



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SORIA

Grado en Educación Infantil

TRABAJO FIN DE GRADO

La importancia de la Inteligencia Emocional en Educación Infantil

Presentado por Laura Gutiérrez Carriedo

Tutelado por: Juan Romay Coca

Soria, 19 de Junio del 2018



RESUMEN

La Educación Emocional es algo muy importante que debemos trabajar con los niños/as desde muy pequeños. A través de diferentes estrategias les ayudaremos a que conozcan y pongan nombre a sus propias emociones, como pueden llegar a sentirse con determinadas circunstancias de la vida, y las diferentes reacciones que pueden llegar a experimentar.

Para ello su principal agente socializador, y principal figura de apego es la familia. Ésta es la que en primer lugar, a través de su intervención educativa les influye a ser emocionalmente seguros. En segundo lugar, las aulas también juegan un papel muy importante, es conveniente que los maestros y las maestras guiemos a los niños/as en la adquisición de habilidades sociales, ya que estas están ligadas a las emociones y ayudan al desarrollo.

Por lo que el estudio de la Inteligencia Emocional en edades tempranas, como es la etapa de Educación Infantil desde los 0 a los 6 años, es beneficioso para ellos, ya que se están formando, tanto física como psicológicamente. Por ello, para conseguir un verdadero desarrollo integral, es necesario introducir la educación emocional dentro de sus aprendizajes cotidianos.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, intervención educativa, educación infantil, emociones, educación emocional, familia, maestros/as.



Universidad de Valladolid

ABSTRACT

Emotional Education is a major subject that should be taught to children from a very early age. Using different strategies, we may help them to know their own emotions, how they can feel about certain circumstances in life and the different reactions they may have.

The main socialising agent to achieve this goal and the main attachment figure is the family: the primary agent who first educates children to be emotionally correct individuals. The second socialising agent is school. This is why teachers should lead children towards the acquisition of social abilities, since they are related to emotions and contribute to the child's development.

When children are in Pre-Primary Education, (from 0 to 6 years old), they are still developing their physical and psychological personality. For this reason, Emotional Education should be included as a basic subject of their daily life, so that children may have a real comprehensive development.

Key words: Emotional Intelligence, Educational Intervention, Pre-Primary Education, Emotions, Education Emotional, Family, Teachers.



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	5
JUSTIFICACIÓN.....	7
OBJETIVOS.....	8
METODOLOGÍA.....	8
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
Origen y evolución del término “Inteligencia Emocional”.....	10
¿Qué es la Inteligencia Emocional?.....	11
Definición.....	11
Habilidades.....	14
Importancia de la Inteligencia Emocional en las aulas. Influencia del docente a los discentes.....	16
Las competencias emocionales en Educación Infantil.....	21
Conciencia Emocional	
Regulación Emocional	
Autonomía Emocional	
Habilidades Sociales	
Habilidades para la vida y el bienestar	
INTERVENCIÓN DIDÁCTICA.....	22



Universidad de Valladolid

Objetivos.....	23
Contenidos.....	24
Metodología.....	24
Temporalización.....	25
Actividades.....	26
Evaluación.....	36
CONCLUSIONES.....	36
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	38



INTRODUCCIÓN

El estudio de la Inteligencia Emocional desde edades tempranas, es decir, en la etapa de la Educación Infantil, facilita a los niños/as el manejo de las competencias emocionales. Facilita el aprendizaje de la regulación y manejo de las emociones, tanto las propias como las de los demás. Una educación emocional en los primeros años de vida de los niños/as, garantiza un mejor desarrollo, tanto en lo social como en lo emocional, pudiendo llegar a alcanzar una vida plena, gracias a las habilidades emocionales y no intelectuales, como se podía pensar anteriormente. Por lo que en la escuela actual, el estudio y el manejo de las emociones, destaca por ser un tema principal dentro de su programa de estudios. El cual, debe de estar recogido en el currículum de Educación Infantil (Andrés, 2005).

Los niños/as pequeños, al igual que las personas con mayor edad, sienten la necesidad de poder verbalizar lo que están sintiendo. Perciben una serie de emociones que la mayoría de los niños y de las niñas no saben expresar ni gestionar dicho sentimiento. Por lo que sería conveniente introducir en las aulas “la Educación Emocional”, para que de esta manera, los niños y niñas aprendan a como poder llevar acabo diferentes situaciones que les van a surgir a lo largo de toda su vida. De esta forma podrán tener una estabilidad emocional mucho mayor (Bisquerra, 2000).

Por lo tanto, podemos decir que, “la educación emocional, es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2003, p.27).

La Educación Emocional sería conveniente que se llevara a cabo desde la escuela, para ello, sería necesario que el profesorado tuviera una formación. Podemos afirmar, por experiencia propia y artículos científicos leídos, que esta formación en el profesorado es escasa e incluso podríamos decir que ausente, ya que viendo las asignaturas que cursa un futuro maestro, no hay ninguna que lleve el nombre de



Universidad de Valladolid

“Educación Emocional” o “Inteligencia Emocional” entre otras (Bisquerra, 2005). Dado el sistema actual, únicamente se podrá obtener dependiendo de los intereses de cada docente por una formación continua.

La inteligencia emocional se tiene que trabajar siempre de una manera transversal en todas las áreas del currículo, de esta manera, enseñaremos a los niños y niñas diferentes tipos de habilidades, integrándolas y practicándolas siempre en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Palomera, et al., 2008).

Las diferentes habilidades que pueden potenciar los niños y niñas son, la interacción con el medio de una manera satisfactoria, saber gestionar y validar la información que se va encontrando, hacer un buen uso del lenguaje, iniciarse en el trabajo en equipo, aprender a gestionar y regular sus estados de ánimo, tener una buena aptitud ante la vida, aprender a auto-motivarse, muchas veces la auto-motivación consigue muchos mejores resultados, progresar en el control sus impulsos... en definitiva, diferentes estrategias que harán que los niños y las niñas consigan crecer más felices y estar preparados para poder tener una mejor vida de adulto (García y Giménez, 2010). Ya que hay estudios que corroboran que un déficit en habilidades sociales, falta de asertividad y baja autoestima, desencadena en personas con diferentes estados de depresión, plantearse el suicidio o personas problemáticas (Bisquerra, 2003; Bisquerra, 2005; López, 2005; Fernández y Extremera, 2005).

JUSTIFICACIÓN

El mundo evoluciona, y con ello la educación. La escuela ha sufrido importantes cambios a lo largo de la historia, introduciendo en las aulas nuevos métodos de aprendizaje, es decir, nuevas leyes educativas, casi siempre a demanda de la sociedad actual (Palomera, et.,all, 2008). Es decir, nuevos recursos que ayudan a los niños y niñas aprender de manera diferente.



Vivimos en un mundo que cada vez está todo más digitalizado, hay una gran influencia de la televisión sobre los niños, por lo que cambia en la forma de relacionarnos con los demás. Todo esto no está ajeno al aula, sino que los niños y las niñas lo automatizan en su día a día, muchas veces de forma involuntaria, ya que han nacido con ello (De Andrés, 2005).

El problema de esta automatización, es que muchas veces se deja de lado el espíritu crítico, anulando muchos aspectos intrapersonales e interpersonales. Por este motivo, desde la escuela debemos potenciar la parte activa del alumno, evitando que sea un mero consumidor de información, potenciando así la participación activa en las distintas propuestas.

El cambio de la sociedad influye en la manera en que los alumnos se relacionan con los demás, a la hora de adquirir nuevos conocimientos y carecen de un modelo para desarrollar competencias necesarias para la vida. Podríamos decir, que una consecuencia de dicha transformación, es la ampliación del horario laboral tanto para el hombre como para la mujer. De este modo, mengua la plena atención socio-afectiva que tanto necesitan los niños. Así muchas veces, reciben menos atención en casa, por lo que utilizan otras herramientas para entretenerse, como pueden ser los videojuegos, internet, nada favorable para su desarrollo... Todo esto, desencadena a que los niños tienen un vacío emocional que les incapacita a enfrentarse al mundo real (De Andrés, 2005).

Por eso, consideramos que una educación en las habilidades relacionadas con la Inteligencia Emocional, ayudará a los niños y las niñas en su pleno desarrollo, porque aprenderán por ellos mismo a gestionar sus emociones, el autocontrol, habilidades sociales, a trabajar en grupo, es decir, estrategias en el ámbito tanto personal como escolar para tener una educación más rica y significativa (Bisquerra y Pérez, 2007).

La familia y la escuela sería aconsejable que llevasen una educación en paralelo, ya que su influencia en los niños es considerable, si todos ponen de su parte, se podrá alcanzar el resultado final óptimo. Que los niños y las niñas tengan autoestima, sean optimistas, que sean capaces de identificarlos sentimientos de los demás y superar sin



Universidad de Valladolid

dificultad las frustraciones, es decir, niños y niñas saludables y felices (De Andrés, 2005).

Llevo a cabo este trabajo, con el fin de integrar rutinas y estrategias en el aula, que permitan el desarrollo integral de los niños.

OBJETIVOS

Los objetivos que pretendo conseguir con la realización de este trabajo son:

- Analizar las investigaciones actuales sobre nuestro tema en el ámbito del habla hispana.
- Promover el conocimiento de la Inteligencia Emocional y su potencial aplicación en el aula.
- Desarrollar actividades para la iniciación de los niños y niñas en la Educación de las emociones.

METODOLOGÍA

Este trabajo ha sido realizado mediante un análisis documental de diferentes artículos científicos relacionados con la Inteligencia Emocional. Este término, se define como “el conjunto de operaciones destinadas a representar el contenido y la forma de un documento para facilitar su consulta o recuperación, o incluso para generar un producto que le sirva de sustituto” (Clausó, 1993, p. 11). Esta técnica ha sido utilizada dentro de la producción científica y académica sobre Inteligencia Emocional, como ejemplo los autores Trujillo y Rivas en su artículo “Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional”(2005).



Universidad de Valladolid

La búsqueda ha sido llevada a cabo en diferentes portales académicos. En ellos pude encontrar numerosos artículos científicos con los que sustentar las bases de dicho trabajo.

En una primera visualización en la página de Dialnet y después de escribir la palabra clave “Inteligencia emocional en Educación Infantil” aparecieron 43 documentos; en el Google académico introduje la palabra clave “Inteligencia emocional en Educación Infantil”, he encontrado unos 70 artículos, en total hace la suma de más de 100 artículos científicos, de los cuales, tras una exhaustiva y rigurosa observación, he tenido que coger los que veía más importantes para la realización de mi trabajo.

Una vez completada la selección adecuada, que me va a ayudar a poder plasmar el objetivo principal de este trabajo, es que los niños de temprana edad, que son los de Educación Infantil, empiecen a desarrollar estrategias que les permitan gestionar sus propios sentimientos y conocer los ajenos, es decir, introducirles en el mundo de la Inteligencia Emocional. Para ello, he llevado a cabo una intervención educativa en un aula con 22 alumnos de 1º de Educación Infantil, del segundo ciclo, es decir, en niños de 3 y 4 años, para iniciarlos en el manejo y gestión de las emociones.

La intervención en el aula se ha basado en trabajar la Inteligencia emocional a través de cuentos infantiles sobre las emociones, para ello, he hecho una serie de actividades relacionadas con dichos cuentos, las cuales describo más adelante.

He realizado una entrevista informal con las familias para poder ver la evolución de los niños/as fuera del ámbito escolar. De esta manera, comprobaremos si los niños/as emplean los conocimientos aprendidos dentro del aula sobre Inteligencia Emocional fuera de dicho entorno. Para ello, he contactado con ellos mediante correos electrónicos, en los cuales me han ido informando de los cambios que han visto en ellos después de llevar a cabo mi intervención educativa en el aula.

El apartado de la evaluación siempre la vamos a llevar a cabo a partir de la observación directa, ya que es a partir de esa herramienta donde podemos observar a los niños/as como actúan, las dificultades que les pueden surgir a lo largo de una actividad,



el entusiasmo que ponen, si les gusta o por el contrario les parece aburrido... puedes averiguar infinitas situaciones, siempre fijándote más en lo que nos interesa o en los objetivos que queremos que lleguen a conseguir, porque habrá algunos aspectos que los demos más importancia y por ello hay que recalcarlos.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

ORIGEN Y EVOLUCIÓN DEL TÉRMINO “INTELIGENCIA EMOCIONAL”

La expresión Inteligencia Emocional, empezó a escucharse cuando en 1990, dos psicólogos John Mayer (University of New Hampshire) y Peter Salovey (Yale University), publicaron en el New York Time un artículo académico, en el cual daban ya unas pequeñas pinceladas sobre lo que sería la primera definición del término tal y como lo conocemos en la actualidad (Goleman, 1996).

El estudio de la inteligencia se remonta a principios del siglo XIX, donde diferentes autores como Broca y Wernicke siempre van de la mano, uno te habla de la producción y otro de la comprensión (1824-1880) querían medir el cráneo de las personas, Galton (1822-1911) investigaba a los genios bajo la influencia de Darwin aplicando la campana de Gauss, y Wundt (1832-1920) estudiaba los procesos mentales. Pero fue ya a partir de Binet en 1905, cuando empieza a tener importancia la inteligencia en el ámbito de la educación, es el pionero en decir que la inteligencia se puede medir e introduce los primeros test para poder clasificar a las personas por grupos de escuela ordinaria o los que necesitaban educación especial. Pero no fue hasta 1920, cuando Stern, introduce el término de CI (Coeficiente Intelectual) (Bisquerra 2003).

Hasta entonces, pocos negaban la fiabilidad del CI, solo Gardner o Reuven se aventuraron a dudar sobre este aspecto. Con los descubrimientos expuestos anteriormente, puedo aventurar a decir, que dependiendo de lo que diesen en ese test



Universidad de Valladolid

tenían más posibilidades de tener éxito en la vida, sin tener en cuenta otros factores (Bisquerra, 2003).

Thurstone (1887-1995) a partir del factor g, el cual es un estudio de la inteligencia emocional en el que aplicaron un análisis factorial. Extrajo siete habilidades mentales, como son la comprensión verbal, la fluidez verbal, capacidad para el cálculo, rapidez perceptiva, representación espacial, memoria y razonamiento inductivo. Podemos decir, que en cierta forma, se adelantó a lo que posteriormente Gardner (1983) llamó inteligencias múltiples (IM) (Bisquerra 2003).

Mayer y Salovey hablaban ya sobre la importancia y la comprensión de los propios sentimientos y los sentimientos de los demás. De esta manera, podríamos tener un “control de la emoción” de forma que intensifique la vida y la haga más fácil, ya que el poder tener un control de las propias emociones implica un gran autoconocimiento de uno mismo (Mayer y Salovey, 1990).

¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Definición

El concepto de Inteligencia Emocional ha ido variando con el tiempo, y ha habido diferentes autores que han ido dado diferentes significados de un mismo término.

Pero podemos decir que el término de Inteligencia Emocional es relativamente nuevo, la primera definición la dieron en 1990 Peter Salovey y John Mayer, los dos son psicólogos de Harvard, buscaban otro punto de vista sobre dicho término, ya que la inteligencia solo se veía desde el punto de vista lógico-matemático o lingüístico. Por lo que ellos dieron una definición más acorde con lo social “aquella que comprende la habilidad de supervisar y entender las emociones propias así como las de los demás, discriminar entre ellas y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones” (De Andrés, 2005, p. 111).



Por otro lado, tienen el modelo de Mayer y Salovey, en el que dan otra definición, en el cual consideran que “la Inteligencia Emocional es una habilidad centrada en el proceso de la información emocional que unifica las emociones y el razonamiento, permitiendo utilizar nuestras emociones para facilitar un razonamiento más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre nuestra vida emocional (Mayer y Salovey, 1997) citado en (Fernández y Extremera, 2005, p.68).

Su modelo está basado en dos categorías, el modelo mixto, “en el que se concibe la Inteligencia Emocional como unos rasgos de personalidad, competencias sociales y emocionales, aspectos motivacionales y diversas habilidades cognitivas” (Bar-on, 2000; Boyatzis, Goleman et al., 2000; Goleman, 1995) citado en (Fernández y Extremera, 2005, p. 67). Y el modelo de las habilidades, “definen la Inteligencia Emocional como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones y su aplicación a nuestro pensamiento. Para ellos, las emociones ayudan a resolver problemas y facilitan la adaptación al medio” (Fernández y Extremera, 2005, p.67).

La definición que podemos ver sobre este término de Mayer y Salovey es que “la inteligencia emocional es una habilidad para procesar la información que incluye la percepción, la asimilación, la comprensión y la dirección de las emociones (Mayer y Cobb, 2000, p. 273).

Mayer et al. (2000, p. 109) explicaron que la Inteligencia Emocional es la capacidad de procesar la información emocional con exactitud y eficacia, incluyéndose la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones.

Reuven por otra parte, define la Inteligencia Emocional como un “conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar aspectos del medio ambiente” (Bar-On, 2007). De este modo, Reuven focaliza esta habilidad en el propio bienestar, explicando la Inteligencia Emocional como la capacidad de entender y encaminar nuestras emociones para que estas trabajen para nosotros y no en contra, lo que nos ayuda a ser más eficaces y a tener éxito en distintas áreas de la vida. Distingue, además, cinco componentes clave: la



percepción de uno mismo, la expresión de uno mismo, el componente interpersonal, la toma de decisiones y el manejo del estrés.

Finalmente, Goleman (1995), se refiere a la Inteligencia Emocional como un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta de un individuo, sus reacciones o sus estados mentales. Goleman (1998, p. 89), define Inteligencia Emocional como la “capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para motivarse y gestionar la emocionalidad en nosotros mismos y en las relaciones interpersonales”. El modelo de Goleman se centra fundamentalmente en liderazgo cognitivo aplicado al mundo empresarial y su investigación en torno a las competencias que llevan al éxito empresarial y laboral.

Como hablamos de las definiciones que han dado a lo largo de la historia diferentes autores, no podemos olvidarnos de Gardner, él que con su teoría de las Inteligencias Múltiples, afirma que hay 8 inteligencias diferentes, en las que cada persona destaca en un tipo de inteligencia, de aquí destaca la importancia de la atención a la diversidad en las aulas. Esta visión que rompió con los estándares de la época y la antigua visión del CI, se posiciona hoy en día como clave en los procesos de aprendizaje y enseñanza. De este modo, define Inteligencia Emocional como “el potencial bio-psicológico para procesar información que puede generarse en el contexto cultural para resolver los problemas” (Gardner, 1983).

Gardner, como he comentado anteriormente, nos habla de las inteligencias múltiples, que hay 8 diferentes, pero las que más nos interesan en el mundo de la Inteligencia Emocional son, la inteligencia *interpersonal* y la inteligencia *intrapersonal*. “La inteligencia interpersonal consiste en la capacidad de comprender a los demás: cuales son las cosas que más les motivan, cómo trabajan y la mejor forma de trabajar con ellos.” “La inteligencia intrapersonal, por su parte, constituye una habilidad correlativa –vuelta hacia el interior– que nos permite configurar una imagen exacta y verdadera de nosotros mismos y que nos hace capaces de utilizar esta imagen para actuar en la vida de un modo más eficaz (Multiple intelligences, p. 9).



Para poder entender un poco más sobre educación emocional, necesitamos conocer el concepto de emoción y su utilización en la práctica. La emoción sufre un proceso dentro de nosotros, pasando por diferentes estadios, primero llegan las informaciones sensoriales a los centros emocionales del cerebro, como consecuencia se produce una respuesta neurofisiológica y el neocortex interpreta la información. Por lo que a partir de esto, podemos decir que una emoción “es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2005, p. 12).

Después de conocer diferentes definiciones sobre Inteligencia Emocional, de los autores que han hablado sobre ella a lo largo de la historia. Puedo aventurar, que una definición clara y precisa sobre este concepto, sería decir que la Inteligencia Emocional es una herramienta clave para las personas. Con ella, podemos mejorar nuestra visión de nosotros mismos, ya que creando un correcto autoconcepto y autoestima, podremos gestionar y expresar las emociones con una mayor fluidez. A partir de esto, nuestras relaciones personales mejorarán, ya que es la clave para poder conseguir una empatía con los demás.

Habilidades

Una vez que hemos visto cual es la definición de Inteligencia Emocional, encontramos que dentro de ella hay una serie de habilidades básicas, que nos ayudarán a llevar a cabo nuestra intervención.

Mehrabian (1996) establece que la Inteligencia Emocional tiene 5 habilidades básicas, percibir las emociones personales y la de otras personas. También, podemos tener dominio sobre las emociones propias y responder con emociones y conductas apropiadas ante diversas circunstancias. Otra de las habilidades, es participar en relaciones donde las emociones se relacionan con la consideración y el respeto y por último, trabajar donde sea, en la medida de lo posible, gratificante desde el punto de



vista emocional y armonización entre el trabajo y el ocio (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

El modelo de Mayer y Salovey (1997) consideran que la Inteligencia Emocional consta de 4 habilidades básicas, las cuales tanto alumnos como profesores deben de emplearlas durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. La percepción emocional, deben de identificar y reconocer tanto sus propios sentimientos como los de los demás. Para la facilitación o asimilación emocional, a la hora de tomar una decisión, cuando razonamos o solucionamos problemas, tenemos en cuenta los sentimientos. Sin embargo, la comprensión emocional, conoce los sentimientos, puede ponerles una etiqueta y saber categorizarlos. Esto nos ayudará a saber la causa de nuestro estado de ánimo y que consecuencias nos puede acarrear. Y por último, la regulación emocional, tenemos que estar preparados para que, tanto los sentimientos positivos como para los negativos, aprovechando de cada uno de ellos lo que nos beneficie. De esta forma sabemos regular tanto las emociones propias como las ajenas (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

Saarni (1997; 2000) propone otro listado de habilidades dentro de la competencia emocional. Conciencia del propio estado emocional, podemos tener la capacidad de percibir muchas emociones a la vez, pero no ser conscientes de todas. También tenemos la habilidad para discernir las capacidades de los demás y la posibilidad de empatizar en sus experiencias emocionales. Por otro lado, tenemos la habilidad para utilizar un vocabulario emocional y términos expresivos habitualmente dentro de una cultura. Encontramos también la habilidad de que nosotros podemos tener una emoción interna diferente a la que expresamos y por último, somos capaces de tener una autoeficacia emocional, es decir, aceptamos nuestras propias emociones (Bisquerra y Pérez, 2007, p. 67).



Universidad de Valladolid

IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LAS AULAS. INFLUENCIA DEL DOCENTE A LOS DISCENTES

El tutor o tutora, va a ser el encargado del proceso de enseñanza-aprendizaje dentro del aula sobre el tema que estamos llevando a cabo, la Inteligencia Emocional. Ya que este es el escenario idóneo para que las emociones se desarrollen.

Las emociones deben contemplarse como un contenido más a educar, tanto en el ámbito familiar y escolar. De esta forma, ayudaremos al desarrollo integral de las personas. Igual que se trabajan las capacidades lingüísticas, las matemáticas, físicas... pues también hay que educar en los centros educativos las emociones (López 2005).

Los maestros consideramos que las emociones son la base fundamental para poder desarrollar otras capacidades, de esta forma, señalan la importancia de la dimensión socio-emocional. Para ello, debemos de tener una serie de responsabilidades, tanto los profesores como las familias, de que entre todos consigamos que los niños/as adquieran y desarrollen las habilidades emocionales. Según (Gallego, 1999) un buen profesional de la educación debe tener conciencia sobre sus emociones y de los procesos emocionales que puedan suceder para poder actuar y reaccionar ante los alumnos y demás personas del ámbito educativo. Otra de las capacidades que debemos de controlar son las situaciones que nos puedan surgir en el día a día con los compañeros, aceptar las críticas y hacer de ellas una herramienta de mejora y progreso. Por otro lado, tenemos que ser capaces de motivarnos a nosotros mismos, de esta manera alcanzaremos mejor los retos que esta profesión nos demanda. Nuestro trabajo consiste en educar a otras personas, por eso, nuestra mayor habilidad debe de ser la social, ya que tenemos que mantener relaciones con alumnos, compañeros, reconocer conflictos en el aula y saber solucionarlos. Siempre empleando el tono adecuado para dirigirnos a los alumnos/as. Por lo que el rol del profesor es muy importante, porque no debemos dudar de que el niño es el principal agente en su proceso de enseñanza-aprendizaje. Pero el docente es el encargado de facilitar y mediar sobre este proceso (De Andrés, 2005).



Los niños y las niñas que reciben en las aulas una Educación Emocional, van a poder desarrollar mucho mejor sus relaciones sociales, porque van a poder empatizar con sus compañeros y ponerse en el lugar de los otros. Esto no es una tarea fácil, requiere mucho tiempo de dedicación y empeño en cuanto a las emociones se refiere, a su educación, porque para poder conocer cómo se sienten los demás, primero debemos conocernos a nosotros mismos, saber qué es lo que sentimos en todo momento, poner nombre a lo que sentimos. Es decir, tener un buen conocimiento de la inteligencia interpersonal para después hacer un buen uso de la inteligencia intrapersonal (De Andrés, 2005).

Según Bisquerra la educación emocional es: “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2000, p. 243).

La Educación Emocional es una tarea pendiente en todas las aulas, cada vez se va trabajando más, pero todavía no es suficiente. Por eso se necesita una preparación académica de los profesores para poderla llevar a cabo. Estos deben de tener una formación inicial sólida, en lo que a las emociones y competencias emocionales se refiere. Esto debe de ser así por dos razones, porque el profesor/a cuanto más conocimientos tenga, mejor va a poder transmitir a sus alumnos, y porque los alumnos deben de conocer mejor los conceptos para su desarrollo (Bisquerra, 2005).

Como sugerencia, damos la idea de que en la formación del profesorado, da igual la especialidad y el curso que vaya a tratar, deberían de tener una asignatura que tratase sobre la “Educación Emocional”. Es un tema que se va a trabajar a lo largo de toda la vida escolar del alumnado, gracias a él, los niños y niñas van a poder desarrollarse como personas humanas (Bisquerra, 2005).



Los profesores tenemos que estar preparados para la enseñanza de las emociones, para ello, deberán de introducir poco a poco en los niños/as las diferentes emociones que podemos sentir, empezando siempre con las más fáciles, la alegría, el enfado, el miedo y la tristeza. Para que los niños empiecen a identificarlas y lo puedan llevar a la práctica, ha tenido que haber primero una buena teoría, la cual seguramente llevaremos a cabo sin darnos cuenta (Gomez-Redondo y Coca, 2017).

La educación tiene como finalidad el desarrollo humano, dentro de este desarrollo encontramos la prevención, los médicos previenen enfermedades con la educación de la salud, y los profesores con la educación de las emociones podemos prevenir la violencia, el estrés, la ansiedad, la depresión, el consumo de drogas, comportamientos de riesgo, etc. Decimos que es una educación para la vida, que responde a las necesidades sociales. Por ello hay que atender los aspectos emocionales como principal objetivo, para poder conseguir un buen desarrollo hay que dar a nuestros alumnos una educación emocional (Bisquerra, 2005).

Es necesario que los docentes aparte de realizar actividades relacionadas con la educación emocional, desarrollen actitudes y formas de expresión. Así, los alumnos podrán vivir las emociones, las respetarán y las acogerán como una forma de vida.

Los niños y niñas no pueden estar exentos a las creencias de los profesores, siempre va a influir en las explicaciones o en las conductas de estos, ya que es muy difícil ocultar lo que uno piensa o siente, siempre está enfocado desde un punto de vista personal. También encontramos otras a nivel social, que los comparten grupos de docentes, estas se llaman representaciones. Y por último los saberes, que estos los comparten con sus alumnos a través del proceso de enseñanza aprendizaje (Gomez-Redondo y Coca, 2017).

Las personas no siempre actuamos con respecto a lo que pensamos, modificamos la conducta por temor a lo que la gente piense o simplemente porque somos conscientes de que eso que pensamos no es lo correcto ante la sociedad actual, por lo tanto, los maestros debemos inculcar los valores sin ningún tipo de cliché ni



Universidad de Valladolid

condicionante que haga que los niños/as piensen o actúen de una determinada manera, porque el profesor o profesora les ha enseñado bajo esa misma mirilla, por la que todos van a ver de la misma manera, sin tener ningún criterio propio.

IMPLICACIÓN DE LAS FAMILIAS EN EL ÁMBITO DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La Educación Emocional sería conveniente trabajarla dentro de la escuela y en el ámbito familiar, teniendo así una función social. Para ello, la implicación de las familias es primordial dentro del aprendizaje de los niños. Una unión y concordancia entre escuela-familia, va a conseguir un mayor desarrollo en el niño/a, ya que va a tener la riqueza de dos escenarios diferentes (Cabello, 2011).

La intervención educativa que he llevado a cabo sobre la Inteligencia Emocional en el aula de 3 años, se lo he puesto de manifiesto a las familias, para que ellas en casa, puedan observar el comportamiento y la influencia que ha podido tener sobre ellos a partir de haberlo trabajado en el aula. De esta manera, podemos analizar también la implicación que han tenido las familias fuera del aula sobre dicho proyecto (Catalán, 2007). Una vez que nos hemos puesto en contacto con las familias y nos han comentado que ellos también lo trabajan desde casa, podemos afirmar que es algo muy positivo para ellos, ya que la educación de las emociones va a ir en paralelo entre la familia-escuela. El trabajo empleado con ellos durante estos tres meses en el aula, las familias han podido comprobar como hay un progreso frente al aprendizaje de las emociones.

Los resultados que he podido averiguar son que las familias han notado una gran evolución en cuanto a su desarrollo emocional. Situaciones que antes provocaban frustración ahora son más fáciles de resolver. Empiezan a expresar más sus emociones con una gran fluidez, lo que les está ayudando a desdramatizar muchos aspectos de la vida cotidiana y sobre todo a subirles más su autoestima.

Los familiares han notado en casa que los niños trabajan las emociones de dos maneras diferentes, la primera es que ellos hacen preguntas y comentan a los demás



miembros de la familia que como se sienten, interpretando la expresión de los ojos, cejas, boca... en segundo lugar, notan que últimamente, en los dibujos que realizan en casa, pintan a los niños con caritas expresivas, de alegría, tristeza, sorpresa o cansancio, es decir, también estados de ánimo, los cuales también los trasladan a objetos inanimados como pueden ser las nubes, el sol...etc.

Todos los familiares están de acuerdo con que les ha venido muy bien trabajar el lado emocional en el aula, porque ahora los niños y las niñas se sienten más seguros de sí mismos, y “alardean” a sus formas, de que se sienten alegres, y pese a que a veces viven pequeños conflictos con sus compañeros que anteriormente les provocaba tristeza y recurrían al llanto propios de la edad, ahora hemos podido observar un mayor razonamiento ante las posibles situaciones.

Lo transmiten en frases como “mamá, me he chocado en el patio con un niño y me he caído, pero me he levantado y he salido corriendo y no he llorado, no pasa nada” o “ me he resbalado en el arenero, pero como estaba jugando he seguido corriendo para coger el balón y no he llorado”.

Son situaciones que en otras ocasiones estos niños hubieran reaccionado de otra manera, se hubieran puesto a llorar, o se habrían enfadado... ahora como están iniciándose en el aprendizaje de la gestión de sus propias emociones, se dan cuenta que muchas de las cosas que pasan a lo largo del día son anécdotas con soluciones, y que suelen pasar cuando jugamos sin mirar, no estamos atentos... o simplemente porque han de pasar.

El resultado de todo esto, son niños y niñas más felices emocionalmente, tanto en el terreno personal como en el social.



Universidad de Valladolid

LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

Entendemos por competencia emocional como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” (Bisquerra, 2003, p. 21).

Las competencias emocionales se dividían en los inicios en dos grandes grupos, las capacidades autorreflexivas que lo asociamos con la inteligencia intrapersonal. Ya que hace referencia al conocimiento de las propias emociones y su adecuada regulación. Y el segundo grupo haría referencia a las habilidades de reconocer lo que los demás están sintiendo y pensando. Es decir, la inteligencia interpersonal, que lo relacionamos con las habilidades sociales la empatía, captar la comunicación no verbal. (Bisquerra, 2003, p. 22).

Después analizar una serie de artículos científicos y datos a partir del marco teórico sobre la educación emocional (Bisquerra, 2000), reestructuraremos las competencias emocionales en cinco grupos. El primero de ellos es la conciencia emocional, podemos decir que es la capacidad que tiene el ser humano por conocer sus propias emociones y las de los demás. En segundo lugar tenemos la regulación emocional: que es la capacidad que nos permite gestionar las emociones de la mejor manera posible, sabiendo expresar en cada momento lo que sentimos. También nos permite afrontar emociones negativas dándoles siempre una visión positiva, es decir, mirar el lado bueno de las cosas. En tercer lugar, la autonomía personal: esta es la capacidad que englobaría la autogestión personal de las emociones, en ella encontraríamos la autoestima, la actitud positiva ante la vida, capacidad para tener una visión crítica ante las normas sociales, de esta manera se buscan estrategias para una autoeficacia emocional. En cuarto lugar, tenemos la Inteligencia interpersonal: con esta capacidad, los seres humanos tenemos más facilidad para mantener relaciones sociales, ya que dominamos las habilidades sociales, teniendo una mayor facilidad para la comunicación, el respeto hacia los demás, la asertividad a la hora de tomar decisiones y mantenerse en lo que uno piensa, actitudes pro-sociales en los que poder trabajar en



Universidad de Valladolid

grupo se hace mucho más llevadero, ya que se trabaja con respeto y amabilidad. Y por último, las habilidades de vida y bienestar: con esta capacidad podemos afrontar los problemas que se nos presentan en la vida, tanto familiares, profesionales, sociales y personales. Para poder encontrar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2003; Bisquerra y Pérez, 2007).

INTERVENCIÓN DIDÁCTICA

Es muy importante que los niños/as de temprana edad empiecen a iniciarse en el manejo y gestión de las emociones (De Andrés, 2005), por este motivo he llevado a cabo dicha intervención. Vamos a trabajar la intervención educativa en dos aulas diferentes, con dos grupos de 22 alumnos en un rango de edades comprendidas entre los 3 y 4 años, es decir, el primer curso del 2º ciclo de Educación Infantil.

La intervención educativa se va a llevar de forma paralela en las dos clases de una manera grupal, ya que la evaluación ha sido conjunta y no he hecho distinciones por aulas.

La intervención llevada a cabo, el poder de las emociones, va a estar desarrollado a través de cuentos infantiles. Ya que es una gran herramienta para poder desarrollar competencias emocionales (Riquelme, 2013).

La gran importancia de la literatura infantil como forma de educar las emociones. En esta línea de investigación encontramos los aportes de Stefan (2008), el cual ha trabajado con niños y niñas en la etapa de Educación Infantil usando la lectura específicamente para que los niños analizasen sus experiencias emocionales y manifestasen sus conductas como forma de aprendizaje. También encontramos a otro autor, Figueroa (2008) en el que incide con dicha importancia y el gran beneficio que tienen los cuentos infantiles para poder educar a los niños emocionalmente. Para ello apunta que los cuentos temáticos en los cuales se enseña una emoción, como puede ser



Universidad de Valladolid

la tristeza, los niños/as van a poder interiorizar de manera vivencial dicha emoción, ya que se enseña de una manera explícita.

Los cuentos con los que vamos a trabajar son: “El monstruo de colores” de Anna Llenas; “Así es mi corazón” de Jo Witek; “Pirindicuela” de Begoña Iberrola; “Venga Elisa, date prisa” de Begoña Ibarrola y por último “¿De qué color es un beso?” de Rocío Bonilla.

OBJETIVOS

Con la realización del proyecto, quiero que los niños y niñas lleguen a conseguir dichos objetivos generales:

- Promover el desarrollo integral de los niños y las niñas.
- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones del resto.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Mejorar las relaciones interpersonales.

Con cada cuento pretendo un objetivo específico:

- El “monstruo de colores” de Anna Llenas, el objetivo principal es que los niños consigan asociar la emoción con el color correspondiente.
Aprovecharemos el aprendizaje del monstruo de colores, como base para todos los cuentos. Ya que la asociación de la emoción y el color lo vamos a utilizar durante todo el proyecto.
- “Así es mi corazón” de Jo Witek, el objetivo principal es que los niños sepan organizar sus propias emociones, tanto en la emoción como en color correspondiente.
- “Pirindicuela” de Begoña Iberrola, el objetivo principal es que los niños puedan ver las virtudes de los compañeros.



Universidad de Valladolid

- “Venga Elisa, date prisa” de Begoña Ibarrola, el objetivo principal es que los niños que les cuesta más realizar las tareas diarias, comprendan que con prestar atención a lo que están haciendo, van a poder conseguir terminarlas a tiempo.
- “¿De qué color es un beso?” de Rocío Bonilla, el objetivo principal es que los niños puedan experimentar que sentimientos y emociones les producen los diferentes colores.

CONTENIDOS

- Inteligencia emocional.
- Conocimiento de las propias emociones y las del resto.
- Comprensión y regulación de las emociones.
- Habilidades sociales.
- Resolución de conflictos.

METODOLOGÍA

La metodología que voy a llevar a cabo será globalizada y activa, para poder transmitir a los niños/as un aprendizaje emocionalmente significativo y funcional en cualquier contexto y situación, tendrá siempre un enfoque constructivista.

Las actividades que voy a realizar con los niños/as en el aula, se realizarán en grupo en todo momento, aunque debemos de tener en cuenta que hay algunas de ellas que es necesario realizarlas individualmente, para poder ver en qué momento se encuentran emocionalmente. Por lo que podemos decir que primero trabajaremos las actividades individualmente, luego en pequeños grupo, y finalizaremos en gran grupo para comentar las conclusiones extraídas. Pero se especificará en cada una de las actividades que llevemos a cabo. Estarán planteadas en función de los objetivos propuestos y tendrán un carácter global. Por lo que el aprendizaje de las emociones será a partir de cuentos infantiles sobre la Inteligencia Emocional, ya que a partir de estos, va



a facilitarles mucho más su aprendizaje y comprensión de las mismas. Además, la presentación y el desarrollo de éstas se llevarán a cabo de forma lúdica. De este modo, las actividades las podremos organizar a través de los siguientes puntos: presentación del tema, actividad previa, preparación de los materiales, ejecución del trabajo, recogida y limpieza de los materiales y del espacio y puesta en común de las experiencias.

El maestro/a siempre tiene un papel muy importante, debemos de ofrecerles seguridad, que ellos se sientan capaces de poder hacer las cosas por sí solos y no que dependan de la figura del adulto. También será importante la individualización de los aprendizajes, y tener en cuenta que cada niño/a lleva su propio proceso madurativo a la hora de desempeñar sus habilidades o destrezas y es aquí, donde nosotros como maestros incidiremos cubriendo así todas las necesidades ante la diversidad del grupo.

Estimularemos la observación, investigación y curiosidad, ya que son aspectos relevantes para introducir a los niños/as en un buen desarrollo, valorando así las producciones de estos. Para ello también, favoreceremos el trabajo con materiales o actividades poco estructuradas pero a su vez bien programadas.

Recordaremos que los niños/as conocen el medio que les rodea interactuando sobre él, y eso es exactamente lo que haremos con las actividades que llevemos a cabo con la ayuda de una serie de materiales que les dispondremos los docentes.

Cada experiencia nueva modifica y enriquece esquemas anteriores, promoviendo nuevos aprendizajes, por lo que las actividades manuales se incluirán dentro de la programación global y no para rellenar tiempos, teniendo así unos objetivos fijados con anterioridad.

Antes de introducir cualquier propuesta de uso de los materiales, los niños/as tendrán la oportunidad de experimentar y manipular libremente. La intervención del adulto hará notar lo que el niño/a hace y servirá para que éste reconozca que está haciendo algo importante.



Universidad de Valladolid

TEMPORALIZACIÓN

La Inteligencia Emocional como ya he indicado anteriormente, convendría trabajarla durante todo el curso escolar, ya que es un tema de gran importancia. Se necesita tiempo para consolidar los conocimientos. Para que un niño esté educado emocionalmente, ha tenido que trabajar la Inteligencia Emocional durante su escolarización. Diríamos que es una gran carrera de fondo la cual necesita mucha preparación.

El niño/a va a necesitar durante toda su vida escolar una enseñanza basada sobre Educación Emocional. Cada etapa es única y diferente, por lo que necesitarán varias formas y estrategias, las cuales utilizarán en los diferentes escenarios de su vida. Como pueden ser la asimilación y solución de conflictos.

Es un tema que se trabaja de forma transversal, por lo que las actividades que he desarrollado, las trabajaremos durante todos los días en la asamblea, a la entrada del patio, o en algún momento del día determinado en el que sea necesario trabajar dicha emoción.

Los cuentos los iremos leyendo cada dos semanas, aunque las actividades llevadas a cabo a través de dichos cuentos las realicemos todos los días.

Alguna de las actividades se realizarán de forma puntual, como el marca páginas en el día del libro o el mural ¿de qué color es un beso? Las demás actividades las tenemos que ir trabajando progresivamente, para que los niños/as se vayan familiarizando con las emociones. Así, van a ir aprendiendo que emoción están sintiendo en las diferentes situaciones que pueden producirse a lo largo de un día.

ACTIVIDADES

Las actividades que hemos realizado en el aula con los niños, son siempre a través de cuentos sobre las emociones. Los cuales les ayudan a identificar el enfado, la



alegría, la tristeza, el miedo y la calma, dichas emociones las vamos a asociar con un color, de esta manera, facilitaremos a los niños/as su identificación (Riquelme, 2013).

¿De qué color es un beso?

La elección de este cuento no ha sido al azar, sino que hemos valorado las creencias innatas que pueden tener los niños sobre el mundo que les rodea. Como dice Freinet, hay una conexión entre el pensamiento y lo real, en una visión sintética e intuitiva (Errico, 2013). Lo mismo pasa cuando preguntamos a un niño ¿de qué color es un beso?, su respuesta se basa en creencias que tiene sobre el color de la boca, como lo ha visto representado en un dibujo, cuento...por lo que su principal pensamiento es responder que el beso es de color rojo.

Por lo que este cuento se ha elegido para que los niños puedan ir experimentando que sentimientos y emociones les producen los diferentes colores. Ya que los pueden ir asociando con elementos cotidianos, como puede ser el amarillo con la miel, el marrón con el chocolate y el verde con la verdura. De esta manera, el color les va a producir una sensación u otra dependiendo de la asociación que hayan llevado a cabo. Así, se van a dar cuenta que un beso no tiene un color determinado, que pueden ser de muchos colores y que para un niño será de un color y para otro será diferente.

El objetivo principal de esta actividad, es que los niños identifiquen el color de un beso según el sentimiento de ternura que les producen los diferentes colores. Por eso no solo hay un color, sino que puede ser de muchos colores. Ya que la mayoría de las personas, cuando nos preguntan ¿de qué color es un beso? lo asociamos con la boca, con el color rojo. Pero un beso es mucho más, es una sensación, un sentimiento e incluso una emoción.

Desarrollo

En primer lugar explicaremos el cuento “¿de qué color es un beso?”. Posteriormente, se llevará a cabo la actividad que se ha realizado a través de este cuento. Los niños/as han colaborado en la realización de un mural, en el que



están reflejados los diferentes besos de cada niño. Están pintados bajo la creencia de cada uno, como se realiza al finalizar el cuento, muchos de ellos han cambiado de opinión con respecto a la que tenían previamente. El mural se ha llevado a cabo de forma grupal y cooperativa entre las dos aulas de 3 años.

Cada niño/a tenía unos labios en blanco, los cuales han tenido que pintar de color o colores que ellos creen que es un beso, y luego un rectángulo en blanco de papel, en el cuál ellos han escrito su nombre, para saber de qué niño es cada beso.

Una vez que todos los niños/as tuvieran su nombre, los hemos pegado en el mural. Este se ha pegado en el pasillo de las dos clases, para que todos los niños y niñas puedan contemplar el trabajo que han llevado a cabo. Y no solo los propios autores de trabajo, sino también los demás niños del colegio y los padres. Que no debemos olvidarnos que son parte activa de la educación, por lo tanto, el contemplar las actividades que llevan a cabo sus hijos en la escuela siempre es de satisfacción (Catalán, 2007).

Valoración

La mayoría de los niños cuando les preguntamos ¿de qué color es un beso? Sus respuestas fueron muy similares, de color rojo o rosa. El motivo de esto, creo que es porque los labios son de color más rosado de la cara, y siempre cuando se dibuja la lengua y la boca se pintan de estos colores.

Pero una vez que se les lee el cuento, y se les dice que los besos pueden ser de todos los colores, ha habido niños que los han pintado de dos colores o incluso de muchos colores, pero otros, los han seguido pintando de color rojo, que es la creencia que ya tienen interiorizada.

El monstruo de colores

La elección de trabajar “el monstruo de colores” en las dos aulas de 3 años, es utilizar este cuento como base en el aprendizaje de las emociones. Los niños están incorporándose al mundo de las emociones, se están iniciando en ellas. Por lo que el primer contacto que van a experimentar es que conozcan las cinco



emociones principales con su correspondiente color. El amarillo con la alegría; el azul con la tristeza; el rojo con el enfado; el verde con la calma y el negro con el miedo.

Este cuento es clave a la hora de asociar las emociones con los colores. Ya que hace una relación de las diferentes emociones con su color correspondiente. Dicha relación la vamos a utilizar para todos los demás cuentos y durante la intervención educativa. Será la base del estudio de la Inteligencia Emocional en niños de tres años.

Pero no solo queremos que relacionen las emociones con los colores, sino también que empiecen a reconocer las emociones que ellos mismos están sintiendo, que consigan identificar como se sienten en cada situación que puedan vivir a lo largo del día. Para ello tienen que explicárnoslo de forma oral, que compartan con toda la clase que es lo que ha experimentado, porque se siente así. Los niños siempre tienen la necesidad de interactuar con los demás, contar las cosas que han hecho, a quien han visto y también lo que les ha pasado. Pero nunca relacionan esas situaciones con sentimientos. Cuando ven a su mamá seguramente se pongan contentos pero cuando se han hecho una herida están tristes. Aquí es cuando intervenimos nosotros, tanto el docente como las familias debemos ser impulsores a que los niños consigan saber que sentimientos están teniendo en ese momento y que alcancen a gestionarlos (Riquelme, 2013).

El objetivo principal de estas actividades, es que los niños puedan relacionar la emoción que siente en determinadas situaciones del día con el color correspondiente.

Una vez que les hemos leído el cuento de “monstruos de colores”, hemos aprovechado este cuento para realizar tres actividades con ellos.

Desarrollo

Por ello, la primera actividad que he realizado consiste en que ellos tienen que saber cómo se sienten, si contentos, tristes o enfadados.



La manera en llevarlo a cabo ha sido la siguiente.

Los niños y niñas han pintado los tres monstruos del color correspondiente a cada emoción. El rojo con el enfado, el amarillo con la alegría y el azul con la tristeza.

Una vez que lo han pintado, lo hemos recortado y lo hemos pegado en una cartulina del mismo color, para que haya una relación entre el color con la emoción.

Por último y lo más importante el desarrollo de la actividad. Los monstruos los hemos colocado a la altura de los niños/as, para que cuando lleguen a clase por la mañana puedan coger su pinza con su foto y ponerla en el monstruo correspondiente a la emoción que ellos sienten en ese momento. Cuando nos sentamos en la asamblea, ellos tienen que contarnos porque se sienten así, que es lo que ha pasado para que ellos estén tristes, enfadados o contentos. Esto se vuelve a repetir a la hora del recreo, una vez que se entra a clase después de este, ya que allí han podido experimentar alguna situación en la que sus sentimientos hayan cambiado. Entonces cuando nos sentamos en la asamblea pequeña, en la que realizamos el cuento y cantamos canciones, ellos nos tienen que contar que es lo que ha sucedido para que ahora tengan ese sentimiento.

Valoración

Han aprendido muy rápidamente a relacionar la emoción con el color correspondiente. Hasta el punto que a veces cuando les preguntas como están te dicen que azul pero a su vez si les preguntas como se llama la emoción son capaces de nombrarla, porque claro, ellos mueven su pinza en el color del sentimiento que tienen en ese momento.

Les gusta mucho esta dinámica de contar como se sienten, y nada más entrar del recreo, mueven sus fotos para contarnos que es lo que ha pasado y porque se sienten así.



Desarrollo

La segunda actividad que hemos realizado con los niños a través del monstruo de colores, es la representación del cuento con la mesa de luces.

Para ello, hemos hecho los monstruos con papel transparente de colores, cada monstruo con su respectivo color. Les hemos puesto un palo para poder sujetarlos, tipo marioneta, así a la vez que íbamos contando el cuento, iba saliendo el monstruo correspondiente. La funcionalidad de la luz era poder ver el monstruo del color que es, siendo de esta forma más llamativa para los niños.

Valoración

Como tienen muy interiorizado el color que corresponde a cada emoción, cuando vamos contando el cuento con los diferentes monstruos, ellos te van diciendo de qué color es el monstruo que tiene que salir.

Este nuevo método de contarles el cuento les ha gustado mucho y les ha llamado la atención, ya que es una forma diferente de contar el mismo cuento.

Desarrollo

Esta actividad la hemos llevado a cabo por el día del libro.

La gran importancia del fomento a la lectura que hay que inculcar a los niños desde edades tempranas, se refleja en que todos los centros deben de trabajar con un plan de fomento a la lectura. De esta manera, que los maestros estén implicados o que deberían de estarlo es un objetivo primordial en todos los centros educativos (Reyes, 2015).

La tercera actividad llevada a cabo con el monstruo de colores, ha sido la elaboración de un marca páginas con los dibujos de los 5 monstruos correspondientes a las 5 emociones, la alegría, la tristeza, el enfado, el miedo, la calma y el amor. Los niños y niñas tenían que diferenciar las emociones de los monstruos y pintarlos del color correspondiente a dicha emoción.

La alegría de amarillo; el enfado de rojo; el miedo de negro; la calma de verde y el amor de rosa.



Valoración

Al trabajarlo de una manera individual, puedes hacer una evaluación no sistemática. En la que puedes valorar de una manera observacional si todos saben relacionar el monstruo con la emoción que representa y el color correspondiente, llegando a alcanzar todos, el objetivo planteado.

Así es mi corazón

La elección de trabajar el cuento “Así es mi corazón” es porque vimos la necesidad de que los niños puedan expresarse individualmente sus sentimientos sin ningún condicionante y de manera libre (Salmurri, 2004).

Este cuento favorece la expresión oral de cada niño ya que van a poder contarnos de manera oral los sentimientos y emociones que tienen dentro de su corazón, es decir, lo que sienten con cada situación, tanto buena como mala.

El objetivo de esta actividad es que los niños puedan expresar los sentimientos, que aprendan a identificar tanto sus propios sentimientos como de los demás. De esta forma también van a poder favorecer las relaciones sociales a través del diálogo.

Desarrollo

Con el cuento, “Así es mi corazón”, hemos realizado una casa con los niños, en la cual hemos dividido cuatro habitaciones pintándolas del color correspondiente a la emoción. Rojo (la habitación del enfado), amarillo (la habitación de la alegría), azul (la habitación de la tristeza) y negro (la habitación del miedo).

Les proporcionamos unas tarjetas que representan situaciones cotidianas, las cuales pueden provocar en los niños diferentes emociones. Para ello, van a tener que identificar la emoción que les produce dicha situación con la habitación correspondiente, cada niño tendrá una emoción, no tiene porqué producirles las mismas. Por ejemplo, cuando un niño se cae y se hace daño puede sentir tristeza



mientras que otro puede enfadarse. Puede haber diferentes emociones para cada situación, y cada niño se sentirá de una manera u otra.

Por lo que esta actividad la voy a llevar a cabo durante la asamblea. Reforzando la idea trabajada en el cuento el monstruo de colores, el niño o la niña que es el protagonista del día (maquinista), pueda ordenar sus emociones en la casa. De esta forma, los demás aprenderán observando a este niño en silencio y sin intervenir. Esto se hace precisamente porque podré ir valorando individualmente la identificación de sus propios sentimientos frente a diferentes situaciones, porque los niños van a poder expresar sus sentimientos con libertad y sin condicionantes (Salmurri, 2004).

Valoración

Esta actividad es muy beneficiosa para los niños, ya que van a poder aprender unos de otros. Porque al explicar sus emociones, te cuentan en que momentos y en que situaciones ellos están alegres, están tristes, tienen miedo o están enfadados. Por lo que van a poder conocer más a sus compañeros y nosotros a los niños. Al expresar sus propios sentimientos en alto se van a conocer más a ellos mismos. Porque expresar lo que uno siente, siempre es mucho mejor que guardárselo para uno mismo (Gelabert, 2014).

Pirindicuela

La decisión de trabajar este cuento en el aula “Pirindicuela”, ha sido en primer lugar, para que los niños se fijen en las cosas buenas que tienen sus compañeros o que es lo que les gusta hacer con ellos y no en los defectos. Como por ejemplo me ha pegado, me ha quitado el juguete, me ha dicho... siempre resaltan lo malo que hacen los demás y nunca las virtudes que tienen cada uno de ellos.

Podemos afirmar que al contar un cuento se construye una triple relación, pues conecta al narrador con el cuento, al narrador con la audiencia y a la audiencia con la historia. Este proceso de interacción texto-narrador-audidores tiene como objetivo central la conexión del niño con el relato. El maestro logrará esto gracias a su capacidad de vincular los sentimientos y emociones propias de la



narración, permitiendo a los niños que exploren los mundos narrados (Collins y Cooper, 1997). De esta manera acercaremos a los niños con la historia de Pirindicuela, ella solo se fijaba en sí misma y nunca en los demás, dándose cuenta al final que las personas que le rodean, cada uno es bueno en algo y todos juntos se complementan.

Esto mismo sucede con los niños, tienen que ser conscientes de que cada uno es bueno en algo, y que todos juntos forman un gran equipo.

El objetivo principal de esta actividad es que los niños aprendan a valorar a los demás, que puedan expresar las cualidades positivas de sus compañeros.

Desarrollo

Es un cuento que trata sobre una libélula que se presenta a un concurso de belleza y lo gana, solo habla de ella y de lo hermosa que es, y no se fija en las virtudes de los demás, que cada animal del río es bueno en algo.

Para ello, una vez que les hemos leído el cuento, tienen que coger un papel de una bolsa sin mirar, en la cual están escritos los nombres de los niños y niñas de la clase. Cuando han sabido que nombre les ha tocado, tienen que dibujar algo bueno de ese niño/a o que les gusta hacer con ese niño/a.

Valoración

Esta actividad es un poco complicada, porque los niños tienen que pensar que es lo que les gusta hacer con los niños o niñas de su clase, pero solo con el que les ha tocado. Considero que es beneficiosa para ellos, ya que les obliga a pensar que les gustaría hacer con ese niño que les ha tocado, y que a lo mejor, por ellos mismos, nunca se ponen a jugar juntos.

¡Venga, Elisa, date prisa!

La elección de trabajar este cuento en el aula, ha sido una vez que se ha valorado y conocido al grupo, se han visto una serie de necesidades que sería conveniente trabajar. Hay unos cuantos niños y niñas que presentan la misma conducta que la protagonista del cuento, que es la tardanza en realizar las tareas diarias, tanto en el colegio como en casa. Por lo que hemos considerado necesario trabajar este



cuento con ellos, para que sean conscientes y se sientan identificados con la situación de Elisa. Si ponen de su parte y prestan atención a lo que están haciendo en cada momento, llegarán a conseguir hacer las cosas a la vez que sus compañeros y en el tiempo establecido. Suelen ser siempre los mismos los que tardan más tiempo en hacer las diferentes actividades y rutinas, por lo que deducimos que algo está fallando.

Con ayuda del maestro, los niños van a poder ir sacando la estructura del cuento y la función de las expresiones emocionales en el contexto (Gonzalez-García, 2009) por lo que vamos a facilitar a los niños que más necesitan afianzar esta nueva conducta.

El principal objetivo de esta actividad es que los niños presten atención a lo que están realizando en cada momento, que no se distraigan con otras cosas que ahora no son convenientes y disfruten de lo que están llevando a cabo. Así podrán experimentar las diferentes emociones que les producen las actividades o rutinas cotidianas, como puede ser el simple hecho de desayunar.

Desarrollo

Este cuento trata sobre una niña que tarda mucho en hacer las cosas, siempre se queda la última para realizar las diferentes tareas del día. Tanto en casa como en el colegio.

Este cuento lo hemos leído en clase y dramatizado. Como “medida” para conseguir que estos niños y niñas no sean los últimos y aprendan a hacer las cosas en los tiempos establecidos, hemos implantado un temporizador, siempre tratándolo de una manera lúdica y divertida, que sea como un juego para ellos. Pero que a la vez aprendan a centrarse en lo que están haciendo y no despistarse en otras cosas, que es la causa de la tardanza en hacer las diferentes actividades.



EVALUACIÓN

Se realizará una evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje de los niños/as siguiendo criterios como: grado de participación, nivel de iniciativa, grado de consecución de los objetivos.

Por otro lado, se deberá evaluar la planificación y organización de las diferentes actividades siguiendo criterios como: si los objetivos planteados fueron adecuados, si los materiales fueron suficientes, etc.

Consideramos que uno de los instrumentos para evaluar a los niños/as es la observación directa para ver el interés de participación de los niños y niñas a la hora de hacer las actividades y el proceso que llevan a cabo para explicar las emociones que sienten en cada momento, sin olvidarnos finalmente del resultado final.

Tenemos que tener en cuenta que muchas de las actividades no son puntuales, sino que tienen continuidad en el curso, por lo que no podemos hacer una evaluación final como tal, ya que no voy a poder ver el progreso de los niños.

Las emociones es un tema complicado, los niños tardan mucho tiempo en poder identificar sus propias emociones, por lo que tenemos que incidir en el tiempo sobre este concepto, y trabajarlo diariamente.

CONCLUSIONES

El propósito de mi trabajo era llevar a cabo una intervención educativa en las dos aulas del primer curso del 2º ciclo de Educación Infantil. En las que poder aplicar diferentes herramientas y procedimientos para favorecer el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los dos grupos de alumnos, podemos decir, que se ha completado con éxito.

Para ello, hemos llevado a cabo diferentes actividades significativas para los alumnos, en las que han podido experimentar y explorar sus posibilidades en el ámbito



Universidad de Valladolid

de la Inteligencia Emocional. Gracias a esto, se han podido desarrollar y mejorar sus relaciones sociales, sus habilidades lingüísticas y de comunicación.

El objetivo principal de haber realizado esta intervención educativa sobre la Inteligencia Emocional en las aulas, es que los docentes sean conscientes de la importancia que tiene educar las emociones. Para ello hay que llevar a cabo una serie de actividades que permitan a los niños poder desarrollarse en el ámbito de la Inteligencia Emocional. Ampliando el campo de las habilidades sociales, los niños van a poder experimentar diferentes estrategias en el terreno de las relaciones sociales, consiguiendo tener una mejor vida tanto personal como social.

Pero no es solo tarea de los docentes y por consiguiente de las aulas, sino que también las familias deberían educar en casa este concepto. Ya que considero que la Inteligencia Emocional es la base de todo desarrollo integral del niño, si hay una educación emocional y social, el niño va a poder conocerse a sí mismo, generando así un mejor autoconcepto y una mayor autoestima. De esta manera, interactuando con el entorno llega a alcanzar un conocimiento pleno de las cosas y como beneficio una interacción social más sólida con los demás. Es decir, sus relaciones sociales serán más sanas, ya que conocen la parte emocional y por ello pueden desarrollar sentimientos al relacionarse con los iguales, permitiéndoles ser más felices.

Podemos decir, que el desarrollo de la Inteligencia Emocional se divide en cinco capacidades que todo ser humano debería poder conseguir a lo largo de su vida. La conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional, habilidades sociales y habilidades para la vida y el bienestar. Por eso, considero de vital importancia empezar a trabajar estas capacidades desde edades tempranas. Como he dicho anteriormente, es una tarea que se debe de llevar en paralelo familia-escuela, ya que tanto las familias como los maestros, son las principales figuras de apego de los niños. Ellos tienden a imitar sus conductas, ya que son las personas con los que se sienten seguros y protegidos. Y por consiguiente, son los responsables de la educación de los niños en su totalidad incluyendo el desarrollo de las emociones para potenciar así una óptima inteligencia emocional.



En la familia tendrá sus primeros contactos con la Educación Emocional, ya que desde que nacemos, nuestras familias nos cuidan, nos tratan con afecto y nos proporcionan palabras bonitas. Esto hace que nosotros empecemos a tener sentimientos hacia nuestros seres queridos, porque nos dan seguridad y bienestar. A medida que vamos creciendo, vamos dando sentido a esas emociones y sentimientos que se producen en nosotros. Para poder tener un buen conocimiento de nuestros propios sentimientos y emociones, es necesario que se verbalice, ya que contando las cosas y expresándolas, podemos llegar a conocernos mejor, de esta forma permitimos también a los demás que nos conozcan y nuestro ámbito interpersonal se desarrolle de una forma positiva. Una vez que somos capaces de reconocer los propios sentimientos, podremos conseguir reconocer los ajenos, y así, desarrollar una correcta empatía.

Para finalizar, animo a todos los maestros a que incluyan en su programación una unidad didáctica sobre la Inteligencia Emocional. En la que poder trabajar contenidos emocionales durante todo el curso escolar, de esta manera, ayudaremos a los niños/as a formar su personalidad, es decir, al desarrollo íntegro como personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra, A.R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43.
- Bisquerra, A.R. y Pérez E.N. (2007). Competencias emocionales. Universidad de Barcelona.
- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.
- Bonilla, R. (2015). ¿De qué color es un beso?. Algar.
- Cabello, S. MJ. (2011, 1 de febrero). Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niños/as de Educación Infantil. *Pedagogía Magna*, 11, 178-188.



Universidad de Valladolid

- Catalán, M. MJ. (2007). Participación de las familias y de la comunidad en el centro de educación infantil. Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- De Andrés, V.C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevos reto en la formación de profesores. *Tendencias Pedagógicas*, 10, 109-123.
- Extrema, N. y Fernández, B.P. (2007). La Inteligencia Emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamérica de Educación*. 29, 1-9.
- Gardner, H. (1983). Estructuras de la mente. La Teoría de las Inteligencias Múltiples. Nueva York. Fondo de Cultura Económica.
- García, F.M. y Giménez-Mas, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado* [en línea], 3(6), 43-52. Disponible en: <http://www.cepcuevasolula.es/espinal>.
- García, L.V. (2008). La Inteligencia Emocional en la Educación Infantil.
- Gelebert, A.J. (2014). Intervención psicopedagógica en Inteligencia Emocional en Educación Infantil. Universidad complutense de Madrid.
- Goleman, D. (1996). Inteligencia Emocional. Barcelona. Kairós.
- Gómez-Redondo, S. y Coca, JR. (2017). Entre la acción poética y la socio-didáctica: *UniVERSOS*, del aula universitaria a la pintura urbana. *ReiDoCrea*, 6, 274-286.
- Ibarrola, B. (2008). Pirindicuela. SM.
- Ibarrola, B (2013). ¡Venga, Elisa, date prisa!. SM.
- Llenas, A. (2012). El monstruo de colores. Flamboyant.
- López, C.E. (2005). La Educación Emocional en la Educación Infantil. Universidad de Barcelona: Práxis.
- Palomera, R., Fernández-Berrocal, P. y Brackett, M.A. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes:



Universidad de Valladolid

algunas evidencias. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, vol. 6, núm, septiembre, 2008, pp. 437-454. Univeridad de Almeria.

Reyes, L.L. (2015). Lectura, educación literaria y plan de lectura y escritura en infantil y primaria. *Textos de didáctica de la lengua y la literatura*, 1133-9829, nº68, pp. 47-56. Barcelona.

Riquelme, M.E. (2013). La lectura mediada de la literatura infantil como herramienta para el desarrollo de competencias emocionales. Universidad Autónoma de Madrid.

Salmurri, F. (2004). *Libertad emocional: estrategias para educar las emociones*. Barcelona. Paidós.

Witek, J. (2014). *Así es mi corazón*. Bruño.