



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

Escuela Universitaria de Magisterio
(Campus María Zambrano)

TRABAJO DE FIN DE GRADO:

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EDUCACIÓN INFANTIL

**Realizado por: Jessica Martínez Fernández.
Dirigido por: Enrique Merino.**

ÍNDICE

0. Competencias generales y específicas de Ed. Infantil.....	p. 3
1. Resumen.....	p. 6
2. Introducción.....	p. 7
3. Objetivos.....	p. 8
4. Justificación.....	p. 9
5. Áreas de Educación Infantil.....	p. 12
5.1 Área conocimientos de sí mismo y autonomía personal.....	p. 12
5.2 Área conocimiento del entorno.....	p. 13
5.3 Área lenguajes: comunicación y representación.....	p. 14
6. Fundamentación teórica.....	p. 15
6.1 Revisión teórica de las emociones.....	p. 15
6.2 Inteligencias múltiples.....	p. 22
6.3 La inteligencia emocional en el contexto escolar.....	p. 25
7. Diseño y exposición de sesiones.....	p. 26
7.1 Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.....	p. 27
*Bloque 1: El cuerpo y la propia imagen; sesión 1.....	p. 27
7.2 Conocimiento del entorno.....	p. 29
*Bloque 3: Cultura y vida en sociedad; sesión 2.....	p. 29
7.3 Lenguajes: comunicación y representación.....	p. 31
*Bloque 1: lenguaje verbal; sesión 3.....	p. 31
*Bloque 3: lenguaje artístico; sesión 4.....	p. 32
*Bloque 4: Lenguaje corporal; sesión 5.....	p. 34
8. Conclusiones.....	p. 35
9. Referencias bibliográficas.....	p. 36

0. COMPETENCIAS GENERALES

EDUCACIÓN INFANTIL

Como estudiante del Título de Grado Maestro en Educación Infantil debo adquirir durante mis estudios una serie de competencias generales; en concreto, para otorgar el título citado será exigible:

1. Haber demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio –la Educación- que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio. Esta competencia se concretará en el conocimiento y comprensión para la aplicación práctica de:

- a. Aspectos principales de terminología educativa.
- b. Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.
- c. Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el curriculum de Educación Infantil.

2. Saber aplicar mis conocimientos a mi trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro del área de estudio –la Educación-.

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

- b. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.
- c. Ser capaz de utilizar procedimientos eficaces de búsqueda de información, tanto en fuentes de información primarias como secundarias, incluyendo el uso de recursos informáticos para búsquedas en línea.

4. Poder transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

Esta competencia conlleva el desarrollo de:

- a. Habilidades de comunicación oral y escrita en el nivel C1 en Lengua Castellana, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.
 - c. Habilidades de comunicación a través de Internet y, en general, utilización de herramientas multimedia para la comunicación a distancia.
5. Desarrollar aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía. La concreción de esta competencia implica el desarrollo de:
- a. La capacidad de actualización de los conocimientos en el ámbito socioeducativo.
 - b. La adquisición de estrategias y técnicas de aprendizaje autónomo, así como de la formación en la disposición para el aprendizaje continuo a lo largo de toda la vida.
 - c. El conocimiento, comprensión y dominio de metodologías y estrategias de autoaprendizaje.
 - d. La capacidad para iniciarse en actividades de investigación.
6. Desarrollo de un compromiso ético en la configuración como profesional, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos. El desarrollo de este compromiso se concretará en:
- a. 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.
 - b. El conocimiento de la realidad intercultural y el desarrollo de respeto, tolerancia y solidaridad hacia los diferentes grupos sociales y culturales.
 - f. La valoración del impacto social y medioambiental de las propias actuaciones y de las del entorno.

Competencias Específicas

En el presente Trabajo de Fin de Grado, incorporo competencias específicas relacionadas con los objetivos que me he propuesto abordar con su realización:

1. Conocer los desarrollos de la psicología evolutiva de la infancia en el periodo 3-6.

2. Capacidad para saber promover la adquisición de hábitos en torno a la autonomía, la libertad, la curiosidad, la observación, la experimentación, la imitación, la aceptación de normas y de límites, el juego simbólico y heurístico.
3. Conocer la dimensión pedagógica de la interacción con los iguales y los adultos y saber promover la participación en actividades colectivas, el trabajo cooperativo y el esfuerzo individual.
4. Capacidad para saber ejercer las funciones de tutor y orientador en relación con la educación familiar.
5. Capacidad para analizar e incorporar de forma crítica las cuestiones más relevantes de la sociedad actual que afecten a la educación familiar y escolar.
6. Diseñar y organizar actividades que fomenten en el alumnado los valores de no violencia, tolerancia, democracia, solidaridad y justicia y reflexionar sobre su presencia en los contenidos de los libros de texto, materiales didácticos y educativos, y los programas audiovisuales en diferentes soportes tecnológicos destinados al alumnado.
7. Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella y abordar la resolución pacífica de conflictos.
8. Capacidad para saber detectar carencias afectivas, alimenticias y de bienestar que perturben el desarrollo físico y psíquico adecuado de los estudiantes.
9. 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.
10. Capacidad para saber atender las necesidades del alumnado y saber transmitir seguridad, tranquilidad y afecto.
11. 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.
12. Capacidad para comprender que la observación sistemática es un instrumento básico para poder reflexionar sobre la práctica y la realidad, así como contribuir a la innovación y a la mejora en educación infantil.
13. Comprender y utilizar la diversidad de perspectivas y metodologías de investigación aplicadas a la educación.
14. Capacidad para saber valorar la relación personal con cada alumno o alumna y su familia como factor de calidad de la educación.

15. Comprender la función, las posibilidades y los límites de la educación en la sociedad actual y las competencias fundamentales que afectan a los colegios de educación infantil y a sus profesionales.

1. RESUMEN

Conocemos la etapa de Educación Infantil, como aquella en la que se trabajan todos los aspectos de la educación, se trata de una educación integral en la cual tiene que haber un sitio para el desarrollo y la expresión de las emociones de todos los alumnos. Por ello, una vez investigada y estudiada toda la teoría sobre la inteligencia emocional, definiendo las distintas inteligencias múltiples, además de destacar la importancia de las emociones en la edad escolar, se realizará una programación para la tercera etapa de Educación Infantil que ayude a desarrollar la Inteligencia Emocional. Esta propuesta contempla una serie de actividades que se relacionan con la edad y los objetivos propuestos en este proyecto, el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los niños de Educación Infantil.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, Emoción, Inteligencias Múltiples, Educación Infantil.

ABSTRACT

We know the kindergarten stage as the one in which we work all aspects of education, it is a comprehensive education in which there must be a site for the development and expression of emotions of all students. Therefore, once investigated and studied all the theory of emotional intelligence, defining the different multiple intelligences, while highlighting the importance of emotions in school age, there will be a schedule for the third stage of Early Childhood Education to help in the development of Emotional Intelligence. This proposal includes a series of activities that relate to the age and the objectives proposed in this project, the development of emotional intelligence in preschool children.

Keywords: Emotional intelligence, Emotion, Multiple Intelligences, Early Childhood Education.

2. INTRODUCCIÓN

Las emociones tienen un papel importante en nuestras vidas; existe una relación constante entre emoción, comportamiento y pensamiento, de tal forma que van retroalimentándose entre ellas constantemente. Diversos problemas de la sociedad actual están relacionados con las emociones: ira, odio, rabia...etc., que están en la raíz de conflictos como la ansiedad, miedos, violencia, estrés, fobias, estados depresivos, etc. Estas situaciones explican la necesidad de incorporar en nuestras vidas las competencias emocionales, entendidas como competencias básicas para la vida.

En la Etapa infantil se observan áreas como el área de autonomía personal, identidad y el área del medio físico y social, en las que se incluyen aspectos relacionados con el desarrollo emocional; este tipo de desarrollo se introduce de forma transversal en todas las actividades, pero únicamente en esta etapa, se marcan objetivos de forma explícita en temas que tienen relación con la identidad del niño, con el manejo y control de sus sentimientos y emociones, incluyendo el de los demás. Pero no solo en Educación infantil se deberían trabajar estos aspectos, sino también en la Etapa de primaria (una de las etapas “conflictivas” en la cual los niños comienzan a esconder o rechazar emociones), donde los niños siguen formando su personalidad y forma de actuar e interactuar frente a sus compañeros.

Relacionando este proyecto con las competencias que los estudiantes del Título de Grado Maestro en Educación Infantil debemos adquirir durante nuestra formación y expuestos en la ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, que regula el Título de Maestro en Educación infantil, se profundizará en aquellas que tienen más relación con el tema elegido para la realización de este trabajo. Es necesario que los maestros y maestras de Educación Infantil conozcamos la dimensión pedagógica de la interacción mutua y promovamos la participación en actividades colectivas, el trabajo cooperativo y el esfuerzo individual. En cuanto a la relación con las familias de nuestro alumnado es importante saber dominar habilidades sociales para el trato y la relación con la familia, pues ello nos ayudará a mantener y crear lazos de confianza y colaboración.

Los maestros y maestras, deberíamos tener capacidad y motivación para llevar a cabo funciones de tutor y orientador en tanto para los alumnos como para los familiares; es imprescindible saber trabajar en equipo con otros compañeros tanto fuera como dentro del centro, al igual que participar en la toma de decisiones y en órganos de coordinación docente.

Otro de los aspectos que tiene bastante relevancia es que, tengamos la capacidad para analizar e incorporar de forma crítica las cuestiones más unánimes de la sociedad actual que puedan afectar a la educación del alumnado, la familiar y la escolar.

Por todo ello, es necesario que todos los maestros/as seamos formados en cada una de las competencias básicas para poder adquirir y transmitir a los alumnos en todas estas competencias, materias y áreas.

Este trabajo pretende intensificar la importancia de llevar a cabo un proyecto que trabaje la inteligencia emocional con los alumnos de educación infantil, de manera que desde los primeros años de vida del niño vaya conociéndose a sí mismo y a los demás, controlando sus emociones, intentando conseguir los objetivos que se plantee y relacionándose de manera adecuada con los demás.

3. OBJETIVOS

A continuación veremos los objetivos que más relevantes a la hora de realizar este trabajo:

- Aceptar y promover la necesidad de incluir las emociones en el currículum de Educación Infantil.
- Fomentar el autoconocimiento de uno mismo.
- Aprender a controlar los sentimientos y emociones propias.
- Controlar emociones propias y saber identificar la de los demás.
- Adquirir una serie de habilidades sociales que nos permitan integrarnos en el entorno social.

Trabajar en Educación Infantil los sentimientos y emociones dentro del aula, es uno de los objetivos prioritarios que debe tener presente el tutor en todo momento. Lo que se pretende, como se ha recalcado anteriormente, es el desarrollo integral del alumnado; por lo tanto, debemos ayudarle y enseñarle a mejorar el autoconocimiento y la confianza

de uno mismo, apoyarle sobre el control de las emociones y los impulsos, y a aumentar su empatía y sus habilidades sociales. Así, debemos darnos cuenta de la necesidad de llevar a cabo un proyecto de innovación educativa para poder trabajar una educación en emociones e interrelaciones entre el grupo de niños y niñas de Educación Infantil, analizando cómo se desarrollan en el aula o cómo debieran desarrollarse; esto se realizaría a través de algunas actividades concretas, y contemplando el juego como una herramienta para desarrollar comportamientos emocionales y habilidades sociales.

4. JUSTIFICACIÓN

Vivimos en una época de grandes cambios y evolución, sobre todo con las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. Ahora bien, consideramos que aunque esto sea un avance importante, no debemos olvidar el mundo de las emociones. Por ello, como profesionales es necesario trabajar en la importancia que a la vez tienen el conocernos como personas y ayudar a nuestros alumnos a conocerse proporcionándoles unos valores, unas metas y un conocimiento del ser humano. Gardner (2001) ha hecho hincapié en la necesidad de comprender la inteligencia en función de las diferentes clases de conocimiento que tienen lugar de modo natural en el ámbito cotidiano.

El niño desde su primer día de vida, experimenta un aprendizaje emocional grandísimo en el seno familiar, pues aprende valores, además de interpretar el mundo a través de los ojos de los padres y de las personas que le rodean, lo que irá modelando el desarrollo de su inteligencia emocional; el siguiente contexto significativo que el niño se encontrará es la escuela. Ésta debe tener como meta el educar a los alumnos para que puedan entender y dar respuesta a las situaciones con las que se van a encontrar en la sociedad, de ahí la importancia de trabajar en el ámbito escolar la inteligencia emocional.

Como profesionales en el sector de la educación, debemos ayudar a nuestros alumnos a ser personas emocionalmente sanas, con actitudes positivas, expresivas, que conecten y controlen sus sentimientos y emociones, así como a enseñarles estrategias para la toma de decisiones y superación de problemas o dificultades que surgen en la vida; gracias al desarrollo de las emociones se irá desarrollando su mundo interior con armonía.

No podemos olvidar que el juego está presente en la metodología de la Educación Infantil, y que además es una de las herramientas fundamentales para explorar e intensificar las emociones de los niños, por ello podemos hacernos una serie de preguntas como: ¿para qué sirve? o ¿qué importancia tienen en el contexto educativo?

Diferentes autores han dado respuesta a estas preguntas:

Un estudio realizado por Piaget (1986) sobre la formación del simbolismo en el niño, nos señala que el juego adopta diferentes formas en toda la etapa del desarrollo infantil, siendo una consecuencia directa de las transformaciones que sufren, al mismo tiempo que las estructuras intelectuales; de los dos elementos que existen en toda adaptación inteligente a la realidad, el juego está unido a la asimilación, y, antes de construir estructuras estables con las que adaptarse al medio de modo eficaz, el niño oscila entre acomodaciones que le obligan a reorganizar sus pautas de conducta en función de la presión del mundo externo.

Quizá lo más relevante de la formulación piagetiana es que el niño tiene la necesidad de jugar, puesto que esa es su forma de interaccionar con una realidad que le desborda en todos los sentidos; desde una perspectiva positiva, el juego sirve para consolidar las estructuras intelectuales a medida que se van adquiriendo.

Vigotsky (1996), considera que Piaget tenía razón en cuanto a que se trata de una representación mental, pero el concepto es limitado al verlo sólo como un proceso cognitivo; su atención únicamente se centra en los aspectos afectivos, las circunstancias del sujeto y las motivaciones. El mundo imaginario del niño es, además, no arbitrario, pues está gobernado por una serie de reglas muy estrictas.

Actualmente, Pérez Lara (2011) en un estudio acerca del juego en Educación Infantil, dice que éste es la actividad natural del niño o la niña, por lo tanto, deberá presentarse en la mayoría de las actividades de Educación Infantil, ayudando así a establecer el desarrollo máximo de las capacidades.

Tanto en la escuela como en el ámbito familiar, los niños pasan una gran parte del tiempo jugando, ya sea de forma individual como en grupo, dirigidos por un adulto o

libremente, con una intención pedagógica o lúdica, todo ello hace que el juego tenga un gran valor educativo.

El juego en el ámbito familiar se hace latente desde los primeros días del niño, desde la selección de los juguetes, hasta el tiempo lúdico que dedican los padres a sus hijos; desde ese momento les transmiten valores y una nueva forma de ver el mundo que ayudará a los niños y niñas a desarrollar sus capacidades tanto afectivas como intelectuales.

En cuanto al juego en las aulas de Educación infantil, éste forma un papel muy relevante, y esto se refleja en las actividades diarias; a través de los distintos espacios concretos del aula dedicados únicamente al juego, en los cuales, los niños desarrollan distintos elementos como: la orientación en el espacio, la expresión corporal y artística, las relaciones sociales, el simbolismo, la imaginación, la creatividad.

Todo ello hace que el juego ayude al niño a ser más extrovertido con los demás, a ser empático, a respetar reglas, a compartir y a cuidar los materiales que son de otros.

Lo expuesto en párrafos anteriores se puede justificar dentro del Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, ya que nos habla de las emociones a lo largo de todo el currículo y más concretamente en los siguientes puntos:

- Artículo 2, en el cual se citan los fines de la Educación Infantil. En este artículo hablan sobre desarrollar a los alumnos física, afectivo, social e intelectualmente, además de la comunicación, el lenguaje, y la convivencia y relación social.
- Artículo 3 donde se exponen los objetivos de dicho ciclo educativo, y centrándose en la necesidad de tener desarrollada la capacidad afectiva al terminar la Educación Infantil.
- El Artículo 4 nos introduce las áreas a tener en cuenta, y más adelante nos especifica que pretende cada una de ellas. Lo podemos relacionar con el tema de las emociones puesto que el trabajo que se realiza con los alumnos se tiene que dar dentro de un ambiente afectivo y que les aporte confianza, para así potenciar su autoestima y la integración social.

5. ÁREAS EDUCACIÓN INFANTIL

5.1 ÁREA CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL

Se habla de la madurez del niño y la necesidad de establecer relaciones afectivas con los demás, a través de la interacción con el medio, la conciencia emocional, dándose cuenta de que cada persona es diferente e ir adquiriendo progresivamente independencia sobre los adultos.

Los sentimientos que vayan desarrollando debe contribuir a la elaboración del concepto personal permitiéndoles actuar según sus posibilidades y/o limitaciones, esto les conducirá a un desarrollo pleno y armónico, que a su vez les ayudará a relacionarse con el entorno. También tendrán la oportunidad de percibir las sensaciones, aprender a disfrutar de ellas y a expresarlas con el cuerpo en cada momento. Un paso más allá es el reconocimiento de las mismas emociones pero en sus compañeros, impidiendo así la aparición de actitudes discriminatorias.

Todo esto se puede relacionar con los siguientes objetivos:

- Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
- Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros.
- Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración, evitando comportamientos de sumisión o dominio.
- Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.

Como criterios de evaluación de esta área que podemos relacionar:

- Se evalúa también a través de este criterio, la formación de una imagen personal ajustada y positiva, la capacidad para utilizar los recursos propios, el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones, y la confianza para emprender nuevas acciones. Han de manifestar, igualmente, respeto y aceptación por las características de los demás, sin discriminaciones de ningún tipo, y mostrar actitudes de ayuda y colaboración.
- Participar en juegos, mostrando destrezas motoras y habilidades manipulativas, y regulando la expresión de sentimientos y emociones.

5.2 ÁREA CONOCIMIENTO DEL ENTORNO

Esta área se puede relacionar con el conocimiento y la apreciación de la diversidad y riqueza del medio que nos rodea, sabiendo que las personas formamos parte de él y que en cierto modo estamos vinculados al mismo. Es la base para fomentar desde la escuela actitudes habituales de respeto y cuidado, estableciendo experiencias amplias que les acercarán al conocimiento de las personas y de las relaciones interpersonales, generando la sólida base de su socialización. Se deberá tener 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.

Los siguientes objetivos son los que más se acercan al ámbito emocional:

- Relacionarse con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.
- Conocer distintos grupos sociales cercanos a su experiencia, algunas de sus características, producciones culturales, valores y formas de vida, generando actitudes de confianza, respeto y aprecio.

El bloque 3 de contenidos, “Cultura y vida en sociedad” se puede relacionar con este proyecto, ya que nombra a la familia y la escuela como primeros grupos sociales de pertenencia, unido a relaciones afectivas que con estos se establecen, intentando que sean respetuosas, afectivas y recíprocas.

Y en los siguientes criterios de evaluación, de igual modo, encontramos relación:

- La toma de conciencia sobre la necesidad de lo social, se estimará verbalizando algunas de las consecuencias que, para la vida de las personas, tendría la ausencia de organizaciones sociales, así como la necesidad de dotarse de normas para convivir.

- Se observará, asimismo, su integración y vinculación afectiva a los grupos más cercanos y la acomodación de su conducta a los principios, valores y normas que los rigen. Especial atención merecerá la capacidad que niñas y niños muestren para el análisis de situaciones conflictivas y las competencias generadas para un adecuado tratamiento y resolución de las mismas.

5.3 ÁREA LENGUAJES: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN

Esta área habla de las diferentes formas de representación y comunicación, relacionándolos con los sentimientos, pensamientos y vivencias, aparte de la importancia de interactuar con los demás, uniendo de este modo, el mundo exterior e interior de cada uno.

El lenguaje oral es uno de los instrumentos más relevantes en el aprendizaje, regulando conductas, manifestación de vivencias, ideas, sentimientos, emociones, etc.

Los niños y niñas a través de los lenguajes desarrollan su imaginación y creatividad, aprenden y cimentan su identidad personal, mostrando sus emociones, sus sentimientos, su conocimiento del mundo y su percepción de la realidad; además son instrumentos de comunicación, intercambio y relación, importantes para expresar y gestionar sus emociones y para representarse la realidad.

Los objetivos de esta área que más se relacionan con lo emotivo son:

- Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, de representación, aprendizaje y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos, y valorar la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia.
- Expresar emociones, sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.

Y los contenidos se diferenciarán en bloques:

Dentro del bloque 1 “Lenguaje verbal (escuchar, hablar y conversar)” se resaltarán lo referente a la utilización y valoración de la lengua oral para relatar acontecimientos y hechos, con la finalidad de explorar conocimientos para expresar y comunicar ideas y sentimientos, además de ser una ayuda para regular la conducta propia y de los demás.

Recitando textos de carácter poético, de tradición cultural o de autor, es decir acercándonos a la literatura, podemos apreciar la belleza que producen las palabras.

El bloque 3 “Lenguaje artístico” defiende que a través de este lenguaje se pueden expresar y comunicar sentimientos, vivencias, hechos o fantasías a través del dibujo y otras producciones plásticas.

Los criterios de evaluación relacionados son:

- Se valorará el interés y el gusto por la utilización pertinente y creativa de la expresión oral para regular la propia conducta, para relatar vivencias, razonar, resolver situaciones conflictivas, comunicar sus estados anímicos y compartirlos con los demás. Igualmente este criterio se refiere a la capacidad para escuchar y comprender mensajes, relatos, producciones literarias, descripciones, explicaciones, informaciones que les permitan participar en la vida del aula.
- Expresarse y comunicarse utilizando medios, materiales y técnicas propios de los diferentes lenguajes artísticos y audiovisuales, mostrando interés por explorar sus posibilidades, por disfrutar con sus producciones y por compartir con los demás las experiencias estéticas y comunicativas.

6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

6.1 REVISIÓN TEÓRICA DE LAS EMOCIONES

Antes de centrarnos en la inteligencia emocional, considero oportuno definir brevemente qué es la emoción y la importancia de impartir una educación emocionalmente significativa. La emoción se considera un sentimiento interno, natural, que aparece al margen de la voluntad personal.

Goleman (1996) nos dice que:

Las emociones son las que proporcionan el lazo de continuidad en la vida, bajo la forma de un rasgo de personalidad. Éstas son actos conscientes o inconscientes que según la experiencia o los sucesos acontecidos van a estar predispuestas a una u otra respuesta; en el caso del miedo o ansiedad, las señales que llegan a la parte emocional del cerebro nos indica una respuesta de huida, sin dejar paso a la mente racional, simplemente hay que escapar, esta herencia

que nos dejaron nuestros antepasados era primordial para escapar de depredadores y usar toda la energía necesaria en la huida, por ello la parte racional se quedaba anulada. Hoy en día ese hecho no tiene relevancia, por lo que en momentos angustiosos o de estrés hay que saber controlar nuestros impulsos llevados por las emociones para no caer en un estado de shock y poder reaccionar de forma racional. Pero como dijo Aristóteles, “el problema no radica en las emociones en sí, sino en su convivencia y en la oportunidad de su expresión” (citado en Goleman 1996, p. 17)

“El término emoción de las mismas se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan”. (Goleman, 1996, p.24)

“Las emociones básicas son estados discretos del organismo, determinados genéticamente y regulados por estructuras nerviosas subcorticales, que tienen un valor adaptativo para los individuos bajo determinadas circunstancias estimulares”. (Iglesias, Loeches y Serrano, 1989, p.13)

En los últimos años hemos asistido a grandes investigaciones científicas sobre las emociones; además, gracias a las nuevas tecnologías se han desvelado misterios sobre el funcionamiento cerebral mientras estamos pensando, soñando, imaginando, sintiendo, etc.; estos datos nos llevan a la comprensión de los funcionamientos emocionales y de cómo se pueden canalizar los mismos hacia el bien o el mal.

D. Goleman (1996) afirmaba que:

Las emociones nos permiten afrontar situaciones complicadas o difíciles, de tal forma que puedan ser aceptadas y resueltas únicamente por el intelecto; por ello cada emoción nos predispone de un modo distinto a la acción (como hemos visto en el caso del miedo, cada emoción señala una dirección que permitía, en el pasado, resolver adecuadamente los desafíos a los que estaba sometida la raza humana), (p. 35)

Por esta razón podemos comprender que nuestro instinto emocional tiene un gran valor de supervivencia y esta importancia se ve afirmada por el hecho de que las emociones han terminado incidiendo en el sistema nervioso en forma de tendencias innatas y automáticas de nuestro corazón.

Las emociones en momentos cruciales y de peligro en la vida son puramente sabias, pues el instinto de supervivencia y protección hacen saltar todas las alarmas que activan conexiones cerebrales que nos impulsan a reaccionar de una manera, sin llegar a estimar alguna posible solución racional; esto ha llevado a un retraining obligado de las emociones, intentos que impone la sociedad para frenar, someter y domesticar la vida emocional de las personas, como dijo Freud en el libro “El malestar cultural”:

“la sociedad se ha visto obligada a imponer normas externas destinadas a contener la desbordante marea de los excesos emocionales que brotan del interior del individuo” (citado en Goleman, 1995, p. 24).

Cada emoción lleva su propia señal biológica, que lleva a desempeñar un papel único en nuestro repertorio emocional, es decir, cada emoción predispone al cuerpo a un tipo diferente de respuesta. A continuación veremos unos ejemplos sobre la acción y repercusión que cada acto conlleva según Goleman (1995):

- El *enfado*, suficiente energía para cometer acciones violentas.
- En el caso del *miedo*, como hemos visto anteriormente, la sangre baja hacia la musculatura esquelética larga (piernas) favoreciendo la huida.
- En cuanto a la *felicidad*, uno de los cambios biológicos producidos es el aumento en la actividad en una zona del cerebro que inhibe todo sentimiento negativo, al mismo tiempo que aumenta la energía disponible; en este caso no hay una respuesta corporal especial, sino un cambio fisiológico que lleva a una sensación de tranquilidad que hace recuperar al cuerpo de excitaciones biológicas provocadas por emociones perturbadoras negativas, como pueden ser las preocupaciones.
- El *amor*, los sentimientos de ternura y satisfacción sexual activan el sistema nervioso parasimpático, ligado a una respuesta de relajación que impulsa reacciones al cuerpo que dan lugar a un estado de calma y satisfacción que favorece la convivencia.

-En cuanto a la *sorpres*a, vemos un cambio en el arqueamiento de las cejas que proporciona más información a través de la luz y las imágenes introducidas por la retina, facilitando el descubrimiento de lo que ocurre a nuestro alrededor y permitiendo elaborar un plan de acción adecuado, si fuera necesario.

-El gesto de *desagrado* permite transmitir un mensaje de repulsión para el gusto o el olfato.

-El sentimiento de *tristeza* trata de ayudar a la asimilación de una pérdida sin solución (como la muerte de un ser querido o desengaño); ésta causa una disminución de la energía y el entusiasmo por actividades vitales, en casos graves lleva a depresiones, lo que vulnera de forma significativa el metabolismo corporal. (p. 53-54)

En la Inteligencia Emocional, expresión popularizada por Goleman (1996):

“El estudio de las emociones ha experimentado un gran avance en los últimos tiempos; las emociones forman un papel muy importante para explicar el comportamiento de los humanos”. (p.57)

Según Barch y Darder (2002):

La educación emocional debe partir de actividades afectivas cuya intención es fomentar la creación de una interrelación entre pensamiento, emoción y acción, que les permita hacer frentes a los problemas sin que su autoestima se vea afectada. Este tipo de educación se basa en dos factores claves: la voluntad y el esfuerzo personal, importante para el desarrollo íntegro de la persona (citado en Palou, 2004, p.25).

Solovey y Mayer (1990) destacan que:

“El concepto de inteligencia emocional engloba todas las capacidades como la comprensión de las emociones y la compasión” (citado en Palou 2004, p.16).

Goleman (1996) verifica que:

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo, que está relacionado con los sentimientos y habilidades tales como el control de los impulsos nerviosos, la empatía, etc., que configuran rasgos del carácter como la

autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensable para una buena y creativa adaptación social (p.48)

A continuación se mencionarán una serie de autores que enumeraran los diferentes elementos de la inteligencia emocional.

Goleman, (1996) destaca los siguientes elementos:

“Conocimiento de las propias emociones; capacidad de controlar las emociones; capacidad de motivarse a sí mismo; reconocimiento de las emociones ajenas; y control de las relaciones”. (p. 80-81)

Gallego y otros, (1999):

Autoconciencia; autocontrol; automotivación; empatía; y habilidades sociales. (p.39)

A continuación se estudiará con mayor profundidad los elementos presentados por Gallego y otros (1999):

- Autoconocimiento. Habilidad del hombre para interpretar los mecanismos físicos, mentales y emocionales que operan en la vida diaria dentro de él. Los componentes del autoconocimiento son:

- * Capacidad para asociar signos físicos con emociones.
- * Detección de pensamiento negativo.
- * Correcta evaluación de reacciones, habilidad para hacer una distinción clara entre ellas.
- * Eficiencia en manejar y dirigir el pensamiento, sentimiento y conducta como un valor personal.

- *Autocontrol*. Permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento. Aporta a su vez una mayor tolerancia a la frustración y un mejor manejo de la ira, una mayor capacidad para expresar el enfado de manera adecuada, aporta sentimientos positivos con respecto a uno mismo y hacia los demás, un mejor control del estrés, una menor sensación de aislamiento y de ansiedad social... El conocimiento de las propias emociones aportará una mayor comprensión de las causas de nuestros sentimientos, un

reconocimiento de las diferencias existentes entre los sentimientos y las acciones. El conocimiento de uno mismo constituye la piedra angular de la inteligencia emocional.

- *Automotivación*. Habilidad para estar en un estado de continua búsqueda y persistencia en la consecución de los objetivos, haciendo frente a los problemas y encontrando soluciones. Esta competencia se manifiesta, por ejemplo, en las personas que muestran un gran entusiasmo por su trabajo y por el logro de las metas por encima de la simple recompensa económica o académica traducida en notas altas, además de un alto grado de iniciativa y compromiso y con gran capacidad optimista en la consecución de sus objetivos. La capacidad de motivarse a uno mismo, el control de la vida emocional, puede resultar esencial para alentar y mantener la atención, la motivación y la creatividad, etc.

- *Empatía*. Es el reconocimiento y la comprensión de las emociones ajenas, aportan la capacidad de asumir el punto de vista de otra persona, una mayor sensibilidad hacia los sentimientos de los demás y una mayor capacidad de escucha.

- *Habilidades Sociales*. El control de las relaciones es una habilidad que presupone relacionarnos adecuadamente con las emociones ajenas. Que tengamos un trato adecuado con los demás depende de nuestra capacidad de crear y cultivar las relaciones, de reconocer los conflictos y solucionarlos, de encontrar el tono adecuado y de percibir los estados de ánimo de los demás. (p. 54-55)

Palou (2004), considera que:

El motor emocional está formado por distintas piezas y sus capacidades a desarrollar. Su motor emocional estaría compuesto por cuatro piezas interrelacionadas entre sí, son: el entorno social (cojín afectivo que simboliza el cariño y el grado de cariño que nos permite sentirnos valorados, comprendidos y respetados. La representante principal de este cojín es la familia, pues ésta influye de un modo importante en nuestro crecimiento emocional. Capacidad de socialización); diálogo interno (nos permite comunicarnos con nosotros mismos y volver a conectarnos con el resto del mundo, conociendo ya de antemano nuestras emociones y formas de reaccionar ante variadas situaciones); equiparabilidad entre la proximidad y la distancia (complejo y delicado); y la sensibilidad estética (imagen de un lazo que simboliza la cultura). (p. 36-37)

Se ha mencionado a esta autora, porque aunque su obra no hable directamente de la inteligencia emocional, que es el tema tratado, habla del tema de las emociones y las piezas descritas por ella, pues tienen muchos aspectos en común con lo desarrollado en los apartados por Gallego y otros (1999).

Como bien recoge en su obra A. Catret (2002) algunos autores mencionados en la misma como Peter Salovey y John Mayer, en 1990, profundizaron en teorías sobre la inteligencia emocional. Estos la definen como: “la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás utilizándolos como una guía de pensamiento y acción” (p. 38). Aparte diferencian los distintos ámbitos de la inteligencia emocional:

- El conocimiento de los sentimientos propios.
- Las habilidades para percibir los de los demás.

Catret (2002), afirma que:

La afectividad es y será una asignatura muy importante y pendiente en la educación y en la formación de los niños tanto en la familia como en la escuela, por eso la tienen que trabajar tanto los profesores como los padres. Las causas pueden ser la ausencia de habilidades sociales en los padres o la falta de formación o aptitud para forjar y modelar esta faceta, que llega a ser más importante para el futuro de los más pequeños (p. 45).

Según Catret (2002):

Las emociones son las protagonistas del mundo interior y de las relaciones con los demás. No es correcto negar o ignorar su existencia ni dejar en evidencia las repercusiones que tiene en la cabeza y en el corazón de todo ser humano (p. 50).

Esta autora también señala en su obra que la inteligencia aporta una serie de beneficios a las personas que las convierten en seres muy valiosos en ámbitos profesionales: respeto por la familia, sensibilidad hacia un desarrollo integral de la persona, integración de objetivos culturales, y con un esquema de prioridades en la cabeza que los capacita para dar a cada ámbito de su vida el tiempo que necesita.

Goleman, (1999) se refiere a la inteligencia emocional como:

“La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos” (p. 39).

El autor también nos intenta mostrar la importancia que supondría fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional desde un modo completamente nuevo, y tener en cuenta la existencia de errores acerca de ésta.

En primer lugar deja claro que la inteligencia emocional no significa solo “ser amable”. En segundo lugar, la inteligencia emocional tampoco quiere decir que debemos dar rienda suelta a nuestros sentimientos y “dejar al descubierto todas nuestras intimidades”, sino a la capacidad de expresar nuestros propios sentimientos del modo más adecuado y eficaz.

6.2 INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

El primer autor que habla de la palabra inteligencia es Gardner, y más concretamente, de la inteligencia humana definida como un potencial psicológico para resolver problemas o crear productos nuevos que son valorados, al menos, en un contexto cultural (2005, p. 19). Este mismo autor partiendo de esta inteligencia diferencia ocho diferentes, las cuales pueden estar presentes en armonía dentro de una misma persona. Estas fueron clasificadas en dos períodos, siendo el primero el más predominante como vemos en las siguientes líneas:

En 1983 Gardner concluye siete habilidades que satisfacían estos criterios de modo razonable:

Lingüística, lógico-matemática, musical, espacial, corporal quinestésica (como se ejemplificó con los atletas, bailarines y otros actores físicos), interpersonal (la habilidad para captar los estados de ánimo de los otros, las motivaciones y otros estados mentales), e intrapersonal (la habilidad para acceder a los sentimientos de uno mismo y recurrir a ellos para guiar el comportamiento). Las dos últimas unidas pueden considerarse como la base de la inteligencia emocional (aunque

en su versión se centran más en la cognición y el conocimiento que en los sentimientos). (p. 56-57)

En 1995, recogiendo nuevos datos que se ajustan a los criterios, este autor añadió una octava inteligencia- la del naturalista, que permite el reconocimiento y categorización de objetos naturales (Gardner, 2005, p. 20).

Tras conocer y definir las ocho inteligencias es el mismo Gardner (2005) quién decide que deben estar englobadas dentro de una teoría donde se relacionen con la implicación que tienen dichas inteligencias en los individuos. La teoría de las Inteligencias Múltiples (o teoría IM, como ha llegado a ser denominada) tiene dos postulados fuertes:

El primero es que todos los seres humanos poseen todas esas inteligencias; en efecto, todos ellos pueden representar colectivamente una definición del *Homo Sapiens*, cognitivamente hablando. El segundo postulado es que así como todos nosotros nos vemos diferentes y tenemos personalidades y temperamentos diferentes, también tenemos diferentes perfiles de inteligencia; no hay dos individuos, ni siquiera dos gemelos idénticos o clones que tengan exactamente la misma combinación de perfiles, con las mismas fuerzas y debilidades. Incluso en el caso de herencia genética idéntica, los individuos pasan por experiencias diferentes e intentan distinguir sus perfiles uno del otro (p.20).

Se debe considerar dicha teoría como una herramienta que de apoyo a los objetivos educativos. Y deberían estar dirigidos a crear individuos responsables, sensibles al arte y centrados en materias escolares.

Gardner (2005) también nos dice que:

Con el objetivo de seguir empleando las Inteligencias Múltiples se desea que se tenga una visión más amplia y se les considere como competencias; que se cambien los instrumentos tradicionales basados en preguntas cortas por evaluaciones con demostraciones o simulaciones de la vida real y, que se empleen para una enseñanza y evaluación más eficaces, que podrían centrarse en la teoría de la evolución o la música de Mozart y el Holocausto (p. 63).

Cada persona desarrolla unas inteligencias más que otras. Diferentes culturas y segmentos de la sociedad ponen diferentes énfasis en ellas. Estas son:

- *Inteligencia lingüística*. Es la inteligencia que nos ayuda a ser hábiles con las palabras, a utilizarlas de forma más adecuada, aprender idiomas o expresarnos mejor.

Quienes desarrollen más la inteligencia lingüística tenderán a escribir y leer mucho, aprender idiomas, explicar cuentos o contar chistes.

- *Inteligencia lógico-matemática.* Es la inteligencia que ayuda a resolver problemas algorítmicos, memorizar números o datos, comprender la lógica de las cosas, etc. Jugar al ajedrez, resolver acertijos o ejercicios matemáticos, establecer relaciones causa-efecto, observar patrones,... son formas de ponerla en práctica.

- *Inteligencia musical.* La inteligencia musical es la que permite apreciar y distinguir los ritmos, las melodías, las diferentes estructuras musicales, el timbre, el tono o los instrumentos que participan en una pieza. La inteligencia musical se desarrolla cantando, escuchando música, tocando un instrumento o escribiendo canciones.

- *Inteligencia visual y espacial.* Es la inteligencia relacionada con las imágenes; permite visualizar objetos mentalmente o comprender la composición de los mismos, comparar colores, etc. Dibujo, arte, diseño, fotografía o arquitectura son algunas de las disciplinas más relacionadas con esta inteligencia, también el Mecano o Lego están relacionados (objetos en 3 dimensiones).

- *Inteligencia cinético-corporal.* Es la inteligencia que te permite tener un mejor control de tu cuerpo y entenderte o expresarte mejor con éste. Se desarrolla practicando deporte, utilizando el cuerpo como medio de expresión o realizando manualidades. Lo más interesante de esta inteligencia es que años atrás a quienes eran muy hábiles con su cuerpo pero poco hábiles con los números o las letras no se les consideraba inteligentes.

- *Inteligencia interpersonal.* Seguramente una de las que más desarrolladas tiene Gardner, la inteligencia interpersonal te permite comprender a los demás y su comportamiento. Es la inteligencia que te permite relacionarte mejor con las personas, y por tanto, la clave de que los resultados académicos y profesionales no siempre vayan de la mano. Estudiar psicología es una de las cosas que más puede ayudar a desarrollar esta inteligencia, la empatía se desarrolla mejor comprendiendo el lenguaje no verbal, los distintos tipos de personas o el comportamiento de la mente humana.

Esta habilidad daría lugar al concepto de empatía y habilidades sociales, expuestos por Goleman (1996), donde aborda la empatía como:

“La capacidad para reconocer las emociones ajenas; y las habilidades sociales como la manera de relacionarse con los demás de forma adecuada”. (p.67)

- *Inteligencia intrapersonal*. Es la que permite comprenderse mejor a uno mismo, si la inteligencia interpersonal analiza a las demás personas, la intrapersonal se basa en analizarse a uno mismo. Comprender lo que se siente y por qué, cuáles son tus puntos fuertes y en cuáles se puede mejorar, tener objetivos y una idea clara de cómo alcanzarlos, etc., son muestras de tu inteligencia intrapersonal.

A su vez esta habilidad daría lugar a los elementos de autoconcepto, autocontrol y automotivación, recogidos por Goleman (1996), ya que resalta la importancia de conocerse a uno mismo, la capacidad que tiene una persona para controlar sus emociones y de motivarse para conseguir sus objetivos.

- *Inteligencia naturalista*. Es la que te permite comprender mejor la naturaleza y el entorno en que nos encontramos.

En los años noventa, autores como Peter Salovey y John Mayer destacan algunas cualidades de la inteligencia emocional como:

“La comprensión de las propias emociones, la automotivación, la capacidad de ponerse en el lugar del otro, y de controlar las reacciones sociales” (p. 72)

Estas fueron tomadas por Goleman (1996), quien nos dice que:

La inteligencia emocional es un conglomerado de factores esenciales los cuales están estrechamente relacionados y que sirven para expresar y controlar los sentimientos de la manera más adecuada en el terreno personal y social. Incluye, por tanto, un buen manejo de los sentimientos, motivación, perseverancia, empatía o agilidad mental. Justo las cualidades que configuran un carácter con una buena adaptación social (p. 64)

6.3 LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL CONTEXTO ESCOLAR

El desarrollo de la inteligencia emocional en las aulas es un punto clave desde el punto de vista educativo, ya que contribuyen y benefician a todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Estas habilidades se pueden adquirir desde edades tempranas y ayudan a los niños a desarrollar una amplia gama de habilidades sociales y emocionales.

Goleman (1999) dijo que:

“Los factores que mejor van a diferenciar grupos de personas igualmente inteligentes, a quienes mostrarán una mayor capacidad de liderazgo, no son el cociente intelectual ni la habilidades técnicas, sino las relacionadas con la Inteligencia Emocional” (p.46)

En las primeras etapas, la fuerza de la interacción entre el maestro y el alumnado adquiere tanta importancia, que si no existiera, resultaría difícil para el niño crecer y desarrollarse en la inteligencia emocional a través de experiencias mediadas de aprendizaje afectivo.

7. DISEÑO Y EXPOSICIÓN DE SESIONES

A continuación expongo una serie de sesiones con sus respectivas actividades relacionándolas con las diferentes áreas y bloques del currículum de Educación Infantil, en este caso del segundo ciclo de esta etapa, centrándome en el último curso, con niños de 5-6 años de edad, (BOE núm. 5, Enero 2008) con el objetivo de disponer de distintos recursos y estrategias para conseguir desarrollar la Inteligencia Emocional, con habilidades y capacidades que el alumnado irá aprendiendo y experimentando.

Desarrollo de las sesiones: éstas se desarrollarán únicamente en los bloques con los que guarden más relación sobre el tema concreto, y dentro de las diferentes áreas, diferenciando en cada uno una temporalización, objetivos, contenidos, actividades y objetivos específicos.

Para desarrollar las actividades me he centrado en los cinco elementos clave de la inteligencia emocional creadas por Gallego y otros (1999), autoconciencia, autocontrol, automotivación, empatía y habilidades sociales.

7.1 CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL

Bloque 1. El cuerpo y la propia imagen.

-Sesión 1-

- Temporalización.
Cada sesión constará de una serie de actividades que se irán trabajando a lo largo del curso, alternando, según el tema y las circunstancias dadas en clase los distintos bloques, intentando desarrollarlas de dos a tres veces por semana.

- Contenidos.
 - Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás.
 - Iniciación a la toma de conciencia emocional y participación en conversaciones sobre vivencias afectivas.
 - Voluntad y esfuerzo para la adaptación progresiva de la expresión de los propios sentimientos y emociones, adecuándola a cada contexto.
 - Asociación y verbalización progresiva de causas y consecuencias de emociones básicas, como amor, alegría, tristeza o rabia.

- Objetivos generales.
 - Identificar necesidades, emociones o sentimientos, siendo progresivamente capaces de dominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, gradualmente los de los demás.
 - Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con el bienestar emocional, disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y sosiego.

- Actividades.

Asamblea emocional.

Dos o tres veces por semana, al inicio de las clases, haremos una asamblea en la cual los niños contarán algún acontecimiento o situación vivida los días anteriores, intentando

mostrar las emociones o sensaciones vividas en las mismas; desde el nacimiento de un familiar hasta una caída en el parque; de lo que se trata es que los niños recuerden la emoción producida por una acción o acontecimiento concreto, conceptualizándola a través de palabras como alegría, rabia o tristeza.

➤ **Objetivos específicos.**

- Tratar de concienciar al alumno sobre la importancia de comunicarse y transmitir las emociones y sentimientos vividos.
- Conseguir cierta empatía entre los alumnos, que puedan ser capaces de sentir o imaginarse la emoción vivida por el compañero.

Ponemos imagen a las emociones

En esta actividad trataremos de poner cara e imagen a las distintas emociones, a través de fichas los niños irán comentando que tipo de emoción ven, caras sonrientes, tristes, enfadadas, expresiones de miedo...etc.; los niños tendrán que identificar la emoción y el concepto, adquiriendo a su vez el conocimiento de sus propias emociones.

➤ **Objetivos específicos.**

- Identificar expresiones de emociones y sentimientos.
- Relacionar esas expresiones con las propias, teniendo conciencia de ellas.

Mostramos nuestras emociones

Con esta actividad tratamos de conseguir confianza y confianza con los niños para que sean capaces de verbalizar en cualquier momento y lugar las distintas emociones que experimentan según las distintas acciones; debemos mostrar a los niños la necesidad de expresarse emocionalmente para comprender sus actitudes o ayudarlos en casos más serios.

➤ **Objetivos específicos.**

- Confianza por parte de los niños hacia los adultos, familiares y profesores ante cualquier problema de salud emocional.

-Expresar sentimientos y emociones, concienciando al niño de su importancia.

7.2 CONOCIMIENTO DEL ENTORNO

Bloque 3. Cultura y vida en sociedad.

-Sesión 2-

- Contenidos.
 - Identificación de los primeros grupos sociales de pertenencia: familia y escuela; toma de conciencia vivenciada de la necesidad de su existencia y funcionamiento. Disfrute y valoración de las relaciones afectivas que en ellos se establecen.

- Objetivos generales.
 - Relacionarse con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas básicas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.

- Actividades.

Somos sociables

Para trabajar las habilidades sociales y la sociabilidad, se realizará una actividad que relacione el interés y atención por otras personas, la empatía y la capacidad en el manejo y expresión de las emociones; para esta actividad, dispondremos a los niños por parejas, intentando mezclar niños más extrovertidos con niños algo tímidos, a continuación daremos a cada pareja varias tiras de papel con frases cortas; cada frase tendrá un tema diferente, como por ejemplo una pelea entre amigos o una fiesta de cumpleaños de un compañero o familiar. Ambos niños leerán una de las frases y tendrán que contar su propia experiencia relacionándolo con el tema propuesto, se trata de una conversación mutua, en la cual ambos hablarán y opinarán sobre la misma. El maestro puede intervenir haciendo preguntas que pueden usar entre ellos, como ¿y qué hiciste cuándo te pasó eso?, ¿qué sentiste?, ¿estabas contento en la fiesta?...

Al final de la actividad cada niño contará algo sobre lo vivido por su compañero, intentando expresar lo que sintió, para hacerles partícipes de sentimientos y emociones ajenas, además de socializarse y entender el punto de vista del otro.

➤ **Objetivos específicos.**

- Mostrar interés hacia otros compañeros, con una conversación fluida.
- Tratar de empatizar con las dificultades y problemas ajenos.

Todos somos geniales

Todos los niños y la maestra se ponen en círculo, para empezar, la maestra cogerá una pelota pequeña, dirá el nombre del niño al que se la lanzará seguido de alguna característica buena del mismo, por ejemplo, “Julieta es buena dibujante”; cada niño se la lanzará a un compañero, siempre nombrándolo y añadiendo una característica positiva del mismo.

Con esta actividad, los niños mejorarán las relaciones sociales, la autoconfianza, seguridad y motivación.

➤ **Objetivos específicos.**

- Valorar las características positivas de los compañeros.
- Auto-valorarse positivamente.

Nos ponemos de acuerdo

El profesor organizará una pequeña fiesta en el aula, para ellos con ayuda de tarjetas y papeles de colores irá haciendo una lista con los diferentes aperitivos, juegos y disfraces; se hará una asamblea y cada niño elegirá su aperitivo, juego y disfraz que más le guste de la lista realizada. El profesor intervendrá guiando a los niños hacia un consenso añadiendo cosas positivas y negativas de cada elección, para que finalmente los propios niños consigan ponerse de acuerdo en la elección de un solo aperitivo, juegos y disfraz.

➤ **Objetivos específicos.**

- Saber escuchar los intereses y motivaciones de los compañeros.

-Ser receptivo y flexible ante las diferentes opiniones y sensaciones de los compañeros.

7.3 LENGUAJES: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN

Bloque 1. Lenguaje verbal.

-Sesión 3-

- Contenidos.
 - Utilización y valoración progresiva de la lengua oral para evocar y relatar hechos, para explorar conocimientos, expresar y comunicar ideas y sentimientos y como ayuda para regular la propia conducta y la de los demás.
 - Interés por compartir interpretaciones, sensaciones y emociones provocadas por las producciones literarias.

- Objetivos generales.
 - Apropiarse progresivamente de los diferentes lenguajes para expresar sus necesidades, preferencias, sentimientos, experiencias y representaciones de la realidad.
 - Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, de representación, aprendizaje y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos, y valorar la lengua oral como un medio de regulación de la conducta personal y de la convivencia.

- Actividades

Representamos emociones

Los niños harán un corro sentados, cada uno dispondrá de papel y lápiz, la maestra elegirá al azar a un niño y se situará en medio del corro, en un primer momento la maestra le susurrará al oído una emoción o sentimiento que el niño deberá representar. A medida que representa la emoción, sus compañeros deberán escribir el concepto relacionado, sin comentarlo en voz alta; al finalizar la actividad, cada niño deberá leer lo que ha escrito y todos deberán coincidir en el mismo concepto.

➤ Objetivos específicos.

- Conocer las distintas emociones y saber representarlas.
- Reconocer sentimientos y emociones de los compañeros.

Es tiempo de lectura

La maestra y los niños se dispondrán en asamblea, ésta escogerá un cuento concreto que trate el tema de los sentimientos, emociones y relaciones sociales; lo leerá detenidamente, poniendo énfasis en la representación de cada acontecimiento que se de en la lectura. Al finalizar la lectura del cuento, la maestra comenzará a realizar preguntas a los niños para verificar su comprensión: ¿de qué trata el cuento?, ¿qué le ocurre al personajes?, ¿porqué se siente así?, ¿podría haber pedido ayuda?...etc.

Con la realización de estas cuestiones conseguiremos la comprensión y comunicación de los niños, incorporando incluso, empatía y emoción directa por las circunstancias sufridas o experimentadas por el personaje.

➤ Objetivos específicos.

- Mostrar atención e interés por escuchar la lectura del cuento.
- Saber reconocer emociones a través de comportamientos o actitudes sufridos por el personaje.

Bloque 3. Lenguaje artístico

-Sesión 4-

- Contenidos.
 - Expresión y comunicación de hechos, sentimientos y emociones, vivencias, o fantasías a través del dibujo y de producciones plásticas realizadas con distintos materiales y técnicas.
 - Experimentar y expresarse utilizando los lenguajes corporal, plástico, musical y tecnológico, para representar situaciones, vivencias, necesidades y elementos del entorno y provocar efectos estéticos, mostrando interés y disfrute.

- Objetivos generales.
 - Apropiarse progresivamente de los diferentes lenguajes para expresar sus necesidades, preferencias, sentimientos, experiencias y representaciones de la realidad.
 - Experimentar y expresarse utilizando los lenguajes corporal, plástico, musical y tecnológico, para representar situaciones, vivencias, necesidades y elementos del entorno y provocar efectos estéticos, mostrando interés y disfrute.

- Actividades.

Todos a dibujar

La maestra pide a sus alumnos que realicen un dibujo donde expresen sus sentimientos y emociones, además de poder incorporar algún personaje real relacionado con la familia y/o compañeros; se trata de conseguir expresar a través del lenguaje artístico los sentimientos y emociones de cada niño, incorporando el tema social. Al finalizar, en la asamblea, cada niño comentará su dibujo y el significado que tiene para él.

- Objetivos específicos.

-Plasmar de forma simbólica las emociones vividas a causa de algún acontecimiento o circunstancia.

La plastilina tiene sentimientos

Esta actividad es parecida a la anterior, sólo que en este caso, habrá que dar forma a la plastilina a través de las emociones que el niño reconozca e interprete. Al acabar de modelar, los niños, como en la actividad anterior, explicarán el significado de su creación.

- Objetivos específicos.

- Plasmar de forma simbólica las emociones vividas a causa de algún acontecimiento o circunstancia.

Bloque 4. Lenguaje corporal.

-Sesión 5-

- Contenidos.
 - Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos como recursos corporales para la expresión y la comunicación. Familiarización con la imagen especular para la toma de conciencia de la propia expresividad.

- Objetivos generales.
 - Apropiarse progresivamente de los diferentes lenguajes para expresar sus necesidades, preferencias, sentimientos, experiencias y representaciones de la realidad.
 - Experimentar y expresarse utilizando los lenguajes corporal, plástico, musical y tecnológico, para representar situaciones, vivencias, necesidades y elementos del entorno y provocar efectos estéticos, mostrando interés y disfrute.

- Actividades.

Somos actores

La maestra y los niños harán una pequeña obra de teatro, utilizando un diálogo corto y fácil de entender y memorizar; la obra incorporará diferentes temas, con sus distintas circunstancias y un gran abanico emocional y social, haciendo hincapié en la interpretación de las distintas expresiones y actitudes. Se invitará a los familiares de los alumnos a la presentación de la obra, para que ellos mismos vean el progreso del trabajo realizado en el aula y el desarrollo interpretativo y emocional de los niños.

- Objetivos específicos.

- Capacidad para memorizar diálogos cortos.
- Saber interpretar distintas actitudes y emociones.

8. CONCLUSIONES

Tanto en la actualidad, como hace décadas, hemos escuchado hablar a psicólogos y pedagogos sobre la importancia de saber identificar, controlar, gestionar y mostrar las emociones como una vía hacia la buena socialización y equilibrio personal; hoy día debería desarrollarse un programa concreto que trabajase esta serie de habilidades, pues vivimos en una era de estrés, caos, prisas y poca empatía social, con lo cual si ayudamos a los niños a mostrarse tal como son, guiándoles en la búsqueda de sentimientos y emociones, enseñándoles la importancia de la empatía y solidaridad, empezaremos a cambiar ciertas actitudes y miedos que nos corrompen y no nos dejan vivir libremente en sociedad.

Por ello, y para conseguir el cambio, debemos incorporar en las aulas iniciativas, programaciones, actividades, etc. que ayuden a valorar la importancia de conocer, interpretar, desarrollar y transmitir emociones y sentimientos, para que a su vez, mejoren las relaciones interpersonales y ayuden tanto a los niños, como a la sociedad, a ser más empáticos, sociables y emocionalmente inteligentes.

En la práctica docente, el desarrollo emocional y social debería integrarse en el aula de manera transversal, pues es un tema común e innato en la vida del ser humano, pero para que éste mejore, se pueden incorporar, como he expuesto en este trabajo, actividades complementarias y específicas que ayuden a mejorar y desarrollar los elementos de la Inteligencia Emocional; con esto ayudaremos a los niños a expresarse y entender actitudes o comportamientos ajenos, lo que les ayudará a relacionarse y comunicarse a lo largo de sus vidas.

Sabemos de antemano, tanto maestros como padres la importancia de integrar una educación emocional en el desarrollo integral del niño, pero pocos se abren paso y experimentan en el campo de las emociones, por ello es necesario concienciar de su importancia para desarrollar una mente sana y crear individuos estables y sociables; nuestra meta es, finalmente, conocerse a sí mismo, tanto emocional como socialmente y enseñar a otras personas a serlo.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Catret, A. (2002). *¿Emocionalmente Inteligentes?* Madrid: Palabra.

Decreto 17/2008, de 6 de marzo, del Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid, por el que se desarrollan para la Comunidad de Madrid las enseñanzas de la Educación Infantil.

Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Paidós.

Gallego, D. y otros (1999). *Implicaciones educativas de la inteligencia emocional*. Madrid: UNED

Gardner, H. (2005). Inteligencias múltiples. *Revista de Psicología y Educación*, 1 (1), 17-26.

Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Madrid: Kairós.

Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.

Ley Orgánica de Educación del 2/2006 de 3 de Mayo de Educación (LOE).

Palou Vicens, S. (2004). *Sentir y crecer. Crecimiento emocional en la infancia. Propuestas didácticas*. Barcelona: Graó.

Pérez Lara, F. V. (2011). *El juego en Educación Infantil*. Recuperado de <http://www.auladelpedagogo.com/2011/01/el-juego-en-educacion-infantil/> (Consulta: 8 de Abril de 2013).

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

Resolución de 3 de Febrero de 2012 del Rector de la Universidad de Valladolid por la que se acuerda la publicación del Reglamento sobre la elaboración y evaluación del TFG.

Resolución de 11 de Abril de 2013 de Rector de la Universidad de Valladolid por la que se acuerda la publicación del Reglamento sobre la elaboración y evaluación del TFG.

Vygotsky, L. S. (1999). *Consideraciones pedagógicas de la zona de desarrollo próximo*. Recuperado de <http://vigotsky.idoneos.com/index.php/349083> (Consulta: 19 de Abril de 2013).