. Para llevarlo a cabo, se debe fomentar el mirarse a sí mismo para adquirir herramientas que le permitan evaluarse e identificar el grado de desarrollo de cada una de sus competencias. No olvidemos que este aspecto forma parte de uno de los principios básicos de la vida personal, que es el conocimiento de uno mismo. Dicho principio es importante que nos lo creamos y lo vivamos todos los que formamos la comunidad educativa. Nuestra acción educativa ha de contribuir a que el individuo descubra el estado en que se encuentra y relacionarlo con la calidad de vida personal.

Ser consciente del placer de una situación positiva incrementa el goce de vivir y prepara para nuevas emociones. Como bien he dicho antes, desde mi papel como maestra, debemos aprender a reconocer nuestras emociones y hacérselas reconocer al alumnado con el que trabajamos, esto nos hará más conscientes de cómo nos desenvolveremos día a día en el aula: cuáles son las estrategias más habituales, qué nos funciona y cuáles no, cuándo nos sentimos frustrados, con qué alumnos y alumnas nos faltan herramientas, qué barreras encontramos a la hora de comunicarnos con las familias, etc. De ahí, nuestro trabajo se verá facilitado, originando y formando

competencias emocionales en nuestro alumnado, mejorando cada día su rendimiento académico.

En muchas ocasiones, al interactuar con nuestro alumnado deberíamos seguir una serie de indicaciones, que nos ayudarían a educar desde el respeto y la tolerancia. Podemos seguir algunas de estas pautas:

<i>HAY MANERAS DE LOGRAR QUE LA COMUNICACIÓN SEA MÁS EFECTIVA.</i>
<i>Ser paciente.</i>
<i>Hacer preguntas abiertas que no se puedan responder ni con un “sí” ni con un “no”.</i>
<i>Escuchar mucho y hablar menos.</i>
<i>Respetar la privacidad y la confidencialidad. No compartir información que nos hayan dado, sobre todo si ésta es negativa.</i>
<i>Usar palabras que puedan entender.</i>
<i>Escuchar para entender, no para saber la verdad.</i>
<i>Ser honesto pero a la vez compasivo.</i>
<i>Mostrar los sentimientos para que ellos hagan lo mismo.</i>

En 2º ciclo de Educación Infantil, los niños y niñas deben sentir en su maestra o maestro a la persona que hay en ellos, para poder establecer relaciones positivas, claras y auténticas. Personas que les acogen, les quieren, les escuchan y también que les contienen y les limitan. Personas que deben caracterizarse por su disponibilidad corporal, afectiva e intelectual. Docentes que creen que a partir de las relaciones positivas próximas se puede influir en ámbitos más generales porque se tiene esperanza optimista en la vida y, en definitiva, se tiene el convencimiento de que la educación emocional de nuestros pequeños contribuye a la madurez emocional de jóvenes y adultos. En este enfoque, y sobre todo en el mundo de la educación infantil, las actividades cotidianas emergen con un rol de regularidad, de familiaridad y de afectividad importante. La posibilidad de almorzar juntos, como rutina en el horario de Infantil, no cubre únicamente una necesidad fisiológica como es la de la nutrición, sino que satisface una necesidad afectiva: comer con las personas que aprecio. La conversación diaria matinal, lo que llamamos asamblea, ofrece un espacio, un tiempo y unas personas con las que compartir las novedades, las alegrías, los fracasos, los sueños, los hallazgos. Todos ellos son ejemplos de relación privilegiada porque es individual, de

persona a persona y, aunque sea breve, hace que los niños y niñas sientan que se les tiene en cuenta, que tienen valor como miembros del grupo y como individuos.

DIFERENTES ENFOQUES DE ENSEÑANZA

Con demasiada frecuencia, en un enfoque tradicional de la enseñanza se ha dejado que el carácter emocional se adquiriese de manera espontánea y sin programación, con el convencimiento de que no se podía enseñar y que los niños y niñas ya las adquirirían por ellos mismos. En una perspectiva determinista se creía que el niño o niña que las adquiría era porque tenía más recursos y las adquiría por sí mismo, y que con el que no las adquiría no había nada que hacer o únicamente quedaba la solución del castigo, la sanción y la represión.

En la concepción constructivista del aprendizaje, la perspectiva no es ésta, y se considera que el carácter emocional no se encuentra instaurado y desarrollado de forma natural y espontánea en las personas, sino que la mayoría debe ser aprendido y, por tanto, enseñado.

En la concepción actual se considera que el currículo está al servicio de una educación escolar que tiene como finalidad promover y facilitar el desarrollo integral de la persona, y en este sentido, las emociones pueden ser entendidas como contenidos que sirven para aprender. No tendría ningún sentido organizar trabajos en grupo si entre el alumnado no hubiera una dinámica óptima de aprendizaje interactivo.

De esto se desprende que el desarrollo del carácter emocional abre las puertas a otros aprendizajes y, por tanto, ayuda a aprender.

Como hemos dicho, el desarrollo emocional puede ser aprendido y enseñado, debe formar parte de los contenidos curriculares, y la maestra o maestro debe tenerlo en cuenta en el proceso de enseñanza-aprendizaje y también, evidentemente, en la evaluación.

Otro argumento que justifica la necesidad de educar con Inteligencia Emocional se basa en los estudios realizados para determinar la incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje. Estas investigaciones han puesto de manifiesto que no basta con un elevado CI para superar los exámenes o concluir con éxito los diferentes ciclos del proceso educativo. Es necesario desarrollar programas que enseñen a los alumnos y alumnas a tomar conciencia del mundo de los sentimientos, a saber hablar sobre ellos, a descubrir las conexiones entre pensamientos, emociones y reacciones, y a manejar adecuadamente el enfado, la tristeza, la ansiedad, etc.

No nacemos con las competencias emocionales desarrolladas. Éstas pueden educarse mejor o peor. Actualmente se habla de **analfabetismo emocional** refiriéndonos a aquellas personas que han desarrollado el ámbito cognitivo pero que son incapaces de manejar su mundo emocional: desconocen lo que sienten o no saben qué hacer con ello, les resulta difícil autocontrolarse, tienen relaciones de baja calidad con los demás y, en general, se sienten insatisfechos con su proyecto de vida.

Los beneficios de trabajar las competencias emocionales, supone la mejora de tres niveles, así concluyeron, Jaume Soler y Mercè Conangla (2003) en *La ecología emocional*.

Respecto a uno mismo: la mejora del conocimiento de uno mismo, la traducción correcta de la información emocional y su incorporación en el mapa de situación en el momento de tomar decisiones; un buen equilibrio personal y mayor coherencia en el eje mente-emoción-acción.

Respecto a nuestra relación con los demás: Relaciones más honestas, coherentes y profundas, mejor calidad de comunicación y capacidad de crear vínculos basados en la libertad y no en la dependencia.

Respecto a nosotros en relación al mundo: Conciencia de la interdependencia de los sistemas vitales que habitamos la tierra, acciones creativas de mejora del mundo, mayor respeto al entorno.

Las emociones mueven energía dirigida a la acción. Pero no toda la energía es una energía ecológica, renovable y limpia. No es lo mismo actuar por miedo o por egoísmo que por generosidad o amor. Será preciso elegir bien, ya que los efectos de la acción y su impacto en nuestra vida y en la de los demás no serán los mismos en un caso o en otro.

La canalización correcta de la energía deberá realizarse mediante una mejor educación emocional desde la infancia: trabajando la conciencia emocional, colocando las bases de un buen autocontrol emocional, educando en los límites y vacunando en la frustración; fomentando una cultura del esfuerzo, trabajando la voluntad dirigida a objetivos elegidos de forma inteligente, aprendiendo estrategias de automotivación.

RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO

De las competencias del título, entresaco aquellas que me lleven a desarrollar de forma eficiente y consecuente mi trabajo profesional, teniendo en cuenta la temática del

presente trabajo. La normativa que lo regula está en la ORDEN ECI/3854/2007 de 27 de diciembre. Cito las siguientes:

Competencias Generales

- Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.
- Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa.
- Ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.
- Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos
- Ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos, principalmente mediante procedimientos colaborativos.
- Ser capaz de coordinarse y cooperar con otras personas de diferentes áreas de estudio, a fin de crear una cultura de trabajo interdisciplinar partiendo de objetivos centrados en el aprendizaje.
- Habilidades interpersonales, asociadas a la capacidad de relación con otras personas y de trabajo en grupo.
- La capacidad de actualización de los conocimientos en el ámbito socioeducativo.
- El fomento de valores democráticos, con especial incidencia en los de tolerancia, solidaridad, de justicia y de no violencia y en el conocimiento y valoración de los derechos humanos.
- El conocimiento de la realidad intercultural y el desarrollo de actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad hacia los diferentes grupos sociales y culturales.
- La toma de conciencia del efectivo derecho de igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, en particular mediante la eliminación de la discriminación de la mujer, sea cual fuere su circunstancia o condición, en cualesquiera de los ámbitos de la vida.

Competencias específicas

- Comprender los procesos educativos y de aprendizaje en el periodo 0-6, en el contexto familiar, social y escolar.
- Adquirir recursos para favorecer la integración educativa de estudiantes con dificultades.
- Dominar habilidades sociales en el trato y relación con la familia de cada alumno o alumna y con el conjunto de las familias.
- Crear y mantener lazos con las familias para incidir eficazmente en el proceso educativo.
- Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella y abordar la resolución pacífica de conflictos.
- Capacidad para saber detectar carencias afectivas, alimenticias y de bienestar que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los estudiantes.
- Comprender que la dinámica diaria en Educación Infantil es cambiante en función de cada alumno o alumna, grupo y situación y tener capacidad para ser flexible en el ejercicio de la función docente.
- Saber valorar la importancia de la estabilidad y la regularidad en el entorno escolar, los horarios y los estados de ánimo del profesorado como factores que contribuyen al progreso armónico e integral del alumnado.
- Valorar la importancia del trabajo en equipo.
- Capacidad para saber atender las necesidades del alumnado y saber transmitir seguridad, tranquilidad y afecto.
- 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.
- Conocer modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros educativos.
- Asumir que el ejercicio de la función docente ha de ir perfeccionándose y adaptándose a los cambios científicos, pedagógicos y sociales a lo largo de la vida.

- Comprender la relevancia de los contextos formales e informales de aprendizaje y de los valores que sustentan, para utilizarlos en la práctica educativa.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

EL PROCESO EMOCIONAL

La investigación sobre el cerebro emocional tiene sus antecedentes en las investigaciones de Sperry y MacLean. Roger Sperry fue el investigador quién ganó el Premio Nobel de Medicina en 1981 al descubrir que el hemisferio derecho de nuestro cerebro contribuye a la inteligencia tanto como lo hace el hemisferio izquierdo. Por su parte, Paul MacLean (1949), estableció que la totalidad del cerebro está conformada por tres estructuras diferentes: el sistema neocortical, el sistema límbico y el sistema reptil.

Estos sistemas, según MacLean, son física y químicamente diferentes, pero están entrelazados en uno solo que denominó cerebro triuno. Las emociones se localizan, de acuerdo con esta teoría, en el sistema límbico. El sistema límbico, también llamado cerebro emocional, asocia diferentes partes del sistema cerebral (amígdala, hipotálamo, hipocampo y tálamo) con las emociones. Goleman (2001) explica que la amígdala en los seres humanos es una estructura relativamente grande en comparación con la de los primates. Existen en realidad dos amígdalas que forman parte de un conglomerado de estructuras interconectadas organizadas en forma de almendra. Se hallan encima del tallo encefálico, cerca de la base del anillo límbico, ligeramente desplazadas hacia adelante. El hipocampo y la amígdala fueron dos piezas claves del primitivo “cerebro olfativo” que, a lo largo del proceso evolutivo, terminó dando origen al córtex y posteriormente al neocórtex. La amígdala está especializada en las cuestiones emocionales y en la actualidad se entiende que es una estructura límbica muy ligada a los procesos de aprendizaje y memoria. La amígdala compone una especie de depósito de la memoria emocional y, en consecuencia, también se puede considerar como un depósito de significado.

LeDoux (1999), neurocientífico del Center for Neural Science de la Universidad de Nueva York, fue el primero en descubrir el importante papel que desempeña la amígdala en el cerebro emocional. Este investigador encontró que junto a la larga vía neuronal que va al córtex, existe una pequeña estructura neuronal que comunica directamente al tálamo con la amígdala. Esta vía secundaria y más corta (una especie de atajo) permite que la amígdala reciba algunas señales directamente de los sentidos y emita una respuesta antes de que sean registradas por el neocórtex, lo que explica la

forma en que la amígdala asume el control cuando el cerebro pensante, el neocórtex, todavía no ha llegado a tomar ninguna decisión.

Este descubrimiento ha dejado obsoleta la antigua noción que la amígdala depende de las señales procedentes del neocórtex para formular su respuesta emocional, a causa de la existencia de esta vía de emergencia capaz de desencadenar una respuesta emocional. Por ello, la amígdala puede llevarnos a actuar incluso antes que el neocórtex despliegue sus también más refinados planes de acción. LeDoux (1999) afirma que, anatómicamente hablando, el sistema emocional puede actuar independientemente del neocórtex. Existen ciertas reacciones y recuerdos emocionales que tienen lugar sin la menor participación cognitiva consciente. La investigación sugiere que el hipocampo (que durante mucho tiempo se había considerado como la estructura clave del sistema límbico) no tiene tanto que ver con la emisión de respuestas emocionales como con el hecho de registrar y dar sentido a las percepciones, es decir con la memoria emocional.

La principal actividad del hipocampo consiste entonces en proporcionar una aguda memoria del contexto, algo que es vital para el significado emocional de los acontecimientos.

La conexión con la amígdala es muy rápida, una conexión directa, pero no muy precisa, puesto que la mayor parte de la información sensorial va a través del otro camino hacia el neocórtex, donde es analizada en varios circuitos mientras se formula una respuesta. Entre tanto, la amígdala valora rápidamente los datos para ver si tienen un significado emocional y puede dar una respuesta, mientras el neocórtex todavía está ordenando las cosas. Las emociones pueden ser muy difíciles de controlar porque la amígdala conecta otras partes del cerebro antes de que lo haga el cerebro pensante, el neocórtex. Puesto que la amígdala tiene distintas conexiones con las partes del cerebro que controlan el sistema nervioso autónomo, así como conexiones con el córtex, que es el responsable de la experiencia consciente, existe la hipótesis que la amígdala sirve de lugar de convergencia, lo que le confiere un papel principal en la vida emocional, de modo que puede movilizar el cuerpo para responder con una emoción fuerte, especialmente el miedo, antes que el cerebro sepa exactamente lo que está pasando.

La amígdala constituye, una especie de depósito de la memoria emocional y, en consecuencia, también se la puede considerar como un depósito de significado. Es por ello por lo que una vida sin amígdala es una vida despojada de todo significado personal.

La investigación llevada a cabo por LeDoux explica la forma en que la amígdala asume el control cuando el cerebro pensante, el neocórtex, todavía no ha llegado a tomar ninguna decisión. El funcionamiento de la amígdala y su interrelación con el neocórtex constituyen el núcleo mismo de la inteligencia emocional.

ANTECEDENTES

En las últimas décadas, la educación viene experimentando un interesante cambio de paradigma. Mientras que en años anteriores se orientaba fundamentalmente al desarrollo cognitivo y la adquisición de conocimientos, actualmente se ha reconocido la enorme necesidad de concebir al ser humano como un todo integrado; es decir, por los aspectos cognitivos, afectivos y morales que interactúan permanentemente con el entorno. De ahí que la finalidad de la Educación Infantil, sea contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y niñas.

En la práctica pedagógica cotidiana, la educación cobra un rol cada vez más necesario e integral. La actual crisis de valores, el aumento de conductas violentas, la falta de disciplina y motivación en los estudiantes, así como el incremento de actitudes discriminatorias e intolerantes, permiten repensar la función de los profesores y replantear los objetivos globales del sistema educativo.

Estas necesidades fueron claramente reflejadas en el informe de **Jacques Delors de la UNESCO** (1996), que propuso que la educación respondiera a las demandas sociales y fuera un mecanismo de prevención del conflicto humano. Este trabajo manifestaba la enorme preocupación por la incapacidad de las personas de convivir y tolerar las diferencias.

También se hace referencia a los cambios de estilos de vida que vive el mundo contemporáneo, se analizan las tensiones que ello provoca y plantea soluciones y alternativas para la educación del siglo XXI. Tras recomendar cómo debemos superar estas tensiones, el informe dice textualmente: *“Eso que proponemos supone trascender la visión puramente instrumental de la educación considerada como la vía necesaria para obtener resultados (dinero, carreras, etc.) y supone cambiar para considerar la función que tiene en su globalidad la educación: la realización de la persona, que toda entera debe aprender a ser”*. A continuación el informe explica los cuatro pilares de la educación, en los que se hace clara referencia al mundo emocional:

1.- Aprender a conocer, lo que equivale a dominar los instrumentos del conocimiento. Pero asegura que los métodos que deben ser utilizados para conocer deben favorecer el placer de comprender y descubrir, es decir, factores emocionales unidos al aprendizaje que lo potencian y lo hacen estimulante.

2.- Aprender a hacer, lo que implica adquirir una formación para poder desempeñar un trabajo y a la vez una serie de competencias personales, como trabajar en grupo, tomar decisiones, crear sinergias, etc. Estas son competencias que forman parte de la I.E. (Inteligencia Emocional).

3.- Aprender a convivir y trabajar en proyectos comunes. Este es uno de los retos para este siglo, donde la convivencia entre personas diferentes nos obliga a descubrir lo que tenemos en común y a comprender que todos somos interdependientes. Pero para descubrir al otro, antes tenemos que descubrirnos a nosotros mismos. Otra vez el informe hace referencia a competencias propias de la inteligencia emocional, como el autoconocimiento, la empatía y la destreza social.

4.- Aprender a ser, refiriéndose al desarrollo total y máximo posible de cada persona, a su proceso de autorrealización que diría Maslow. Esta referencia a la educación integral, por sí sola justificaría la necesidad de educar con inteligencia emocional.

¿Qué entendemos por inteligencia?

Cualidad mental que consiste en la capacidad para aprender de la experiencia, resolver problemas y utilizar el conocimiento para adaptarse a las situaciones nuevas. Aptitud de las personas para desarrollar pensamiento abstracto y razonar, comprender ideas complejas, resolver problemas y superar obstáculos, aprender de la experiencia y adaptarse al ambiente.

Autores

Alfred Binet (1857-1911) Considerado creador de los primeros estudios sobre la inteligencia. Propuso un método de ejecución en el cual, la inteligencia se calculaba sobre la base de tareas que exigían comprensión, capacidad aritmética, dominio del vocabulario, etc. Fue el introductor del concepto de edad mental. Este concepto llevó más adelante al de cociente de inteligencia.

Un autor importante que nos facilita justificar la fundamentación teórica es **Gardner**, con su teoría de las inteligencias múltiples. Howard Gardner dice (1983) que igual que hay muchos tipos de problemas que resolver, también hay muchos tipos de inteligencia.

Las tesis de Gardner abrieron, en cierto modo, el desarrollo de una línea que afirmaba la importancia de los elementos afectivos, emocionales y sociales en el desarrollo de la persona, así como en el éxito que pudiera obtener en su interacción con el entorno.

En su **Teoría de las inteligencias múltiples** descarta que el hombre sólo tenga un sólo tipo de inteligencia. En su libro *Frames of Mind*, (1983) establece los 9 tipos de inteligencias:

- **Inteligencia lingüística**, la que tienen los escritores, los poetas, los buenos redactores. Utiliza ambos hemisferios.
- **Inteligencia lógica-matemática**, la que se utiliza para resolver problemas de lógica y matemáticas. Es la inteligencia que tienen los científicos. Se corresponde con el modo de pensamiento del hemisferio lógico y con lo que la cultura occidental ha considerado siempre como la única inteligencia.
- **Inteligencia espacial**, consiste en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones; es la inteligencia que tienen los marineros, los ingenieros, los cirujanos, los escultores, los arquitectos o los decoradores.
- **Inteligencia musical**, es aquella que permite desenvolverse adecuadamente a cantantes, compositores, músicos y bailarines.
- **Inteligencia corporal-cinestésica**, o la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas. Es la inteligencia de los deportistas, los artesanos, los cirujanos y los bailarines.
- **Inteligencia intrapersonal**, es la que permite entenderse a sí mismo. No está asociada a ninguna actividad concreta.
- **Inteligencia interpersonal**, la que permite entender a los demás; se la suele encontrar en los buenos vendedores, políticos, profesores o terapeutas.

- *Inteligencia emocional, es la formada por la inteligencia intrapersonal y la interpersonal, y juntas determinan la capacidad de dirigir la propia vida de manera satisfactoria.*
- **Inteligencia naturalista**, la utilizada cuando se observa y estudia la naturaleza. Es la que demuestran los biólogos o los herbolarios.

La Inteligencia Emocional es la capacidad para reconocer y expresar nuestras emociones a la persona adecuada, en el momento adecuado, con el propósito justo y de la forma correcta. Comprende cinco grupos de habilidades o competencias emocionales: autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía y habilidades de relación.

Se trata del arte de gestionar nuestros afectos de tal forma que la energía emocional que de ellos se deriva se canalice en dirección al crecimiento y mejora como seres humanos, a la mayor calidad de nuestras relaciones con los demás y a un mejor y mayor cuidado del mundo que nos rodea. Incluye dos valores importantes: la responsabilidad y la conciencia del impacto emocional global.



Figura 1: Tipos de inteligencia

Si hablamos de una de las inteligencias, la emocional, diversas investigaciones realizadas determinan que el éxito de las personas, se debe en un 23% a las capacidades

intelectuales y en 77% a las aptitudes emocionales. Por ello, es especialmente importante educar a los niños, desde edades tempranas, para que sean inteligentes emocionalmente. “Qué significa ser un buen trabajador o un buen ciudadano, en un mundo global como en el que vivimos, es muy complicado cuando tenemos que tratar con un mundo tan cambiante”. Así se refería el profesor Howard Gardner, durante su investidura como Doctor Honoris Causa en la Universidad Camilo José Cela el 22 de Octubre de 2011, a la importancia del desarrollo de las diferentes inteligencias en una sociedad como la del siglo XXI.

La Inteligencia Emocional (IE) es el uso inteligente de las emociones: hacer que, intencionalmente, las emociones trabajen para nosotros, utilizándolas de manera que nos ayuden a guiar la conducta y los procesos de pensamiento, a fin de alcanzar el bienestar personal. Peter Salovey y John Mayer, de las universidades de New Hampshire y de Yale fueron de los primeros investigadores en utilizar el término “Inteligencia Emocional” con el mismo sentido de uso actual, pero el concepto adquirió mayor notoriedad a partir de la publicación del libro “La inteligencia Emocional” escrito por Daniel Goleman, en 1995.

Inteligencia emocional: un concepto en expansión



Para **Goleman (1996)** la inteligencia emocional se refleja en la manera en que las personas interactúan con el mundo. Las personas emocionalmente inteligentes toman muy en cuenta sus propios sentimientos y los de los demás; tienen habilidades relacionadas con el control de los impulsos, la autoconciencia, la valoración adecuada de uno mismo, la adaptabilidad, motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, que configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación.

Las personas emocionalmente inteligentes se caracterizan por los siguientes rasgos:

1. Actitud positiva: resaltan los aspectos positivos por encima de los negativos; valoran más los aciertos que los errores, más las cualidades que los defectos, más lo conseguido

que las insuficiencias, más el esfuerzo que los resultados, buscan el equilibrio entre la tolerancia y la exigencia

2. Reconocen los propios sentimientos y emociones.
3. Se sienten capaces de expresar sentimientos y emociones: tanto las consideradas positivas como las consideradas negativas necesitan ser canalizadas a través de algún medio de expresión. Saben reconocer el canal más apropiado y el momento oportuno.
4. Son capaces de controlar sentimientos y emociones: saben encontrar el equilibrio entre expresión y control. Saben esperar. Toleran la frustración y son capaces de demorar gratificaciones.
5. Son empáticos se meten con facilidad en la piel del otro, captan sus emociones aunque no las expresen en palabras, sino a través de la comunicación no-verbal
6. Son capaces de tomar decisiones adecuadas: el proceso de toma de decisiones integra lo racional y lo emocional. La emoción impide a veces la decisión. Es importante darse cuenta de los factores emocionales presentes en cada decisión de cara a que éstas sean apropiadas.
7. Tienen motivación, ilusión e interés: todo lo contrario a la pasividad, al aburrimiento o la desidia. Son capaces de motivarse, ilusionarse por llegar a metas e interesarse por las personas y las cosas que le rodean.
8. Manifiestan una autoestima adecuada: sentimientos positivos hacia sí misma y confianza en sus capacidades para hacer frente a los retos que se encuentren en la vida.
9. Saben dar y recibir.
10. Tienen valores que dan sentido a su vida.
11. Son capaces de superar las dificultades y frustraciones aunque hayan sido muy negativas.
12. Son capaces de integrar polaridades: lo cognitivo y lo emocional, soledad y compañía, tolerancia y exigencia, derechos y deberes.

Daniel Goleman (1996), en su obra *La Inteligencia Emocional*, enfatiza que todas las emociones son, en esencia, impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución. La misma raíz etimológica de la palabra emoción proviene del verbo latino *movere* (que significa “moverse”) más el prefijo “e-“, significando algo así como “movimiento hacia” y sugiriendo, de ese modo, que en toda emoción hay implícita una tendencia a la acción.

La inteligencia emocional es un concepto acuñado por Daniel Goleman a mitad de los años 90, que adquirió una enorme popularidad dentro de la psicología y fuera de ella. Habla de competencias y habilidades de la persona para identificar, comprender y controlar las emociones. Estas habilidades o competencias emocionales son las responsables de éxito en muchos aspectos de la vida: salud mental, autocontrol, capacidad de liderazgo, de trabajo en equipo, de relacionarse con los demás...

Para Goleman la inteligencia emocional consiste en:

- Conocer las propias emociones.
- Manejar las emociones.
- Motivarse asimismo.
- Reconocer las emociones de los demás.
- Establecer relaciones positivas con otras personas.

Conocer las propias emociones. Poder hacer una apreciación y dar nombre a las propias emociones es uno de los pilares de la inteligencia emocional, en el que se fundamenta la mayoría de las otras cualidades emocionales.

Manejar las emociones. Emociones como el miedo, la ira o como la tristeza son mecanismos de supervivencia que forman parte del bagaje emocional, lo que se haga con las propias emociones, el hecho de que se manejen de forma inteligente depende de la inteligencia emocional.

Motivarse asimismo. El autodomínio emocional posterga la gratificación y controla la impulsividad y sirve de base a casi todos los logros.

Reconocer las emociones de los demás. La empatía ante otras personas requiere la predisposición a adquirir las emociones, escuchar con concentración y ser capaz de comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.

Establecer relaciones positivas con otras personas. En todo contacto con otra persona entran en juego las capacidades sociales: en el trato con los demás, en las discusiones de pareja. Que se tenga un trato satisfactorio con los demás depende de la capacidad de crear y cultivar las relaciones, de reconocer los conflictos y solucionarlos, de encontrar el tono adecuado y de reconocer el estado de ánimo del interlocutor.

Es preciso reconocer, como nos dice **Goleman**, que todos tenemos dos mentes: una que piensa y otra que siente, pero ¿acaso razón y emoción se oponen? Ahora sabemos que no, que son dos formas fundamentales de conocimiento que interactúan

para construir nuestra vida mental. Ambas mentes tienen que ser atendidas en toda situación de la vida, no debe haber predominio ni oposición, y en todo momento se debe buscar su equilibrio. Los sentimientos son indispensables para la toma racional de decisiones, porque nos orientan en la dirección adecuada para sacar el mejor provecho a las posibilidades que nos ofrece la fría lógica. Por lo tanto, ambos componentes de la mente aportan recursos sinérgicos: el uno sin el otro resultan incompletos e ineficaces.

Hace 2200 años **Platón** decía: *“La disposición emocional del alumno determina su habilidad para aprender”*. Pues bien, si el desarrollo intelectual de nuestro alumnado nos preocupa y hacemos lo posible por mejorar su nivel de aprendizaje, conviene recordar que, aún cuando el intelecto puede estar excelentemente desarrollado, el sistema de control emocional puede no estar maduro y en ocasiones logra sabotear los logros de una persona altamente inteligente. La emoción es más fuerte que el pensamiento, incluso puede llegar a anularlo. Seguramente recordamos algún momento donde esto nos ha sucedido. Entonces podemos preguntarnos: ¿Qué estamos haciendo para desarrollar las habilidades de madurez emocional de nuestros alumnos y alumnas que les permitirán potenciar su formación académica y elevar su nivel de aptitud social y emocional? Pero ¿a qué nos referimos cuando hablamos de inteligencia emocional? Estamos acostumbrados a relacionar la inteligencia con la capacidad de raciocinio lógico, con las competencias que componen el cociente intelectual como son la capacidad de análisis, comprensión, retención, resolución de problemas de índole cognitivo, etc. Sin embargo, en el mundo empresarial se está empezando a tener en cuenta y a valorar más la denominada "inteligencia emocional", que determina cómo nos manejamos con nosotros mismos y con los demás.

Goleman propuso un modelo de inteligencia emocional que incluyó cuatro aptitudes agrupadas en dos grandes tipos de competencias: la personal y la social. La primera impactaría directamente en el tipo de relación que uno entabla consigo mismo; en la segunda, la competencia social definiría el tipo de vínculos que se establecen con los otros. De forma esquemática, se presenta a continuación el contenido de cada uno de estos dominios:

1. Competencias personales:

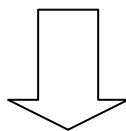
a.) **Conciencia de uno mismo:** comprender profundamente las emociones, fortalezas y debilidades, valores y motivaciones. Se sustenta en el desarrollo de tres

habilidades: la conciencia emocional, la valoración personal y la confianza en uno mismo.

b.) **Autogestión:** regular los afectos y emociones para actuar con lucidez y claridad, según las demandas de cada situación. En tal sentido, además de la capacidad de regular la expresión de las emociones, se necesitan habilidades como la transparencia, la capacidad de adaptarse a entornos cambiantes y responder con iniciativa y optimismo, y la orientación hacia el logro a través del esfuerzo.

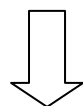
La inteligencia emocional abarca

UN COMPONENTE INTRAPERSONAL EN RELACIÓN CONMIGO MISMO.



AUTOCONCIENCIA/ AUTOCONTROL

UN COMPONENTE INTERPERSONAL EN RELACIÓN CON LOS OTROS.



EMPATÍA/ HABILIDADES SOCIALES

MARCO LEGISLATIVO

Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo.

La LOE plantea entre sus fines que la educación se ejercerá en la tolerancia y en la libertad, dentro de los principios democráticos de convivencia, así como en la prevención de conflictos y la resolución pacífica de los mismos.

Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.

De forma más específica, el Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, orienta el currículo a lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los distintos planos:

físico, motórico, emocional, afectivo, social y cognitivo y a procurar los aprendizajes que contribuyen y hacen posible dicho desarrollo. Los métodos de trabajo se basarán en las experiencias, las actividades y el juego y se aplicarán en un ambiente de afecto y confianza, para potenciar su autoestima e integración social. Con todo ello se contribuye a “aprender a ser yo mismo y aprender hacer” y sienta las bases del desarrollo de la autonomía e iniciativa personal.

El currículo de Educación Infantil, se divide en tres áreas, Conocimiento de sí mismo y autonomía personal, Conocimiento del entorno y Lenguajes: comunicación y representación. La primera de ellas hace referencia a la educación emocional, ya que trabajamos la construcción gradual de la propia identidad y de su madurez emocional, e este proceso resultan relevantes las interacciones de los niños y niñas con el medio, el desarrollo de la conciencia emocional, la constatación de sus posibilidades y limitaciones, el proceso de diferenciación de los otros y la independencia. Debe tenerse en cuenta, que la imagen que los niños construyen de sí mismos es en gran parte una interiorización de la que les muestran quienes les rodean y de la confianza que en ellos depositan. Se atenderá, al desarrollo de la afectividad como dimensión esencial de la personalidad infantil, potenciando el reconocimiento, la expresión y el control progresivo de emociones y sentimientos. Como segunda área, en la que se trabaja con el currículo de Educación Infantil, es Conocimiento del entorno, una de sus referencias, es la vivencia a la vida escolar que es una de las bases de su socialización, donde se tendrá en cuenta la expresión y comunicación de las propias vivencias, de sus emociones y sentimientos, para la construcción de la propia identidad y para favorecer la convivencia. Y por último, mediante el área de Lenguajes: comunicación y representación, desarrollan su imaginación y creatividad, aprenden, construyen su identidad personal, muestran sus emociones, su conocimiento del mundo y su percepción de la realidad.

Decreto 122/2007, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil en Castilla y León.

Concretando la temática emocional, en lo que respecta a la Educación Infantil y de acuerdo al currículo establecido en el Decreto 122/2007, del segundo ciclo de Educación Infantil, una de sus finalidades, es facilitar que niños y niñas elaboren una imagen positiva y equilibrada y adquieran autonomía personal. Además, los métodos de trabajo se basarán en las experiencias, las actividades y el juego y se aplicarán en un ambiente de afecto y confianza, para potenciar su autoestima e integración social. Gracias a las actividades en grupo se potencian diversas formas de comunicación y

expresión de sentimientos y emociones, el respeto a distintos puntos de vistas e intereses y el aprendizaje en valores. Como principio metodológico, es esencial favorecer un ambiente lúdico, agradable y acogedor, que ofrezca múltiples situaciones de comunicación y relación para que el alumno se sienta a gusto y motivado, aprenda en un clima de afecto y seguridad. En una de las áreas del currículo, Conocimiento de sí mismo y autonomía personal en la que se trabajan sentimientos y emociones, éstas están muy relacionadas con el desarrollo del yo, con la relación con los otros y con la adaptación a las normas.

METODOLOGÍA O DISEÑO

Siendo la finalidad de la educación formar estudiantes emocionalmente competentes (capaces de reconocer y manejar sus emociones), y, por lo tanto, de relacionarse con los demás de forma adecuada y pacífica, surge el planteamiento de una educación emocional como forma de implicar al proceso educativo en la búsqueda de este logro.

La educación emocional comprende la promoción del desarrollo de las competencias emocionales, a través de una programación sistemática y progresiva, de acuerdo a las edades de los alumnos y alumnas que, idealmente, se solapan con el currículo y acompañen al aprendizaje de conocimientos y habilidades. En los colegios, dicha aproximación se hace necesaria desde el nivel muy elemental hasta el regreso de los estudiantes; es decir, en todos los niveles de la educación y en todas las etapas de desarrollo.

Esta intervención, enfocada al desarrollo afectivo y mediada por la educación, ya no debe circunscribirse a actividades aisladas, como las realizadas en la “hora de tutoría”. Corresponde, más bien, al acto educativo en sí. Resulta transversal a la práctica docente, por lo que ya no son solo los tutores los encargados de trabajar los temas afectivos, sino también todos los maestros y maestras que interactúen con alumnos y alumnas.

La maestra o maestro emocionalmente inteligente es, entonces, la encargada de formar y educar al alumnado en competencias como el conocimiento de sus propias emociones, el desarrollo del autocontrol y la capacidad de expresar sus sentimientos de forma adecuada a los demás.

Educar con Inteligencia Emocional implica que el profesorado sepa identificar sus sentimientos y emociones, sepa controlar su expresión, no reprimirla, sino ofrecer modelos adecuados de expresión, sobre todo cuando se trata de emociones negativas que suelen ser más difíciles de comunicar de una forma respetuosa.

Evidentemente la educación de las emociones requiere una formación inicial pero también una formación permanente. Este tipo de educación es además importante porque puede convertirse en una prevención inespecífica, -prevención de estrés, de la depresión, de los conflictos interpersonales-, y a la vez potencia su desarrollo como persona.

Se ha comprobado que la inteligencia emocional del docente es una de las

variables que está presente en la creación de un **clima de aula** emocionalmente saludable, donde se gestionan de forma correcta las emociones y donde se pueden expresar sin miedo a ser juzgados o ridiculizados.

Para que el maestro o maestra se encuentre preparado, para asumir este reto, es necesario, en primer lugar, que piense en su propio desarrollo emocional: solo entonces estará apta para capacitarse y adquirir herramientas metodológicas que le permitan realizar esta labor. Se sabe que es imposible educar afectiva y moralmente al alumnado si no se cuenta con una estructura de valores clara, además de un cierto dominio de las propias emociones. El desarrollo de los recursos emocionales del docente debe ser el primer paso para emprender este cambio educativo. El maestro y maestra emocionalmente inteligente debe contar con los suficientes recursos emocionales que acompañen el desarrollo afectivo de sus alumnos y alumnas. Con ello, establece un vínculo saludable y cercano con ellos, comprende sus estados emocionales, y les enseña a conocerse y a resolver los conflictos cotidianos de forma conciliadora y pacífica.

Las características socio-económicas del siglo XXI (donde la tecnología constituye una base importante) obligan, de forma insoslayable, a las organizaciones a desarrollar un proceso educativo que procure el desarrollo integral de los recursos humanos. El desarrollo intelectual deberá compartir su importancia, en el proceso educativo, con otros aspectos de la persona como son el cuidado de su salud física y mental, su desarrollo emocional y el desarrollo de sus valores. Todo esto se enfrenta con el fin de que la persona -y la organización como sistema formado por personas- pueda sobrevivir y crecer en un mundo cada vez más complejo y competitivo.

Muchos centros educativos recogen en su ideario, de forma expresa o tácita, la importancia del desarrollo de la dimensión socio-emocional del alumnado o hace referencia a su educación integral. Pero el reto consiste en encontrar la manera de traducir estas palabras en acciones concretas que desarrollen estos objetivos.

Si dentro de la misión educativa se encuentra reflejado el interés por el desarrollo emocional del alumno o alumna es importante comprender que no basta con un contenido teórico, que por otra parte es también necesario, sino que debemos prepararnos para desarrollar actividades y una cultura organizacional que promueva el crecimiento emocional de nuestro alumnado, de los docentes y de toda la comunidad educativa.

Abalándome en mi experiencia profesional, me atrevo a enumerar algunas de las indicaciones que debemos considerar en un centro educativo del porqué y para qué el desarrollo de lo emocional.

- Realizar esfuerzos coordinados que impliquen a toda la comunidad educativa (familias, maestros y maestras, alumnos y alumnas), teniendo como meta el desarrollo de una comunidad de aprendizaje.

- Emplear técnicas de enseñanza-aprendizaje activas y participativas, que, además, promuevan el aprendizaje cooperativo y sean variadas, para así atender a los diversos estilos de aprendizaje del alumnado. Dos ejemplos recurrentes y destacados de actividades propias de educación emocional son el role-playing y el diario emocional. (Nelis et al., 2009; Renati et al., 2011.)

- Ofrecer oportunidades para practicar todas las facetas de la inteligencia emocional y favorecer su generalización a múltiples situaciones, problemas y contextos cotidianos.

- Incluir planes de formación y de asesoramiento del personal responsable (profesorado, tutores, orientadores, padres y madres).

¿Qué es lo que echamos en falta o lo que echan en falta los niños y niñas al ir a la escuela?

- 1°. Saber lo que les pasa por dentro. Comprender cómo la inseguridad y el miedo influyen en su comportamiento. Desarrollar un vocabulario emocional sólido con el que puedan comunicarse con el resto.
- 2°. Identificar los sentimientos de los demás para aprender a ponerse en su lugar. El desarrollo de la empatía permite construir una sociedad cohesiva.
- 3°. Aprender a gestionar las emociones básicas y universales. Son intangibles, pero son el único activo con el que se viene al mundo.
- 4°. Diseñar, ejecutar y evaluar soluciones responsables a los problemas, y no adoptar posicionamientos dogmáticos, que no se han podido o querido comprobar.
- 5°. Resolver conflictos para mantener relaciones sosegadas con los demás. Rechazar aquellas decisiones que impliquen violencia o agresión.

Distintas pruebas científicas demuestran que los niños y niñas educados con prácticas afines a estos criterios son más felices, confían más en sí mismos y son más

competentes social y emocionalmente. Además, resulta que una buena educación social y emocional también mejoraría nuestros maltrechos resultados académicos.

Pero no sólo debemos darnos cuenta de nuestro trabajo directo con los niños y niñas, de forma profesional, también es necesario estudiar el trato en el medio familiar. Los niños y niñas de hoy tienen muchas más cosas que los de mi generación o generaciones pasadas. Muchos niños y niñas tienen de todo. Pero a veces les falta lo esencial. Las muestras cercanas y constantes que conlleva la presencia amorosa de los seres queridos. Esa presencia que entraña protección, seguridad y afecto. La presión del trabajo del padre y de la madre, el ajetreo de las ocupaciones, la prisa y las exigencias de la vida social, las demandas prematuras y obsesivas de formación, dejan poco tiempo para compartir con los hijos e hijas. Decimos que nos afanamos por su bien, pero les hacemos daño con la ausencia y la falta de contacto. Ellos no quieren muchos ceros en la cuenta corriente, quieren el círculo emocional de un abrazo sentido y prolongado. Los niños y niñas no necesitan muchos metros cuadrados de casa, lo que precisan es el refugio estrecho de la ternura. Pero el verdadero problema, es cuando desde la infancia esto ni lo ven, no saben ni que existe. Algunos de ellos viajan en un tren solos y abandonados, que circula hacia la tristeza, la desesperanza y la destrucción. Maldita la hora en que llamamos a los niños para hacer este viaje. La felicidad infantil se construye con cuatro tes: t de ternura, t de tiempo, t de tranquilidad y t de tutela. Así van acompañados hacia la madurez y la libertad.

«El profesor ideal para este nuevo siglo tendrá que ser capaz de enseñar la aritmética del corazón y la gramática de las relaciones sociales. Si la escuela y la administración asumen este reto, la convivencia en este milenio puede ser más fácil para todos y nuestro corazón no sufrirá más de lo necesario».

Natalio Extremera y Pablo Fernández-Berrocal (2002:374)

Si pensamos en los niños y niñas como personas de pleno derecho, en proceso de desarrollo y con capacidad progresiva de autonomía, pensamos en una criatura competente, capaz de pensar, proponer, decidir, de hacer, de actuar y de saber esperar.

Pensamos en los niños y niñas con expectativas positivas porque creemos que pueden actuar con autonomía y estar satisfechos de sus acciones, de sus descubrimientos y de sus avances; pueden asumir con facilidad responsabilidades porque se han acostumbrado a ello y pueden aceptar las frustraciones porque, cuando se

actúa con autorregulación, los contratiempos pueden entenderse como equivocaciones que pueden enderezarse, porque sienten la confianza en su persona y se da espacio y tiempo para rectificar, recursos humanos y materiales para volver a probar.

Pero para que nuestro trabajo de inteligencia emocional sea eficaz debemos tener en cuenta algunas pautas:

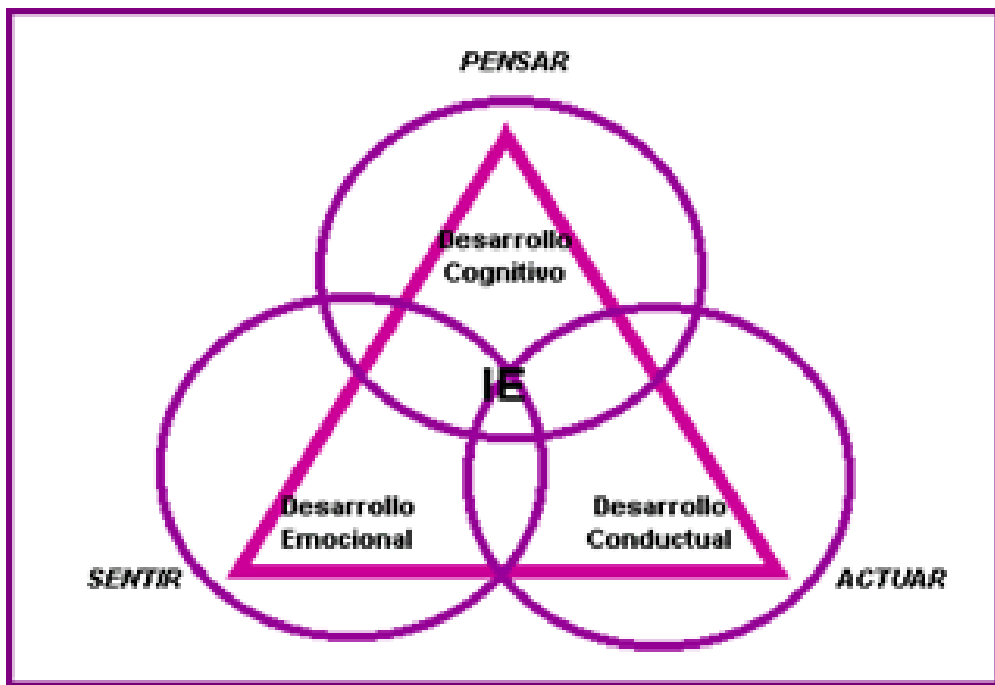
- Los objetivos deben estar muy bien definidos y satisfacer las demandas de la inteligencia emocional.
- Deben ser guiados por profesionales de la inteligencia emocional.
- Deben darse en un clima de confianza, apertura y sinceridad.
- Han de seguir una metodología vivencial, utilizando métodos en actividades docentes y extradocentes, juegos y experiencias que faciliten la conexión con la realidad individual.
- Han de propiciar la introspección, la reflexión y la toma de conciencia.
- Han de conectar con las emociones y la motivación de cada alumno y alumna.

OBJETIVOS

Nuestra vida emocional se alimenta constantemente, día a día, de las rutinas cotidianas, ya que nos proporcionan seguridad afectiva y nos transmiten, a través de la manera de hacer las cosas, unos valores y unas creencias que son los que guían nuestro estado emocional y nos dan estabilidad. Por ello, como Maestra, en mí día a día, intento que a través de la repetición y las rutinas, se reafirme el vínculo afectivo y como consecuencia la consecución de estos objetivos:

- Aprender a escuchar: la buena y la mala escucha.
- Crear un clima escolar positivo.
- Aprender a trabajar de forma cooperativa.
- Identificar sentimientos.
- Comunicar sentimientos.
- Expresar sentimientos.
- Relajarse de forma progresiva.
- Prestar atención.
- Definir el conflicto y aprender a resolverlo.

Los argumentos que venimos expresando, dada la unidad de las esferas motivacional-afectiva y cognitivo-instrumental, los representamos en el siguiente gráfico:



MI JORNADA

Mi trabajo está encaminado a favorecer al niño y niña, como persona única, estableciendo relaciones entre el medio familiar y el medio escolar.

Paso a describir algunas de las actuaciones que llevo a cabo, al inicio de mi jornada escolar:

1- Como referente de modelo educativo, expreso lo que siento. Verbalizo cómo me encuentro cada día, con expresiones tales como: “estoy contenta, porque es mi cumpleaños” o “estoy triste, porque llueve”. Utilizo un vocabulario emocional, sin dejar de lado mi comunicación no verbal de mis mensajes (la expresión facial, el gesto...) y el tono de voz. Albert Bandura (1960) sostiene lo siguiente: formula la teoría conocida como “teoría social del aprendizaje” y su experimento fue el de mostrar a unos niños de infantil un vídeo donde un joven estudiante golpeaba a un “muñeco bobo” y le decía estúpido, mientras lo golpeaba, posteriormente se pusieron a jugar los niños y estos, imitaron prácticamente la misma conducta. Este es el experimento muy resumido, el punto de lo que quiero dar a entender es que los niños son como

unas computadoras en blanco a las cuáles reciben información (a través de lo que observan) y entonces eso se queda ahí grabado y siguen el mismo patrón o lo imitan porque lo ven.

2-Asimismo, aprovecho situaciones cotidianas para verbalizar los estados emocionales de los niños y niñas (por ejemplo: “Pablo llora porque le han quitado un juguete” o “Ana ríe porque trae chocolate para merendar”).

CONTEXTO ESCOLAR

Toca el timbre, me voy a mi clase y me encuentro con ¡8 niños! No, no hay ninguna epidemia rara; allí me encuentro a todo mi alumnado, no son todos del mismo curso: 3, 4 y 5 años, agrupados en una misma clase. Tres niños de 3 años, una niña de 4 años y 4 niñas de 5 años. No me estoy refiriendo a ningún caso excepcional, pues esta es la realidad en los colegios de ámbitos rurales, colegios de pequeños municipios que han visto como su matrícula ha ido disminuyendo con el apaltonamiento de la población en las ciudades y grandes núcleos poblacionales. Éste aula pertenece a una CRA (Centro Rural Agrupado), donde llevo a cabo mi cometido profesional. Son varias escuelas unitarias próximas que se han unido y funcionan como un solo centro. Se reparten el alumnado por ciclos y así salvan el problema de tener a todo el alumnado junto, compartiendo tanto material como profesorado (denominado itinerante).

Trabajar en el marco rural, es una ventaja, una de las facilidades es la cercanía con el medio familiar, aspecto que beneficia nuestro trabajo emocional, porque si hay un entorno, donde es imprescindible que se de el desarrollo de competencias emocionales, éste es el de la familia.

Hay que destacar, esta relación, familia-escuela, en todos los ámbitos educativos, pero en el medio rural, merece especial importancia, la fluidez, la comunicación con la que se trabaja. Como maestra, tengo relación diaria, normalmente con las madres, que son las que se acercan al centro. Además, cuando recopilo información de mis alumnos y alumnas para comunicar, personalmente, con exactitud, sobre cómo crece y reacciona “su hijo” en la escuela, las familias confían en mí y se prestigia mi labor como docente.

Asignan gran importancia a mi trabajo, siendo una de sus razones, que asistan para aprender y para “llegar a ser alguien en la vida”. Las familias no sólo piensan que es importante que sus hijos e hijas vayan a la escuela, sino que también ellos tienen una serie de expectativas que se relacionan con el papel de la educación en su amplio

sentido. En algunas ocasiones éstas son sus respuestas, “los niños aprenden, pasan de curso, tienen buen rendimiento, los profesores son buenos, preocupados, exigentes, atentos y dan apoyo, la escuela tiene de todo y es buena”.

Jiménez Fernández, J. *La escuela rural*.

http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_23/JOSEFA_JI_MENEZ_FERNANDEZ01.pdf (Consulta 3 de mayo de 2012).

El alumnado de estos centros es muy diferente al de las ciudades, son niños y niñas muy sociables, que valoran mucho ir al colegio y disfrutan con sus compañeros y docentes. Estos alumnos y alumnas establecen un vínculo muy especial con su maestra o maestro, por lo que la responsabilidad que tenemos, es mucho mayor al ser menos profesores, un maestro o maestra desmotivado lastra la educación de su alumnado, pues es su única referencia.

MI AULA

Mi experiencia práctica la he diseñado, a través de diferentes modalidades organizativas, que presento y describo a continuación; pero antes he de remitirme, al currículo de Educación Infantil, cuando hace referencia a la metodología, que no puede pronunciarse por un método concreto, ya que no existe una misma manera de articular la intervención pedagógica. En la Ley Orgánica de Educación 2/2006, concretamente en la ordenación y principios pedagógicos, se recoge lo siguiente: “Los métodos de trabajo en ambos ciclos de Educación Infantil se basarán en la experiencias, las actividades y el juego y se aplicarán en un ambiente de afecto y confianza, para potenciar su autoestima e integración social”. No significa que en el aula de Educación Infantil, funcionen al mismo tiempo varias metodologías, podríamos decir que se trata de una sola metodología: la metodología de la escuela infantil, la cual, para conseguir sus objetivos, se vale de los rincones, el diálogo en la asamblea, talleres, lo cotidiano.

De acuerdo a lo comentado, situaré de forma teórica dichas metodologías.

1- Asamblea

Una de las rutinas, que se llevan a cabo en Educación Infantil, quizás de las más importantes, es la de la Asamblea, por la cantidad de tareas que se realizan en ella y por la importancia de las mismas. Es la primera actividad de la mañana, y de ella y de su estructuración va a depender en gran medida, el éxito a lo largo de la jornada escolar.

- Nos ayuda a conseguir objetivos y contenidos.
- Nos ayuda a trabajar normas.

- Nos ayuda a averiguar los conocimientos previos de los alumnos y alumnas para ver de qué nivel tenemos que partir.
- Nos ayuda a desarrollar la estructuración temporal, anticipando qué actividades realizaremos después.

En ella se trabajan, los días de la semana, el día que hace hoy, el mes en el que estamos, recordatorio de normas en el aula, ejercicios de lenguaje, contenido de la unidad y para ello tenemos un espacio dedicado, donde nos sentamos en una alfombra en forma de círculo, y así nos vemos todos y cada uno. Dicha actividad está dirigida por el o la protagonista del día, elegido por orden de lista, ya que cada día es uno. El resto de rutinas será él o ella, quien reparte las pinturas, sea el primero de la fila...

En todas las aulas de Educación Infantil hay un espacio para el momento de la asamblea, son muchas las actividades que se pueden realizar y los momentos en los que se puede llevar a cabo, pero la asamblea de la entrada por la mañana, es la más importante, en la etapa de Educación Infantil.

2- Rincones

¿Qué son los rincones? Son espacios organizados, dentro del aula, que tienen diferentes valores y varias alternativas para conseguir objetivos, hábitos, contenidos...

De acuerdo a Carmen Ibáñez Sandín (2009) en ellos los niños y niñas realizan pequeñas investigaciones, llevan a cabo sus proyectos, manipulan, desarrollan su creatividad, se relacionan con los compañeros y satisfacen sus necesidades. Las actividades que se realizan en los rincones no tienen un tiempo de duración determinado, porque cada niño y niña actúa a su ritmo según sus preferencias e intereses. Los rincones no tendrán vida si no se les dota de un material específico y adecuado a cada necesidad.

La clase dispone de varios rincones, de acuerdo a las temáticas y actividades que se lleven a cabo, los alumnos y alumnas se dividen en grupos, los grupos irán rotando, por cada uno de los rincones, de manera que cada semana todos han tenido que pasar por todos los rincones organizados. Esta forma de trabajo, fomenta el aprendizaje autónomo, ya que cada niño y niña, una vez asimilado, dicha organización, debe saber que debe hacer en ese rincón, donde tiene que ir, su grupo de referencia...

El ambiente de aprendizaje que se crea con el recurso de rincones, permite planificar tareas adaptadas a las capacidades del niño y niña, aprovechar sus facultades

para disfrutar y avanzar en otros aspectos fundamentales; desarrollar una buena mente y un buen corazón.

3- Libro cumpleaños

La celebración de los cumpleaños, es esencial en la vida de los niños y niñas. El viernes de la semana anterior al cumpleaños, se comunica a los padres del niño o niña que cumple años, cómo deben cumplimentar el libro en cuestión.

Hoja primera: lo rellenarán con ayuda de sus papás.

Hoja: "Así era yo de bebé", les pediremos a los padres una foto del cumpleaños cuando era un bebé y la deberán pegar en el libro, lo mismo realizarán en las hojas tituladas, "Pero ahora ya soy mayor" y Esta es mi familia", en las que pegaremos una foto actual del niño o niña y una de la familia, respectivamente. Una vez completado el libro con ayuda de sus padres en casa, el cumpleaños lo mostrará a sus compañeros y describirá las fotos.

En la hoja "Estas son mis manos" el niño estampará sus huellas con pintura de dedos.

Para el apartado de "Estos son mis amigos" fotocopiaremos las fotos tamaño carnet de todos los niños de la clase.

"Este dibujo es mi regalo", fotocopiaremos tantas veces esta hoja como niños y niñas hay en el aula, éstos han de dibujar lo que le gustaría regalarle al cumpleaños. En cada hoja hay un recuadro, para que cada uno ponga su nombre.

Y por último, para finalizar nuestro libro, pintaremos los labios a los niños y niñas, para que puedan besar en la hoja "Pero además me han regalado todos estos besitos" y dejar la huella de sus besitos.

Incluye también el recordar que ese día no se traiga almuerzo, ya que el cumpleaños trae hecha una tarta para celebrarlo y les ofrece a sus compañeros.

El cumpleaños, ese día, mostrará al resto, su libro completado, explicando las fotos y contando algunas anécdotas de cuando era pequeño o de su familia y recordaremos los regalos que le han dibujado.

Cada escolar dirá algo del cumpleaños, algo que haya observado, algo de su vida, de sus preferencias, de sus virtudes, siempre procurando que sean aspectos positivos.

Estructura de mi trabajo:

ASAMBLEA	Logros pedagógicos: resultados que he observado en cada una de las actividades.
RINCÓN DE LA PAZ	
LIBRO CUMPLEAÑERO	

ACTIVIDADES DE ASAMBLEA

Coincido con G. Guinott (2012) quién sostiene: “He llegado a una conclusión aterradora: yo soy el elemento decisivo en el aula. Es mi actitud personal la que crea el clima. Es mi humor diario el que determina el tiempo. Como maestro, poseo un poder tremendo: el de hacer que la vida de un niño sea miserable o feliz. Puedo ser un instrumento de lesión o de cicatrización”. De ahí que lo que describo a continuación, relata situaciones vividas y reales con mi alumnado, comentando sus diálogos, en cada una de las experiencias que he llevado a cabo y por último los logros pedagógicos conseguidos.

Lunes 9:00 de la mañana, entramos en clase, nos saludamos, “Buenos días”, pregunto a cada uno, ¿cómo estás? Me responden, Daniel dice: “contento”, Claudia: “bien”, Virginia me para, me mira y me dice “he venido tarde porque mi abuelo no sabía peinarme”, y como mamá había tenido que ir al médico, me ha traído él, para Virginia, hoy era un día un poco especial, le calmo y le digo: “el abuelo no está acostumbrado a peinarte, entonces hay que entenderle”.

Nos vamos sentando en la alfombra, en forma de círculo. Hay un protagonista quién nos indica el día que es hoy, el tiempo que hace, quién falta. En este momento trabajamos una rutina, debemos identificar el gesto con la emoción que más se ajuste a nuestro estado y su explicación.

El protagonista del día, escoge la imagen, en este caso nos dice: “estoy cansado, no quería venir al cole”, debe preguntar a otros compañeros como están y escoger la imagen, Claudia dice: “estoy contenta, me voy a ir a Conil con mis papás de vacaciones”, Carmen dice: “estoy tranquila me gusta venir al cole”... Amelia dice “para hacernos una foto, mamá siempre me dice que hay que sonreír”...

Ellos deben responder y asociar, la imagen con la emoción.

Logros pedagógicos

Como consecuencias pedagógicas a dicha actividad diaria, he observado que el ritual del buenos días, así como otras rutinas cotidianas, van afianzando la adaptación y el sentido de pertenencia al grupo-clase. El saludo y la acogida cálida significan también un reconocimiento personalizado de cada niño y niña dentro del grupo, que ayuda a superar las inseguridades, los miedos y las fragilidades de esta etapa. Por eso, dar la bienvenida o despedirse es algo más que un ritual, es una manera de educar a través de la relación, estableciendo vínculos afectivos sólidos.

Otra de las actividades que realizo en el momento de la asamblea, es en el momento después del recreo, si ha surgido algún conflicto trato de resolverlo. Mi papel, como maestra, ha de ser, de mediadora.

Lunes 12:30, después del recreo: cuento el cuento “Soy un dragón” (Goznes y Robberecht, 2003) cuyo protagonista es un niño que siente rabia, ira, furia y cada vez que ese sentimiento aumenta se va convirtiendo en un dragón. A medida que pasa el tiempo, el dragón se va tranquilizando y, llorando, va sacando toda esa furia que tiene dentro hasta que vuelve a convertirse otra vez en niño. Con el cuento se llega a un diálogo entre toda la clase, utilizando diferentes imágenes de emociones...

Nos cuestionamos, ¿cuándo nos enfadamos?, ¿qué hacemos cuando nos enfadamos?, ¿qué debemos hacer para solucionar nuestro enfado?

Carmen dice: “Me enfado cuando mi hermana, Sofía, me quita mis pinturas y las tira...” Claudia: “El otro día Darío, en el parque tiró arena, y su mamá se enfadó” su cara era de enfado, Amelia dice “me enfado, cuando Virginia me persigue, jugando a mamás y papás”, Daniel: “mamá se enfada cuando se me cae la comida en la ropa, pero ella me limpia”, Darío: “mamá dice que el abuelo nunca se enfada”.

Trabajamos con algunas ilustraciones, que nos ayudan a reflejar qué hacemos bien con los amigos y qué no hacemos bien.

- Daniel: “no hago bien pegar, pero yo he visto pegar a los mayores”... Carmen, le dice que “aunque lo veas, no lo hagas, yo hago bien compartiendo mis dibujos”... Virginia dice: “yo quiero abrazar, me gustan los abrazos”... Amelia le contesta: “el abrazo que me da mamá por la noche es con un beso, a mí me gusta mucho besar”.

Nos miramos en el espejo, para expresar diferentes emociones en nuestro rostro.

Logros pedagógicos

Me doy cuenta, cómo los niños dialogan ante sus diferentes actitudes y emociones, ante una conducta, expresan sus sentimientos, observando que cada uno tiene sus propias reacciones, intentando tolerar y respetar a sus compañeros.

Durante unas semanas, en el momento de la asamblea, tratamos, otra forma de expresar nuestras emociones, de la siguiente manera;

Lo que más me gusta de ti es...

Para que los alumnos aprendan a gestionar las emociones a fin de conseguir un mejor bienestar personal y social, de acuerdo a la teoría de Gardner y Goleman, trabajo desde un enfoque constructivista, es decir, con la participación activa y la implicación personal del alumno, para que puedan reconocer y verbalizar los sentimientos, ya que eso crea vínculos entre la parte cognitiva y la parte emocional del cerebro.

De acuerdo a este desarrollo, cada día, hemos trabajado una persona. Los niños y niñas se sientan en círculo, y es hora de decir un mensaje,

Querida mamá lo que más me gusta de ti es...

Algunas de las respuestas fueron: Carmen dice:“tu cara”, Carmen:“que me cuente cuentos por la noche”, Daniel:“que esté cocinando”, Brezo:“que me de regalos”, Amelia:“como hace el arroz”,Darío: “me despierta para ir al colegio y me cuenta un cuento”, Virginia:“su sonrisa”, Claudia:“ que me ayude”...

Querido abuelo lo que más me gusta de ti es...

Carmen: “que me sonrías” Carmen:“que me lleves a la fuente”, Brezo:“que juegues conmigo”, Darío:“que me compre pipas”, Amelia:“ que me pasee”...

Querida maestra lo que más me gusta de ti es...

Amelia: “Pintar “, Carmen: “cuando me da abrazos”, Daniel:“que me cuente las fichas”, Claudia:“que me ayude”, Darío:“que me de un beso” Virginia:“que me des un abrazo y que me enseñe las fichas”, Carmen: “pintar”.

Lo que más me gusta de mí es...

Amelia: “Pintar” Carmen:“tener hermanos”, Daniel: “salir a dar un paseo con papá y mamá”...

Lo que más me gusta de mi papá es...

Brezo: “que me haga una foto”, Virginia: “que me abrace”, Darío: “que haga puzzles conmigo”, Carmen: “que me de un beso”, Claudia:“cuando me hace cosquillas”, Amelia: “jugar con él”, Daniel: “que me sonría”.

Logros pedagógicos

Esta actividad, me encantó realizarla, además eran los propios niños y niñas, los que pedían ¿quién toca hoy? Descubrí, como manifestaban la relación que mantenían con esa persona, de qué manera lo expresaban... hacerles pensar sobre esa persona. Lo que más les costó, fue hablar de ellos mismos, además los de tres años, no lo entendían muy bien, ya que no tienen bien adquirido el concepto de su propia identidad. Es importante, que aprendan lo positivo de una persona, lo que recibes y apreciarla.

RINCÓN DE LA PAZ

Me resulta muy útil crear un rincón de paz, en el aula, un lugar especial y tranquilo al que pueden ir los niños y niñas, siempre que necesiten calma y sosiego para recuperar el equilibrio interior y la serenidad. También sirve cuando un alumno o alumna se siente desbordado, estresado, enfadado o fuera de control emocionalmente, porque, en ese momento, estar solo puede serle de gran ayuda. Ellos contribuyen con estos gestos a dar sentido y significado al propio rincón.

En la clase disponemos de varios rincones, pero uno de ellos, es el que presento, el rincón de paz.

Incluimos fotos o dibujos de los lugares preferidos de los niños y niñas, o bien elementos de la naturaleza, dibujos relajantes, revistas, sonidos, libros para colorear y mandalas. Las mandalas son dibujos armoniosos que suelen incorporar un círculo, colorear estos círculos fomenta la plena atención y conciencia.

La música clásica suave y lenta ayuda a modificar la manera en la que se siente en esos momentos. La música se utiliza de fondo, he comprobado que escuchar música relajante, está directamente correlacionado con la velocidad de disminución de la velocidad de respiración y la frecuencia cardiaca, que puede modificar nuestro estado de ánimo.

Carmen, se coloca en el rincón y espera que suene la música, me pide que si puede tumbarse y escuchar los pájaros que a veces les pongo. Carmen necesita un tiempo de silencio, algún compañero se suma a la actividad, Darío necesita un tiempo para calmarse, pero llega un momento que lo consigue.

La familia de una de mis alumnas, tuvo problemas económicos y la niña, notaba un ambiente desfavorecido, pues la niña, supo encontrar en la escuela, la manera de enfrentarse a lo que estaba viviendo y aprender, lo cual le está viniendo bien.

Después, en alguna ocasión, se dibujan ellos mismos... y me cuentan, -Virginia me dice: “hoy me he dibujado contenta”, -Brezo: “me he dibujado con mi abuelo”...

Logros pedagógicos

En el rincón de paz que hemos creado, mis alumnos y alumnas encuentran un poco de paz en su rutina. Estoy satisfecha de que hayan forjado todos juntos un lugar seguro para empezar a conocerse y reconocer sus propias emociones, apreciando la alegría, de apoyarnos unos a otros.

LIBRO CUMPLEAÑERO

Celebramos el cumpleaños de cada niño y niña con un libro que anteriormente a ese día, llevan a casa, lo completan y el día del cumpleaños, el cumpleañosero, debe contarlos. Es una gran satisfacción, ver como se siente el cumpleañosero, ese día, pasa a ser el protagonista de un día especial.

Sentados en Asamblea le felicitamos de una manera un tanto particular.

-¡Felicidades, que pases buen día! dice Carmen.

-¡Felicidades que cumplas muchos más! dice Darío.

-¡Que tengas buenos regalos! dice Claudia.

El lenguaje oral es el primer instrumento que vamos a utilizar para lo que luego será un proyecto, un regalo en el que todos vamos a participar: Un pequeño libro cargado de mensajes, deseos, emociones, expectativas que hemos recogido por parte de toda la clase.

Una vez expresado en la Asamblea nuestra felicitación, nos ponemos a trabajar en lo que va a ser su regalo. No está comprado porque no tiene precio. Responde al mundo de las emociones y los sentimientos, de las actitudes y los valores, está cargado de emotividad y es un regalo único e irrepetible. El cumpleañosero también participa en su regalo. Se dibuja y manifiesta al resto del grupo que se siente contento y feliz de recibir esta felicitación tan especial que incluye a toda la clase. Al final cada uno lo firman y hacen un dibujo del protagonista del cumpleaños. Una vez acabado el trabajo elaboran lo que va a ser la portada de ese pequeño gran libro. Terminado el trabajo se grapa y se encuaderna con lomos de colores. A última hora, sentados en el corro y tras cantar la canción de cumpleaños, bailar y hacer una pequeña fiesta, cada niño y niña enseña a todo el grupo el dibujo que ha hecho del protagonista del día. Es hora de llevarlo a casa.

- “Yo he dibujado a Darío conmigo dándonos un beso”,

- “yo le he dibujado en mi casa jugando con mi hermana”,
- “yo le he dibujado el más grande de todos... porque es su día”.

Logros pedagógicos

Con esta forma de celebrar los cumpleaños, como maestra, me doy cuenta, de las personalidades de mis alumnos y alumnas. El que es tímido o tímida, gracioso o graciosa, agradable, creativo o creativa. Estos momentos y situaciones en esta edad tan temprana, fomentan y ayudan a aprender, a identificar, expresar y regular sus emociones, a conocerse y a valorarse adecuadamente, a comprender a los demás poniéndonos en su lugar, a cuidar nuestro cuerpo y mente, a tomar decisiones de forma responsable, a relacionarse adecuadamente con otros, a saber decir no, sin crear conflicto o a resolver problemas, es decir, es necesario para disfrutar de una vida equilibrada, con sentido y feliz, siendo la base para desarrollar con éxito cualquier actividad académica o laboral.

CONCLUSIONES

Todo lo anteriormente trabajado nos invita a una reflexión, no solo del estado actual de la profesión, en los más amplios tópicos, sino adentrarnos en aquello que nos interpela como Ser. “El profesor que busca efectividad real debe empezar por creer en sí mismo para poder creer desde el corazón que, como maestro tiene un papel de trascendencia en el destino de sus alumnos.” (Céspedes, 2008). Todo lo expuesto, referido a Goleman, las inteligencias múltiples de Gardner, me lleva a darme cuenta que antes de involucrarme en la educación emocional, debo conocerme a mí misma, respetarme, creer en mí para poder dar una buena imagen con un resultado positivo, hacia la temática. Porque mi elección, para educar en esta línea, no ha sido la gran aportación actual que me ocupa y preocupa hoy en día, solamente, sino mi trabajo diario me ha hecho reflexionar, poder contemplarlo en su importancia y de esta manera, “poner manos a la obra”. La legislación de nuestro sistema educativo, referida a Educación Infantil, contempla, como uno de los principios metodológicos, ofrecer situaciones de comunicación y relación para que el alumno y alumna se sientan a gusto y motivados, en un clima de afecto y seguridad y considero que de acuerdo a mis propuestas prácticas, este ambiente lo trabajo de forma excepcional en mi aula. Es decir, he logrado que mi alumnado, intente comunicar e identificar sus sentimientos, aprenda a desarrollar la empatía con sus compañeros y compañeras, saber que en nuestras actitudes y conductas hay errores, las cuáles las podemos solventar siendo comprensivos e inteligentes emocionalmente, como Gardner nos ha explicado.

A través de mis resultados, puedo constatar, como mi propuesta práctica ha tenido grandes resultados positivos, ya que a diario he observado que el alumnado ya tiene asimilado y adquirido diferentes conductas y actitudes que les hacen implicarse y actuar con Inteligencia Emocional. Cada día los niños y niñas de mi aula me han demostrado que se debe saludar al entrar, mirándonos a la cara unos a otros, nos preguntamos cómo estamos en nuestros trabajo diario, nos ayudamos, respetamos y cuando estamos satisfechos con nuestra tarea nos felicitamos y en ocasiones se escucha “qué contenta estoy, he trabajado muy bien” “eres muy guapa Almudena” “ponemos cara triste, porque no nos hemos esforzado lo suficiente”. Todo ello nos muestra el buen

ambiente, el bienestar con el trabajo, que hace especial el educar y por lo tanto mi trabajo.

Después de estas conclusiones, y de acuerdo a mi experiencia, todo el trabajo que he desarrollado resulta satisfactorio, para emprender un trabajo emocional en la educación, porque no solo hay que tratar contenidos matemáticos, de lectoescritura, dibujo, sino que hoy en día mis conductas, mis actitudes en la vida me dicen que los niños y niñas también deben estar preparados emocionalmente, de ahí que cuando terminé el curso con ellos y me despedí de este grupo, también necesitaba que las familias valoraran a sus hijos e hijas, siendo cada uno diferente. Porque es bonito agradecer, porque mi persona como tal les sirve de reflejo o modelo les escribí una carta de despedida del curso escolar, que expongo a continuación.

¿Qué será? Será mecánico... Será ingeniera... Serán... buenas personas. Cuando eres pequeño y comienzas a ir al colegio, te impresiona todo.



Pero cuando te acostumbras, te gusta, entonces estás contento de ir, juegas, cantas, dibujas y empiezas a aprender cosas. Las maestras te cuidan, te enseñan, entonces te sientes feliz. Parece una despedida de muchos años de estancia ¿pero qué importa el tiempo? Importa el momento, la situación, lo ocurrido, lo vivido con vosotros, Darío, Amelia, Daniel, Carmen, Virginia, Brezo, Claudia y Carmen. Estoy muy orgullosa de vosotros, sois compañeros, sois amigos, os queréis, porque así lo he visto yo, sois niños, cada uno diferente, cada uno aprendiendo de una manera, pero siempre, siempre con vuestra sonrisa y diciéndome a la entrada, “Buenos días”. Nunca lo olvidéis. Me habéis enseñado muchas cosas, de vuestra personalidad, de vuestra forma de aprender, me habéis contado cosas de vuestros papás y vuestras mamás, de vuestros abuelos y yo también os he enseñado lo que he podido y más. Sólo desearos que LA ESTRELLA MÁS BRILLANTE, OS ILUMINE PARA TODA LA VIDA.

LISTA DE REFERENCIAS

- Aa.vv. (2011). *Emociones y educación. Qué son y cómo intervenir desde la escuela*. Barcelona: Graó.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (coord.); Punset E., Mora, F., García Navarro, E., López Cassá, É., Pérez González, J.C., Latieri Linda, N.M., Aguilera, P., Segovia, N. & Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat. (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu.
[http:// www.faroshsjd.net](http://www.faroshsjd.net) (Consulta: 29 de marzo de 2012).
- Carbonell, J. & Serrá, A. (2009). *La vida escolar en un curso. Cosas que no siempre se explican*. Barcelona: Graó.
- Céspedes, A. (2008). *Educación de las emociones, educar para la vida*. Santiago de Chile: Ediciones B Chile.
- Ibáñez Sandín, C. (2009). *El proyecto de educación infantil y su práctica en el aula*. Madrid: La Muralla.
- Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Gardner, H. (1999). *Inteligencias múltiples*. Barcelona: Paidós.
- Jiménez Fernández, J. *La escuela rural*.
http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/numero_23/josef_a_jimenez_fernandez01.pdf (Consulta: 3 de mayo de 2012).
- Pérez-González, J. C. (2012). *Revisión del aprendizaje social y emocional en el mundo*. En Bisquerra, R. (coord.), *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia* (pp. 56- 69). Esplugues de Llobregat, Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu.
- Soler, J. Conangla M. (2003). *Aplicá el cuento. Relatos de ecología emocional*. Barcelona: Editorial Amat.
- Unesco. (1996). *La educación encierra un tesoro. Informe a la Unesco de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI, presidida por Jacques Delors*. Ed. Unesco.

- Vivas, M., Gallego, D. y González, B. (2006). *Educación de las emociones*. Madrid: Dykinson, 184 pp.
<http://redie.uabc.mx/contenido/vol9no2/contenido-navarro.pdf> (Consulta: 17 de abril de 2012).