

**Trabajo Fin de Grado
Educación Infantil**



Universidad de Granada

*Importancia del desarrollo de la
Inteligencia Emocional durante
la etapa de Educación Infantil*

Trabajo Bibliográfico

Autora:

Ana María

Fernández Martínez

Título: Importancia del desarrollo de la Inteligencia Emocional durante la etapa de Educación Infantil

Autora: Ana María Fernández Martínez

Resumen:

La labor de los maestros no es sólo la trasmisión de conocimientos académicos, sino que nuestros alumnos aprendan a vivir en el mundo, de manera que les enseñemos todo lo que esté en nuestra mano para que de este modo puedan tener éxito y bienestar. Para ello, el mejor instrumento con el que contamos es la educación emocional, ya que fomentando el desarrollo de la inteligencia emocional estaremos garantizando una vida más plena y feliz.

Los primeros que definieron el constructo de “Inteligencia Emocional” fueron Salovey y Mayer, aunque dicho concepto no se popularizó hasta la publicación del libro de Daniel Goleman (1995).

Si tenemos en cuenta el momento, el lugar y la manera en que la inteligencia emocional se desarrolla, no tendremos ninguna duda de la trascendencia que tiene impulsar el desarrollo de esta inteligencia desde la etapa de Educación Infantil. Sin embargo, durante mucho tiempo la inteligencia emocional no se ha trabajado desde las escuelas porque se consideraba que entorpecía el desarrollo cognitivo. Gracias a los resultados de numerosos estudios, hoy en día sabemos que no sólo emoción y cognición son compatibles, sino que además son inseparables y se benefician mutuamente a través de las relaciones circulares existentes entre ellas.

Una vez se conoce la importancia que tiene el desarrollo de la inteligencia emocional en la vida de las personas y la relevancia de la educación emocional en Educación Infantil, cabe preguntarse qué actuaciones puede llevar a cabo el maestro en el aula para propiciar dicho desarrollo.

- Palabras Clave: inteligencia emocional, educación emocional, Educación Infantil, inteligencia, emoción y cognición.

❖ **Índice:**

Introducción.....	2
Justificación.....	3
Estado de la cuestión.....	4
Objetivos del trabajo.....	6
Método de localización, selección y evaluación de los estudios primarios.....	7
Análisis del tema.....	7
Conclusiones.....	17
Posibles alternativas y futuras líneas de investigación.....	19
Referencias bibliográficas.....	21

❖ Introducción:

Procediendo del ámbito de la Educación Infantil, y tras mi corta pero intensa experiencia con niños de edades comprendidas entre tres y seis años (especialmente durante mi último periodo en prácticas), el trabajo fin de grado que desarrollo a continuación es una revisión bibliográfica sobre Inteligencia Emocional (I.E.).

Mi pretensión es dar a conocer la importancia que tiene el desarrollo de la I.E. en la vida de las personas, y la necesidad que existe de potenciar su desarrollo especialmente en el segundo ciclo de Educación Infantil, pues éste es un periodo crítico y además dicho desarrollo influirá positivamente en el desarrollo de la inteligencia cognitiva y en el éxito en los diferentes ámbitos de la vida.

He elegido este tema porque como maestra considero que mi labor y responsabilidad no es sólo enseñar conocimientos a mis alumnos, sino contribuir al desarrollo integral de cada uno de estos niños, y estoy segura de que la I.E. es una buena herramienta para lograrlo, ya que con ella los niños serán capaces de ser felices ahora y en el futuro. De este modo, fomentando el desarrollo de la I.E. de cuantos alumnos estén en mi mano, pienso que puedo contribuir a la construcción de un mundo más inteligente y más feliz. Y, como maestra de Educación Infantil, pienso que no hay una labor más bella ni una responsabilidad más grande que esta.

A lo largo de este trabajo se van exponer los siguientes puntos. Esta introducción, irá seguida de una justificación para exponer las razones que me han motivado a elegir la temática de este trabajo. Tras ella se desarrollará el estado de la cuestión, haciendo referencia a los antecedentes de la I.E. y a su estado actual. Más adelante, se procederá a presentar los objetivos del presente trabajo, así como el método de localización, selección y evaluación de los estudios primarios. Después, continuaremos con el análisis del tema, en el que trataremos la importancia de la I.E; cómo, dónde y cuándo se desarrolla; compatibilidad e interrelaciones entre emoción y cognición y las influencias de la escuela y las distintas estrategias que podemos llevar a cabo para desarrollar la I.E. desde el ámbito educativo. Para finalizar, se expondrán conclusiones para resumir los puntos principales de este trabajo, tras haber reflexionado sobre la

importancia de la educación emocional, y se realizarán algunas propuestas que pueden facilitar que la presencia de dicha educación en nuestras aulas sea una realidad.

❖ **Justificación:**

A pesar de que la I.E. se está convirtiendo en un tema muy popular hoy en día, desde mi punto de vista, aún no se le concede en educación toda la importancia que requiere. Por ello, considero fundamental como futura maestra realizar una revisión sobre la I.E. utilizando diferentes bases de datos y aportando mis propias conclusiones, por los motivos que detallo a continuación.

En primer lugar, es necesario seguir trabajando sobre la I.E. en nuestro país. Es cierto que en España es cada vez mayor el número de estudios y de aportaciones a la comunidad científica que se están haciendo sobre I.E. Hoy en día se está comenzando a convertir en un tema de interés, pero sin embargo aún quedan muchos retos que afrontar en un futuro inmediato (Pena y Reppeto, 2008), ya que la mayor parte de las investigaciones y estudios que poseemos proceden de otros países.

En segundo lugar, relacionado con lo anterior, hay mucha gente que posee una idea errónea de lo que significa la I.E; pues a pesar de conocer el término, desconocen lo que implica, sus repercusiones, o su compatibilidad con otras inteligencias. Por ello, considero necesario esclarecer todas estas dudas generales y minimizar las confusiones en la concepción del constructo.

En tercer lugar, a esta fundamentación teórica sobre la I.E. le sigue un quehacer práctico en los colegios, fundamental para el completo desarrollo de los alumnos. Pero sin embargo, debido al desconocimiento que existe sobre I.E. y su importancia en educación (especialmente en Educación Infantil), la mayoría de las veces, no se lleva a cabo y privamos de este modo a nuestros alumnos de su desarrollo. Por ello, considero esencial dar este tema a conocer, sobre todo a todas aquellas personas involucradas en educación.

En cuarto lugar, y para finalizar, existen pocos escritos que puedan ser utilizados como guías que contengan orientaciones concretas sobre cómo actuar en un aula del segundo ciclo de Educación Infantil para contribuir al desarrollo de la I.E. de los alumnos, y que ésta no se quede en un mero planteamiento teórico. Por ello, más

adelante ofreceré algunas pautas para lograr una aplicación práctica que favorezca el desarrollo de la I.E; es decir, pautas para poder llevar a cabo una educación emocional.

❖ **Estado de la cuestión:**

La inteligencia no es solo un conjunto de aptitudes que se miden por un test, tal y como coinciden en afirmar últimamente los psicólogos, sino que la inteligencia es una capacidad muy general que se refiere a muchas capacidades cognitivas. Dichas capacidades pueden llegar a relacionarse incluso con la dimensión emocional, afectiva y social, a la que hoy en día también conocemos como “Inteligencia Emocional” (González Ramírez, 2007).

Según Daniel Goleman (1995, pp. 80-81) la I.E. “abarca cinco competencias principales: el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlar las emociones, la capacidad de motivarse a uno mismo, el reconocimiento de las emociones ajenas y el control de las relaciones”.

Fue este autor, Daniel Goleman, psicólogo, filósofo y periodista, quien popularizó el concepto de I.E. tras el éxito de su best-seller mundial “Inteligencia Emocional” en 1995. Desde entonces, ha sido uno de los constructos más difundidos e investigados, convirtiéndose en un tema de gran interés social y científico.

Sin embargo, a pesar de ello, no fue Daniel Goleman el primero en hacer referencia a la I.E; sino que dicho concepto consta de unos precedentes teóricos determinados.

Las primeras raíces de la I.E. nos trasladan a 1859 cuando Charles Darwin publicó su teoría y consideró la importancia de la expresión emocional para la supervivencia y adaptación de los seres vivos con el medio ambiente (Rodríguez Sánchez, 2000).

Debido a la aparición del conductismo en 1912, en los años siguientes se frenó el estudio de los procedimientos no observables (Mestre y Fernández, 2007), y la inteligencia y las emociones dejaron de ser objeto de interés. Por ello, hasta que no se debilitaron las posturas conductistas, no volvió a resurgir el deseo por conocer los procesos cognitivos. Entonces encontramos otra de las primeras ideas relacionadas con

la I.E. que nos remonta al año 1920, ya que Thorndike, ya anunció que la inteligencia social era la habilidad para poder entender a las personas y cooperar con ellas (Birknerová, Frankovský y Zbihlejšová, 2013). Más tarde, en 1940, Wechsler defendió la influencia de los aspectos no cognitivos en la inteligencia de las personas (Dumbrava, 2011).

Según Martín (2012), la primera que hizo referencia al término de I.E. como tal, fue Barbara Leuner en 1966, aunque no especificó a qué se refería con él. Sin embargo, habitualmente el primer uso del término se le atribuye a Wayne Payne en 1985.

En los años ochenta fue el procesamiento de la información el paradigma imperante y también apareció el interés por el modelo computacional (inteligencia artificial), pero no fue hasta los noventa cuando el concepto de inteligencia adquirió una dimensión más amplia y realista. Entonces surgieron conceptos como el de las inteligencias múltiples (Gardner, 1993), en el que Edward Gardner aconsejaba apreciar a aquellos individuos con diversos estilos de aprendizaje y potenciales e introdujo la inteligencia interpersonal.

Pero, quienes definieron por primera vez el concepto de I.E. como tal, fueron los trabajos de Salovey y Mayer (1990) y Mayer, Dipaolo y Salovey (1990). En el primero afirmaron que la I.E. es: “la capacidad de entender y controlar las emociones propias y ajenas, discriminar entre ellas y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones de uno” (p.189). En el segundo demostraron empíricamente cómo la cognición y la emoción pueden vincularse para realizar complejos procesamientos de la información.

Sin embargo, como ya hemos dicho antes, todo esto pasó inadvertido hasta que Daniel Goleman popularizó el concepto en 1995. Desde entonces, el constructo de I.E. ha evolucionado mucho y actualmente no se considera el sistema emocional como un elemento perturbador de la inteligencia como antiguamente (Mestre y Fernández, 2007), sino como potenciadora de la misma.

Hoy en día, la I.E. está empezando a considerarse en España como un tema de actualidad, convirtiéndose de nuevo en objeto de interés para muchos científicos, psicólogos y educadores. Además, no son pocas las conferencias y artículos que tratan sobre I.E. y que han tenido la oportunidad de darse a conocer en los últimos años. Esto

se debe a los tiempos difíciles por los que está pasando nuestro país, ya que pueden servir de ayuda para muchas de las personas que no se encuentran en un buen momento (Alonso, 2012).

En España, en los últimos tiempos, la I.E. se ha convertido en algo muy novedoso, hay quienes hablan de ella como un tema de “moda” (Marrodán, 2013). Aunque quizás no sea acertado expresarlo de este modo, puesto que entonces estaríamos afirmando que los días de la I.E. están contados (Grupo Interdisciplinar Guía, 2011), y esto no es así, ya que más que una moda, parece ser que nos hemos vuelto más cultos, llegando a reconocer ahora un poco más la importancia de la I.E. en nuestras vidas.

No obstante, aunque sea un concepto que se está dando mucho a conocer últimamente, aún hay bastantes personas que hablan de la I.E. sin llegar a conocer realmente lo que significa. El ámbito donde esta inteligencia es más conocida y donde cobra especial relevancia, es en el mundo laboral, en las empresas, ya que, tal y como Goleman (1997) afirmó, las personas más exitosas no solo a nivel personal, sino también a nivel laboral son aquellas que tienen su I.E. más desarrollada. El problema es que, en la mayoría de los casos, hasta que las personas no llegan a la edad adulta no se trabaja de un modo intencionado el desarrollo de dicha capacidad.

❖ **Objetivos del trabajo.**

Los objetivos que se pretenden alcanzar con la realización de este trabajo son los siguientes:

- Fundamentar la importancia de la I.E. en Educación Infantil.
- Explicar la compatibilidad e interrelaciones existentes entre emoción y cognición.
- Analizar algunos de los factores del desarrollo de la I.E. que más influyen en el aprendizaje y bienestar de los niños.
- Diseñar pautas concretas de actuación sobre cómo desarrollar la I.E. en Educación Infantil.
- Proponer alternativas desde el ámbito profesional para que la I.E. pueda ser llevada a la práctica en Educación Infantil.

❖ **Método de localización, selección y evaluación de los estudios primarios:**

La metodología de búsqueda bibliográfica de este trabajo se ha realizado a partir de distintos libros y artículos de revistas y documentos electrónicos. Para seleccionar dicho material bibliográfico, lo principal ha sido realizar una clasificación del mismo, teniendo en cuenta los objetivos que pretendemos alcanzar con este trabajo, y los textos cuya temática estaban más relacionada con dichos objetivos.

Las palabras clave para esta selección han sido: inteligencia emocional, educación emocional, Educación Infantil, inteligencia, emoción y cognición.

Los criterios seguidos para seleccionar estas palabras clave han sido los siguientes:

- En primer lugar, se trata de los conceptos principales que aparecen en los objetivos que se pretenden alcanzar con esta revisión bibliográfica, por lo tanto, el material utilizado debe estar relacionado con ellos.
- Además, todas las palabras claves están relacionadas entre sí, pudiendo resumir con un simple golpe de vista la temática del presente trabajo.
- Para finalizar, la comprensión del concepto de estas palabras clave, son fundamentales para entender el alcance de esta revisión bibliográfica.

Los buscadores utilizados han sido bases de datos, en concreto hemos usado el catálogo de la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Educación de Granada, la base de datos “ERIC”, Google y Google Académico.

❖ **Análisis del tema:**

De acuerdo con Boix (2007), el hecho de que la clase, el colegio o la vida de las personas sea un infierno o un paraíso depende de las emociones que se vivan allí, y es que si hay algo por lo que realmente merece la pena desarrollar nuestra I.E. es porque ésta es un factor fundamental en nuestra realización como personas y de nuestra felicidad personal, objetivo principal de la vida de cualquier ser humano. Valero (2009, p.58) lo expresa del siguiente modo: “La educación de los sentimientos es garantía de

una vida feliz. El dominio de la afectividad procura una serenidad admirable en nuestro vivir, en nuestras relaciones y en los aconteceres de la vida”. Además, según González Ramírez (2007), el mundo de los sentimientos y de las emociones nos permite adaptarnos mejor al mundo social, tener una comunicación eficaz, motivación personal, el logro de objetivos, resolver conflictos interpersonales, ser empáticos... Por lo tanto, el éxito no depende exclusivamente del cociente intelectual sino que la I.E. juega un papel muy importante (Goleman, 1998).

Sin embargo, Valero (2009) afirma que hay muchas personas que no han desarrollado apenas su I.E. y aunque sí que tienen sentimientos están incapacitados para expresar sus emociones. Aunque todos nos sentimos a veces inmersos en una “danza emocional” que no controlamos y de la que no somos conscientes, y esto es un riesgo porque las emociones son el origen y la causa de nuestras conductas y acciones (Boix, 2007),

Tanto es así, que según Bisquerra (2012), el desarrollo de la I.E. no sólo garantiza el bienestar personal, sino que hace que sea menos probable que la persona se implique en comportamientos de riesgo como pueden ser los conflictos, la violencia, el estrés, la depresión o el consumo de drogas, por ello es imprescindible fomentar la educación emocional desde la escuela.

Cabe preguntarse cómo se adquiere la I.E; si viene dada o si es posible desarrollarla con el paso de los años. Con respecto a estas cuestiones hay cierto consenso entre los diferentes autores.

Según Goleman (1998, p. 21) “el grado de inteligencia emocional no está determinado genéticamente”. Este autor dice que es posible ir aprendiendo a ser más intelectuales emocionalmente a medida que vamos teniendo distintas experiencias. De acuerdo con Gallego y Gallego (2006) sí que opinan que la I.E. es un potencial con el que se nace pero coinciden en que es posible seguir desarrollándolo a través de la educación. Mestre y Fernández (2007 p.41) comparten con estos últimos autores las dos ideas puesto que señalan que “la inteligencia emocional puede ser mejorada a través de la educación” pero que la base de conocimiento de la que cada niño parte es diferente y ello hace que el aprendizaje emocional no sea el mismo para todos. Pero, ¿dónde aprendemos a desarrollar nuestra I.E.?

El primer lugar donde el niño desarrolla su I.E. es en el seno familiar, ya que no se trata de un simple aprendizaje cognoscitivo, sino que está lleno de emocionalidad al producirse en un ambiente tan afectivo como es el hogar (Gallego y Gallego, 2006). Aunque es posible tener intensas experiencias afectivas fuera del ámbito familiar que beneficien o perjudiquen el desarrollo de la I.E.; es más, es posible que incluso reestructuren o suplanten el aprendizaje emocional aprendido en el hogar. Este entorno suele ser el escolar, por eso es necesario aprovechar el ámbito educativo para desarrollar la I.E. de un modo positivo (Gallego y Gallego, 2006).

No obstante, a pesar de que a lo largo de toda la vida la I.E. se pueda seguir desarrollando o modificando, los primeros años son cruciales, pues es cuando se forjan las habilidades emocionales y se asientan los rudimentos de la I.E.; aunque luego sigan modelándose durante toda la escolarización o incluso la vida (Goleman, 1995). Por eso en Educación Infantil es tan importante que la I.E. se trabaje. Además, al comenzar Infantil, los niños tienen bastante facilidad para adentrarse en el mundo de los sentimientos, puesto que están más conectados al mundo emocional que los adultos y les cuesta menos trabajo observarse a sí mismos (Boix, 2007). Nuestra función no es sólo promover el desarrollo de la I.E.; sino también procurar que los niños no pierdan conforme van creciendo y avanzando en el sistema educativo esa capacidad emocional con la que comienzan al principio de su escolarización, que les permite no tener “miedo” ni “vergüenza” ante lo emocional y conectarse a este mundo con relativa facilidad.

Pero, si es tan importante comenzar el desarrollo de la I.E. desde los primeros años de vida, ¿por qué a lo largo de tanto tiempo no se ha tenido en cuenta? ¿Es compatible el desarrollo del cociente intelectual y el desarrollo de la I.E.?

Durante muchos años ha habido un error en la concepción del concepto “inteligencia emocional”, y es que a menudo éste ha sido entendido como “ser amable”, sin embargo esto no tiene nada que ver con la concreción de su significado, ya que hay veces en las que lo más inteligente emocionalmente es no ser amable; y tampoco la I.E. se refiere a “dar rienda suelta a nuestros sentimientos” (Goleman 1998), sino que la I.E. se refiere a la capacidad para reconocer las propias emociones y controlarlas, motivarse a uno mismo, reconocer las emociones ajenas, y controlar las relaciones (Salovey, 1990).

Quizás por estos malentendidos en lo que realmente significaba el desarrollo de la I.E. es por lo que, durante tantos años, se le ha concedido más importancia a la inteligencia cognitiva que a la formación correcta de la afectividad, ya que ésta era vista como entorpecedora del conocimiento, y éste como lo único digno de importancia en educación (Valero, 2009).

De acuerdo con Mestre y Fernández (2007), emoción e inteligencia han sido vistas con frecuencia como incompatibles o contrarias, puesto que se consideraba que las emociones perturbaban a la inteligencia, sin embargo, hay veces que ocurre justo al revés, ya que promueven el pensamiento al ayudar a centrar la atención o a superar las inadaptaciones. En estos casos podemos decir que las emociones, no sólo no perturban la inteligencia, sino que incluso la potencian como veremos más tarde.

Pero a pesar de ello, durante muchos años, el principal objetivo académico ha sido el desarrollo del cociente intelectual ignorando el componente afectivo de la persona. Toda labor educativa estaba encaminada al desarrollo del cociente intelectual para la consecución del éxito académico e incluso aún hoy, hay muchos maestros con esta filosofía. Sin embargo, muchas personas con excelentes calificaciones académicas y un CI muy alto carecen por completo de éxito en sus vidas y son incapaces de controlarlas (Goleman 1995).

Quizás, ello se deba a que el cociente intelectual, a pesar ser tan valorado, “en el mejor de los casos parece aportar tan solo un 20% de los factores determinantes del éxito” (Goleman, 1995, p.64). El 80% restante es lo que Daniel Goleman llama I.E. e incluye características como:

La capacidad de motivarnos a nosotros mismos, perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, controlar los impulsos, diferir las gratificaciones, regular nuestros propios estados de ánimo, evitar que la angustia interfiera en nuestras facultades racionales, capacidad de empatizar y confiar en los demás. (p.65)

Los estudios de Shipley, Jackson y Segrest (2010) también demostraron que la I.E. es un factor clave del éxito, pues la inteligencia abstracta no nos prepara para afrontar los diferentes problemas derivados de la emocionalidad o de las relaciones con las personas que nos rodean y que se nos presentarán a lo largo de la vida (González

Ramírez, 2007). Por ello, hoy en día, resulta incomprensible que haya algunas escuelas en las que aún se insista en potenciar las habilidades académicas en detrimento de la I.E.; y digo que resulta incomprensible por dos motivos:

- Por una parte, en teoría, una de las finalidades de la educación es el desarrollo de la persona y para ello es necesario potenciar la adaptación social del individuo, para lo que la I.E. es fundamental (Mestre y Fernández, 2007). Además, en educación hace ya tiempo que se viene hablando de “la educación integral del sujeto” que atañe al desarrollo de la I.E. (Gallego y Gallego, 2006).

- Por otra parte, los procesos de cognición y emoción son inseparables, puesto que las interacciones entre ambas son continuas. De hecho, la I.E. no se refiere sólo a las emociones sino que esta inteligencia implica también a la cognición, pues según Gallego y Gallego (2006, p.93) “las interrelaciones continuas que van de lo emocional a lo cognitivo y viceversa, son las que serían auténticamente características de la inteligencia emocional”. Por lo tanto, lo que se supone que sería un proceso natural como son las interacciones que se producen entre cognición y emoción, es decir, el desarrollo involuntario de la I.E. al potenciar el pensamiento, durante mucho tiempo se ha intentado reprimir al pretender evitar que las emociones formaran parte de los contenidos escolares.

Entonces, es posible decir que al desarrollo de la inteligencia académica o abstracta, le es beneficioso el desarrollo de la I.E. Pues existe una relación circular entre ambas, y está confirmada empíricamente según Mestre y Fernández (2007) la existencia de una asociación entre inteligencia emocional y académica.

En algunas ocasiones los aspectos emocionales son la etiología de los problemas escolares (Gallego y Gallego, 2006), pero en otros casos, estos mismos aspectos emocionales pueden ser los que faciliten el aprendizaje:

McCaugh en su laboratorio descubrió que si a las ratas se les inyectaba adrenalina inmediatamente después de haber aprendido algo, el recuerdo de esa situación era mucho más intenso. Esto sugiere que cuando la glándula suprarrenal, ante una experiencia emocional del sujeto, segrega de forma natural adrenalina, se puede recordar esta experiencia fácilmente. Esto podría llevarnos a pensar que las experiencias vividas con una emocionalidad intensa suelen

recordarse mejor que las vividas sin gran carga emocional. (Gallego y Gallego, 2006, p.177)

Frente a un nuevo conocimiento la persona siempre tiene una triple carga emocional. En primer lugar, la carga emocional que tiene memorizada del conocimiento previo. En segundo lugar la implicación actitudinal asociada a la nueva información que está recibiendo (motivación). Y en tercer lugar, la carga emocional del clima relacional-afectivo en el que se está desarrollando el aprendizaje (Gallego y Gallego, 2006).

Según Goleman (1995), otros motivos por los que la I.E. tiene que ver con el rendimiento académico es porque algunas características de la primera, condicionan al segundo, como por ejemplo: el pensamiento positivo o tener altas expectativas con respecto a lo que puedes conseguir. Por lo tanto es posible utilizar las emociones para facilitar el aprendizaje (Denham, Zinsser y Bailey, 2011). Los estudios de Shipley et al. (2010) indican que las habilidades de la I.E. conducen a un rendimiento superior en las tareas escolares. Y, a medida que uno va alcanzando sus objetivos y logros académicos, también va volviéndose emocionalmente más inteligente, teniendo más confianza en sí mismo y sabiendo automotivarse y controlarse más.

También la afectividad que recibimos de otros, favorece nuestra I.E. y nuestro rendimiento académico. Por ejemplo, un niño que se sienta aceptado, querido y apreciado, estará a gusto en el aula y estaremos creando un clima propicio para el aprendizaje (Boix, 2007). El afecto hacia los alumnos, es el “arma más poderosa” con la que un maestro cuenta, especialmente en edades tempranas. González Ramírez (2007, p.76) lo expresa así: “dame una persona torpe y con mi cariño tornaré una persona hábil”.

El desarrollo de la I.E. es algo tan importante, tanto para favorecer el rendimiento académico, como para formar personas preparadas para la vida capaces de llevar a cabo una vida plena, que no debemos permitir que el desarrollo de esta inteligencia se produzca solo de un modo involuntario e inconsciente y sin prestarle toda la importancia que merece dejándola de lado en la planificación educativa, puesto que repercute en el bienestar individual y colectivo de todos.

Aunque quizás, esto muchas veces ocurra porque, aunque se conozca la importancia de la I.E; hay muchos maestros que no poseen herramientas ni

conocimientos para ponerla en práctica (Denham et al., 2011). Por ello, consideramos fundamental divulgar y poner al alcance de todos algunas estrategias para potenciar el desarrollo de la I.E. en los alumnos, para que constituya uno de los pilares básicos de nuestros diseños de programación en el aula.

Como estrategia principal, podemos destacar el desarrollo de la I.E. del docente, ya que “todas las personas que forman parte de un ámbito aportan a él su emocionalidad y de alguna manera son influidos por la emocionalidad del mismo” (Boix, 2007, p. 23). Por lo tanto, los maestros somos agentes activos del clima emocional del aula, siendo así fundamental que cada educador se trabaje emocionalmente a sí mismo, para estar capacitado para intervenir en la educación emocional de sus alumnos.

Además, tal y como afirman Kremenitzer y Miller (2008), los niños aprenden por imitación, y por ello los maestros deben constituir un ejemplo positivo para ellos. Precisamente por este motivo es tan importante que los educadores adquieran habilidades emocionales a través de programas de aprendizaje socioemocional, (aparte de los programas destinados a los alumnos). Asimismo, a medida que los educadores nos implicamos más, también es mayor nuestra empatía, para entender, mirar y trabajar con nuestros alumnos y darnos cuenta de las necesidades de desarrollo que tienen para ayudarles a fomentar sus habilidades (Boix, 2007).

De acuerdo con Gallego y Gallego (2006, p.193) “el desarrollo de la I.E. es un aprendizaje implícito o incidental que se genera aunque no seamos conscientes de que estamos aprendiendo ni tengamos el propósito deliberado de aprender”, ya que todos los contenidos que se aprenden en el contexto escolar tienen un componente emocional. Pero, no por ello debemos dejar de fomentar su desarrollo, ni dejar de preocuparnos por si se desarrolla la I.E. todo lo que se puede y de qué manera se desarrolla.

Según estos mismos autores, el centro puede intervenir en la educación emocional a través de tres ámbitos distintos. En primer lugar mediante la actuación diaria, aunque muchas veces sea de una forma involuntaria, los alumnos aprenden por medio de la observación, pues para ellos su maestro es su modelo. En segundo lugar, al programar, dentro del margen de los contenidos actitudinales y transversales. Y en tercer lugar, al responsabilizar a alguien en este tipo de enseñanza de un modo más concreto mediante programas específicos.

Muchos de los aspectos referidos al quehacer diario no pueden ser aquí detallados, puesto que la mayoría son inconscientes. Aunque hay algunos comportamientos por parte del profesorado como el ser empáticos con los alumnos, ser receptivos, establecer relaciones cordiales y afectivas, ofrecerles oportunidades de mejorar, hacerles sentir comprendidos... que sí que podemos esforzarnos por hacer. Además de estas actuaciones, para influir de un modo positivo en los alumnos en la labor diaria, el maestro debe preocuparse del desarrollo de su propia I.E. como hemos dicho antes, puesto que nadie puede transmitir aquello que no posee, y la mejor manera de educar es a través del ejemplo.

Con respecto al modo de programar, a menudo los maestros se muestran reacios con la idea de añadir nuevos temas al currículum, sin embargo, las emociones forman parte de toda la vida del niño y pueden y deben integrarse en cualquier otro tema mediante los contenidos actitudinales y transversales. Además, esto les ayuda a comprender mejor las conexiones existentes entre el conocimiento académico y la experiencia de la vida, e incluso incorporar los conocimientos escolares a su propia experiencia vital (Centros Familiares de Enseñanza, 2001). A continuación ofreceremos algunas estrategias que puedan servir de ayuda para la práctica docente, ya que a menudo al maestro le resulta muy costoso encontrar contenidos de tipo actitudinal para trabajar en el aula de una forma consciente y planificada. Algunas de estas estrategias pueden ser las siguientes:

- En Infantil, especialmente, debemos aprovechar la rutina de la asamblea para conversar con los niños y que expresen sus emociones, aunque para ello es necesario haber creado primero un clima de respeto, relajación y confianza en el que los alumnos estén cómodos expresándose (Boix, 2007).
- Cada vez que identifiquemos una emoción en un alumno debemos ponerle nombre (enfado, alegría, miedo...).
- Para que los niños vayan aprendiendo a controlar sus emociones también deben conocer cuál es el origen de las mismas (González Ramírez, 2007), ello les ayudará a establecer relaciones adecuadas entre pensamiento, emociones y comportamiento.
- También les puede ayudar el hecho de que el maestro comente en voz alta sus propias emociones (“qué triste me pongo cuando os peleáis”, “qué contenta estoy cuando compartís”...).

- Al hablar con los niños debemos utilizar más el verbo “estar” en vez de “ser”, pues es más constructivo al ser el primero un verbo transitorio que deja abierta la opción de cambio (Boix, 2007). De esta manera, los niños se sienten más capaces de transmutar sus emociones, ya que no se trata de eliminar las emociones negativas sino de transformarlas en positivas, por ejemplo pasando de estar tristes a estar alegres.
- Es importante que sepan cuándo se han equivocado (siempre enseñándoles que es posible mejorar), de manera que se relacionen con el error y éste también contribuya a su aprendizaje (González Ramírez, 2007).
- Fomentar sus habilidades sociales a través del trabajo en equipo, los encuentros interpersonales y la mejora de la comunicación, contribuye al desarrollo de su I.E. (González Ramírez, 2007).
- La distribución de roles, el reparto de funciones... también favorece la socialización y favorece la autoestima al sentirse integrado, aceptado e incluso a veces protagonista entre sus compañeros (Gallego y Gallego, 2006).
- A través de las lecturas y de los sentimientos de los distintos personajes que aparecen en ellas podemos trabajar también los sentimientos de los niños (Mestre y Fernández, 2007).
- Plantear problemas emocionales, preguntar y debatir acerca de sus posibles soluciones (Mayer y Caruso, 2010), nos puede ayudar a controlar nuestras emociones cuando nos encontremos en una situación similar.
- Para liberar sus emociones, y progresivamente ir atenuándolas sin reprimirlas, la práctica psicomotriz puede ser muy útil (Aucouturier, 2012).

De los programas específicos elaborados para desarrollar la I.E. en los niños de Educación Infantil podemos destacar algunas de sus actividades. Las actividades que ofrezco a continuación han sido extraídas de un programa destinado a niños de la etapa de Educación Infantil distribuidas en cinco bloques temáticos (López Cassà, 2007).

El primer bloque temático es “La conciencia emocional”, pues el niño debe ser capaz de identificar, reconocer y expresar sus propias emociones y tomar conciencia de que los demás también tienen emociones y las expresan. Una de las actividades dentro de este bloque es: “Cómo se sienten”. En esta actividad, utilizaremos tarjetas con dibujos de caras que expresan distintos sentimientos (alegría, tristeza, enfado...) los

niños deben reconocer la emoción, describir la imagen y expresar cuándo se sienten ellos así. Otra actividad es “Mi cara refleja”. En ella, los alumnos se situarán delante del espejo y deberán ir poniendo las distintas expresiones faciales que indique el maestro. En “La varita mágica”, habrá un saco con tarjetas con distintas expresiones faciales y al hacer “magia” con la varita, la cara de los niños tendrá la misma expresión que la que se refleja en la tarjeta escogida.

“Regulación emocional”, es el segundo bloque, pues los niños deben aprender a transformar las emociones negativas, que nos hacen tener comportamientos poco saludables, en emociones positivas. Una de las actividades que podemos encontrar es “¡Qué tranquilidad!”, en la que se hará una relajación con los niños tumbados en el suelo, de manera que el tono muscular no esté rígido, concentrándonos en distintas partes del cuerpo (brazos, piernas y cara). Otras actividades son “¿Qué puedo hacer cuando me sienta triste?”, “¿Qué puedo hacer cuando me sienta enfadado?” y “¿Qué puedo hacer cuando me sienta asustado?; en ellas, a partir de cuentos y de las distintas emociones que experimentan los personajes que aparecen, les preguntaremos a los niños si ellos alguna vez se han sentido así, qué hacen cuando les ocurre y aportarán entre todos distintas soluciones para sentirse mejor.

El tercer bloque es “Autoestima”, ya que los niños deben de ser capaces de conocer, valorar y aceptar sus capacidades y limitaciones sin dejar de quererse a sí mismos. Algunas de las actividades para ello son: “Me quieren” en la que a partir del cuento “El Patito Feo”, adaptado para la ocasión, trabajarán sus propias características personales. Después de contar el cuento haremos preguntas sobre el mismo “¿cómo era?, ¿cómo le llamaban?, ¿cómo se sentía?, ¿qué le pasó?, ¿acabó siendo feliz? ¿era un pato?; tras esto reflexionaremos acerca de las personas que les quieren y las cosas que les gustan de ellos. La siguiente actividad es “Soy el rey”. En ella, cada semana le tocará a un niño llevar una corona y “ser el rey” gozando de “privilegios” como elegir el cuento que quieren leer, cantar su canción favorita, elegir un juego... Además, las familias escribirán una carta con sus cualidades y ésta será leída en clase. Cuando termine la semana se reflexionará acerca de cómo se ha sentido, qué le ha gustado y el resto de compañeros dirá una cualidad de este niño.

“Habilidades socio-emocionales”, para fomentar el desarrollo de competencias que faciliten las relaciones interpersonales es el cuarto bloque. Las actividades para ello

son: “¡Quiero ser el primero en la fila!”. En ella, mediante un teatro se representará una historia con un situación muy próxima a ellos, y es el de querer ser el primero en la fila, en el cuento se da una situación o problema en la que dos niños se pelean por ser los primeros en la fila y para solucionarlo la maestra utiliza una lista con los nombres de todos los niños de la clase para que todos tengan la oportunidad de ser los primeros a partir de turnos. En la actividad “Se me ha roto”, a través de imágenes se muestra cómo un personaje rompe sin querer una página de un libro, y acude muy preocupado a su maestra, quien le ayuda a arreglarlo y le felicita por haber contado la verdad. Después, a través de preguntas, reflexionaremos sobre cómo se sentía el personaje y qué hubiésemos hecho nosotros en la misma situación.

El último bloque es “Habilidades de vida” pues los niños deben identificar los distintos sentimientos que podemos experimentar en cada uno de los entornos que abarca nuestra vida. Una actividad para ello es “Gorros de colores”, en ella utilizaremos un gorro rojo y uno verde, para identificar aquellas situaciones que pueden ser molestas o agradables (respectivamente) en su vida cotidiana. El maestro irá indicando distintas situaciones y en función de si piensan que son agradables o desagradables escogerán un gorro u otro y se lo pondrán para explicar cómo se sienten cuando ellos se encuentran en esa situación.

Estos son solo algunos ejemplos generales de actividades y actuaciones docentes que se pueden llevar a cabo en el aula para fomentar el desarrollo de la I.E. en nuestros alumnos, ya que según Gómez Bruguera (2003), dependiendo de la realidad escolar, el contexto, el equipo pedagógico, los proyectos educativos...las estrategias más eficaces para el desarrollo de la I.E. pueden ser muy distintas, pues no hay nada universal ni infalible, por eso es tan importante conocer las características del alumnado, del centro y del entorno en el que desempeñamos nuestra labor educativa.

❖ Conclusiones

Para concluir, vamos a recoger los resultados en consonancia con los objetivos ya mencionados al principio del trabajo. La I.E. es un proceso natural, que puede desarrollarse a lo largo de toda la vida, aunque los primeros años son especialmente importantes y también la influencia del ámbito familiar y escolar.

Durante la etapa de Educación Infantil es cuando se desarrollan las habilidades emocionales y cuando más abiertas estamos las personas al mundo emocional. En años posteriores será posible seguir forjando la I.E; pero el inicio de su desarrollo debe darse durante los primeros años, pues más adelante dicho desarrollo será mucho más difícil.

Sin embargo, a pesar de ser un proceso natural, debemos trabajarlo de un modo consciente para potenciar esta inteligencia y desarrollarla lo máximo posible, en beneficio del rendimiento académico y del propio éxito, bienestar y felicidad personal de cada individuo. Beneficio que antiguamente se le atribuía al nivel de cociente intelectual de las personas, y que sin embargo, como hemos visto, este no es para nada determinante en comparación con la influencia que tiene el desarrollo de la I.E. en la vida de las personas.

A lo largo de todo el trabajo hemos hecho hincapié en la importancia de la I.E. y la necesidad de llevar a la práctica determinadas estrategias para fomentar su desarrollo. Sin embargo, seguramente los “buenos maestros”, (entendiendo por “buenos maestros”, no aquellos que realizan su labor a la perfección, sino aquellos que son conscientes de sus errores, pero buscan mejorar cada día y se preocupan y desviven por el bienestar y felicidad de sus alumnos), antes de que se popularizase el concepto, de una forma innata ya llevaban a la práctica actuaciones docentes encaminadas al reconocimiento y control de las propias emociones, reconocimiento de las emociones ajenas, automotivación y relaciones interpersonales, es decir actuaciones que promovían el desarrollo de la I.E. aunque aún no la llamasen como tal.

Hoy en día sí que conocemos el nombre de esta inteligencia, y también conocemos y somos capaces de ponerles nombre a todas las actuaciones docentes a través de las cuales el maestro puede trabajar la educación emocional de sus alumnos. Estas son: el quehacer diario, los contenidos actitudinales o transversales y los programas específicos. Por lo tanto, actualmente somos conscientes de que la educación emocional no solo debe estar presente en las escuelas sino que ya sabemos cómo puede estarlo a través de todas estas actuaciones.

Para finalizar, cabe decir que no solo la I.E. y la inteligencia cognitiva son compatibles y existen múltiples interrelaciones entre ambas, sino que además son inseparables, ya que la I.E. no abarca sólo las emociones en sí, independientemente de

cómo se utilicen o de la conciencia que se tenga de las mismas, sino que atañe al hecho de ser emocionalmente inteligentes e inteligentemente emocionales.

❖ **Posibles alternativas y futuras líneas de investigación**

Tras haber analizado y estudiado la importancia de desarrollar la I.E. durante el periodo de Educación Infantil, a continuación, proponemos algunas alternativas derivadas de las necesidades y limitaciones detectadas a lo largo de este trabajo, para que así la educación emocional sea posible. Estas alternativas también pueden servirnos para abrirnos un nuevo horizonte y poder ser utilizadas como futuras líneas de investigación:

- En primer lugar, consideramos que a veces la I.E. no se trabaja a través de programas específicos de educación emocional debido a las limitaciones con las que se encuentran algunos maestros. A menudo, tienen que seguir un currículum o programaciones demasiado estrictas, y ello les impide realizar actividades concretas destinadas al desarrollo de esta inteligencia. En ocasiones, esta misma preocupación por alcanzar todos los objetivos y competencias que se les exigen es la que hace que se olviden de trabajar la educación emocional al menos desde los contenidos transversales y actitudinales. Por lo tanto, quizás deberíamos diseñar un currículum y una programación más flexible y priorizar determinados contenidos para hacerle “hueco” al trabajo destinado al desarrollo de esta inteligencia, tan determinante del éxito presente y futuro de nuestros alumnos.
- En segundo lugar, muchas veces la I.E. no solo no se trabaja sino que las repercusiones de esto se desconocen, puesto que es un tema sobre el que los docentes están muy poco preparados. Por ello, considero imprescindible incluir la I.E. como un contenido fundamental dentro de los planes de formación de los futuros docentes en la Facultad, para que las nuevas promociones de maestros, estén mejor formados en esta materia y de este modo estén más interesados y capacitados para trabajar con los niños esta inteligencia. Dicha formación deberá incluir también programas destinados al desarrollo de la I.E. de los propios estudiantes de esta Facultad (Ciencias de la Educación, Granada).

- En tercer lugar, muchos maestros no trabajan la I.E. porque ello implica un esfuerzo que, en la actualidad, no se encuentra recogido ni reconocido en ningún lugar, sino que forma parte del currículum oculto, y por consiguiente, no sienten la necesidad, ni se sienten en la “obligación” de promoverla. Sin embargo, esto es una responsabilidad, ya que como dijimos al inicio del trabajo, el maestro debe velar por el desarrollo integral de la persona. Quizás muchos maestros no estén dispuestos a realizar un esfuerzo, o a interesarse por el desarrollo de esta inteligencia porque no tienen vocación por su trabajo, y por tanto, no piensan que deben hacer todo lo que esté en su mano porque sus alumnos sean cada día personas más felices. Por ello, otra de nuestras propuestas es motivar al profesorado actual y hacerles conscientes de la importancia de su labor, así como diseñar pautas en la elección de carrera para procurar que las personas que elijan ser maestros lo hagan impulsados por su vocación, ya que luego es algo que repercute en aspectos tan importantes como el desarrollo de la I.E. de la población futura.

La labor del maestro no se resume en la transmisión o enseñanza de contenido teórico, sino que va mucho más allá. La labor del maestro no es educar “por partes” sino abarcar a la persona en su totalidad, para que de este modo pueda dar una respuesta a la sociedad. Por ello, el “buen maestro” se vale de la I.E. para que su enseñanza no sea sólo un aprendizaje escolar, sino que suponga un aprendizaje para la vida, ya que las emociones acompañaran a nuestros alumnos y los abarcaran por completo, dándole sentido a cada una de sus experiencias, puesto que, tal y como dijo Valero (2009, p.55): “la inteligencia emocional es a la vida lo que la sal a los alimentos”.

❖ Referencias Bibliográficas

Aucouturier, B. (2012). *L'enfant terrible. ¿Qué hacer con el niño difícil en la escuela?* Barcelona: Graó.

Alonso, A. J. (2012). *La moda de la Inteligencia Emocional*. Recuperado de: <http://www.alonso-businesscoaching.es/blog/2012/11/03/la-moda-de-la-inteligencia-emocional/>

Birknerová, Z.; Frankovský, M. and Zbihlejová, L. (2013). Social Intelligence in te Context of Personality Traits of Teachers. *American International Journal of Contemporary Research*. 3(7), 11-17.

Bisquerra, R. (2003). Educación Emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43.

Boix C. (2007). *Educar para ser feliz. Una propuesta de educación emocional*. Barcelona: Ediciones Ceac.

Centros Familiares de Enseñanza. (2001). *La Inteligencia Emocional. Una Brújula para el siglo XXI. III Jornadas de innovación pedagógica*. Granada: Autor.

Denham, S. A.; Zinsser K. and Bailey, C. S. (2011). Emotional Intelligence in the First Five Years of Life. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1, 1-7.

Dumbrava, G. (2011). Workplace relations and emotional intelligence. *Annals of the University of Petroșani, Economics*, 11(3), 85-92.

Gallego Gil, D.J. y Gallego Alarcón, M. J. (2006). *Educación de la inteligencia emocional en el aula*. Madrid: PPC.

Gardner, H. (1993). *Frames of Mind: The Theory of multiple intelligences*. New York: Basic books.

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

Goleman, D. (1998). *La práctica de la Inteligencia emocional*. Barcelona: Editorial Kairós.

Gómez Bruguera, J. (2003). *Educación emocional y lenguaje en la escuela*. Barcelona: Octaedro.

González Ramírez, J. F. (2007). *Inteligencia emocional. La manera de manejar las emociones*. Madrid: Platinum Selecta.

Grupo Interdisciplinar Guía. (2011). *La Inteligencia Emocional Moda o Ciencia*. Recuperado de: <http://lafamiliaeduca.blogspot.com.es/2012/06/hablar-de-inteligencia-emocional-en.html>

Kremenitzer, J. P. and Miller, R. (2008). Are You a Highly Qualified, Emotionally Intelligent Early Childhood Educator? *Young Children*, 63(4), 106-112.

López Cassà, E. (2007). *Educación emocional. Programa para 3-6 años. Educación emocional y en valores*. Madrid: Wolters Kluwer.

Marrodán, A. (2013). *Inteligencia Emocional. Psicología, Educación, Salud y Vida*. Recuperado de: <http://asunmarrodan.wordpress.com/inteligencia-emocional/>

Martín, G. (2012). Intervención emocional. Inteligencia emocional para la intervención socioeducativa especializada con menores en situación de riesgo social. *Acais: Comunidad y Desarrollo*. 1, 1-13.

Mayer, J. D. & Caruso D. R. (2000). Traditional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence. *Intelligence* 27 (4), 267-298.

Mayer, J. D.; DiPaolo, M. T. & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of personality Assessment*, 54, 772-781.

Mestre, J. M. y Fernández Berrocal, P. (2007). *Manual de la inteligencia emocional*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Pena M. y Reppeto E. (2008). Estado de la investigación en España sobre Inteligencia Emocional en el ámbito educativo. *Revista electrónica de investigación psicoeducativa*, 6 (15), 401-420. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293121924008.pdf>

Rodríguez Sánchez R. A. (2000). La expresión de las emociones en Charles Darwin. Educación de valores y valores para la educación. Emociones. *Thémata*, 25, 335-344.

Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition y Personality*, 9, 185-211.

Shiple N. L.; Jackson M.J.& Segrest, S. L.(2010). The effects of emotional intelligence, age, work experience, and academic performance. *Research in Higher education Journal* (9) 1-18.

Valero J. M. (2009). *¿Analfabetos emocionales? Educar los sentimientos en la escuela. Estrategias educativas*. Madrid: Instituto Calasanz de Ciencias de la Educación (ICCE).