



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

La importancia de trabajar la inteligencia
emocional en familias disfuncionales.

Autor/es

Rebeca Tello García

Director/es

Eva Fajarnes

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

2022

Índice

1. LA FAMILIA.....	8
1.1. Definición	8
1.2. Causas de la evolución del concepto de familia.	9
1.3. Tipos de modelos familiares.....	10
1.4. Funciones de la familia.....	13
1.5. Tipos de familia por funcionalidad:	14
1.5.1. Consecuencias de vivir en familias disfuncionales.....	16
1.6. La familia actual y la educación.	18
1.7. Terapia familiar, ayudas y servicio de orientación y mediación familiar.	20
2. INTELIGENCIA EMOCIONAL	22
2.1. Definición	22
2.2. Importancia de trabajar la educación emocional en la educación infantil.	26
2.3. Programas para trabajar la educación emocional en educación infantil.	29
2.4. Recursos para trabajar las emociones en el ámbito familiar y educativo.....	32
CONCLUSIÓN	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
ANEXOS	41

La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

- Elaborado por Rebeca Tello García.
- Dirigido por Eva Fajarnes.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de diciembre del año 2022.
- Número de palabras (sin incluir anexos):

Resumen

Este trabajo teórico tiene como objetivo principal conocer la importancia que tiene el desarrollo de la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

Para ello, es necesario conocer la evolución del concepto de familia desde lo tradicional hasta la actualidad con la finalidad de comprender la diversidad actual que podemos encontrar en el ámbito familiar: familias divorciadas, reconstruidas, monoparentales, adoptivas y homosexuales.

Además, este trabajo explica lo que se entiende por inteligencia emocional y las consecuencias positivas que acarrea una buena educación emocional en niños/as que conviven en un ambiente familiar disfuncional.

Por otro lado, se resaltan las diversas ayudas ofertadas por profesionales para promover el bienestar familiar destacando el programa de orientación y mediación familiar del Gobierno de Aragón y el programa de Terapia Familiar de la fundación ADCARA.

Así mismo, se ofrece una recomendación de recursos lectores para favorecer el desarrollo de la inteligencia emocional, los cuales pueden ser utilizados tanto en el ámbito educativo como en el familiar.

A modo de conclusión, se puede destacar que trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales puede resultar muy efectivo para el desarrollo integral del niño/a.

La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

Palabras clave

Familia, familia funcional, familia disfuncional, niños, educación, inteligencia emocional.

Introducción

El tema que se aborda en el trabajo expuesto se basa en el concepto de inteligencia emocional y la importante influencia que tiene su desarrollo, en el ámbito familiar.

Como afirma Goleman, la inteligencia emocional es un concepto de suma importancia para el éxito del ser humano ya que el desarrollo de ésta contribuye a la mejora del equilibrio emocional y a una adecuada salud mental.

Este trabajo ha sido desarrollado en diversos apartados. En primer lugar, se expone una breve justificación que manifiesta las diversas razones por las que se realiza éste y la importancia en la actualidad de educar a los niños/as emocionalmente y propiciar ambientes familiares funcionales.

Este trabajo teórico, habla del concepto de familia ya que es el primer lugar donde se realiza la socialización de un niño/a. La familia es la encargada de la formación del carácter e identidad de los individuos, de la interiorización de los valores sociales y de la posterior integración en la vida comunitaria, siendo de gran importancia la educación emocional. Por ello, en primer lugar, se realiza una investigación teórica sobre el concepto de familia y la evolución que ha tenido a lo largo de los años. De esta manera, se comprende mejor el surgimiento de los diversos tipos de familias que hay en la actualidad: familias divorciadas, reconstruidas, monoparentales, homosexuales y adoptivas.

Por otro lado, se hace una distinción de conceptos entre: familias funcionales y familias disfuncionales. Así mismo, se le da especial importancia al concepto de familia disfuncional y a las consecuencias negativas que conlleva convivir y educarse en un ambiente como este, lleno de conflictos los cuales influyen de manera significativa en el desarrollo integral de los hijos/as.

Por consiguiente, se habla de las ayudas, orientaciones, mediaciones y terapias familiares que pueden contribuir positivamente a re conducir los comportamientos conflictivos de las familias disfuncionales.

Por otro lado, se define desde la perspectiva de diversos autores, el concepto de inteligencia emocional y la importancia que tiene trabajarla desde la educación infantil.

Es por ello, por lo que a continuación, se reflejan diversos programas dirigidos a los docentes de educación infantil, pudiéndolos utilizar como recursos para trabajar la educación emocional.

El último subapartado del trabajo presenta recursos lectores dirigidos a familias y docentes, para trabajar en los niños/as valores educativos emocionales como la tolerancia y el respeto, al mismo tiempo que se enseña el concepto de familia y los diversos tipos existentes en la actualidad.

Finalmente, se expone una conclusión final para manifestar las ideas más relevantes que han sido abordadas a lo largo del trabajo.

Justificación

Cuando me dieron la oportunidad de elegir los temas del TFG, tenía claro que quería realizar el trabajo sobre la inteligencia emocional. Conforme he ido creciendo, me he dado cuenta de la importancia que tiene expresar emociones y no guardarlas en nuestro interior, saber ponerles nombre para poder actuar de una manera u otra, comprender las emociones y sentimientos del resto para poder empatizar y ayudarles cuando lo necesitan, así como reconocer las nuestras y pedir ayuda si lo requerimos. Todo esto, es algo tan básico a la vez que necesario, que creemos que se aprende conforme la vida nos pone en situaciones difíciles y diversas, pero la realidad es otra. Las repuestas que se dan ante situaciones complicadas, problemas o conflictos pueden ser diferentes si existe una preparación previa. Ese entrenamiento se basa en una educación emocional que nos ayude a responder de la mejor manera posible ante situaciones cotidianas y favorezca nuestro bienestar y felicidad, además de propiciar relaciones sociales sanas.

Para que la respuesta sea efectiva, es necesario que la inteligencia emocional se incluya en el ámbito familiar y educativo desde pequeños para que los niños crezcan viéndolo como algo intrínseco a su educación y a partir de esta, formen su personalidad y se desarrollen de manera integral.

Por otro lado, las últimas prácticas docentes que realicé fueron en el centro educativo público PÍOXII, Huesca. Este colegio cuenta con una gran diversidad en su alumnado. En su mayoría, los niños/as provienen de familias conflictivas que escasean de afecto y normas básicas de convivencia . Las características de este tipo de alumnado eran propias de niños/as que han crecido en un ambiente familiar lleno de carencias. Tras analizar las necesidades de este estos, decidí indagar sobre familias disfuncionales y dedicar una parte del trabajo de fin de grado a los beneficios que puede conllevar una buena educación emocional en este tipo de familias.

1. LA FAMILIA

1.1. Definición

El concepto de familia ha ido evolucionando a lo largo del tiempo y es por eso por lo que no existe una única definición válida que recoja la variedad de modelos descritos por diferentes autores ya que están implicados diversos aspectos biológicos, sociales y jurídicos, además de variar de una cultura a otra. (Benítez Pérez, 20017)

Algunas de las definiciones más destacadas del concepto de familia son las siguientes.

La Real Academia Española define familia como el “grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas” o como “el conjunto de ascendientes, descendientes, colaterales y afines de un linaje”. (Real Academia Española, 2001)

Por otro lado, Levi- Strauss (1949) afirma que la familia proviene del matrimonio y está compuesta por: marido, esposa e hijos nacidos de esta unión, aunque también incluye a otros miembros ascendientes y colaterales. Además, tienen vínculos legales, derechos y obligaciones de tipo económico y religioso, prohibiciones sexuales, y vínculos emocionales como el amor, respeto, afecto, etc.

Etimológicamente la palabra familia proviene del latín *famulus*. Anteriormente hacía referencia a los siervos de un señor, es decir significaba esclavo. Posteriormente, con el paso del tiempo fue evolucionando y haciendo referencia a hogar y, por consiguiente, a “un grupo social construido por personas vinculadas por la sangre, el matrimonio o la adopción, caracterizado por una residencia común, cooperación económica, reproducción y cuidado de la descendencia” (Giner et ál., 2013, p.334).

Otras tesis provenientes de la Psicología o Antropología entienden la familia “como una unidad de personas en interacción”. Asimismo, Alberdi (1999) comprende que “La Familia está formada por dos o más personas unidas por el afecto, el matrimonio o la afiliación, que viven juntas, ponen sus recursos económicos en común y consumen conjuntamente una serie de bienes en su vida cotidiana”.

Muchos otros autores optan por realizar una diferenciación entre dos términos “Familia” y “Hogar” para poder definir y concretar con mayor precisión, el concepto de

familia. Es por ello por lo que la ONU en 1987 lanzó una serie de recomendaciones para distinguir dichos conceptos.

- Art. 131: “La familia debe ser definida como nuclear. Comprende a las personas que forman un hogar privado tales como los esposos o un padre o madre con un hijo no casado o en adopción . Puede estar formado por una pareja casada o no casada con uno o más hijos no casados o también estar formada por uno de los padres con un hijo no casado”.
- Art.132. “El término pareja casada, debe incluir aquellas que han contraído matrimonio o que viven una unión consensual”.

Por otro lado, Andolfi (1984) denomina familia al conjunto organizado e interdependiente de unidades ligadas entre sí por sus reglas de comportamiento y por funciones dinámicas, en constante interacción entre ellas y en intercambio permanente con el exterior. (Andolfi, 1984, en Rage, 1997).

Con todo, se puede afirmar que hoy en día, familia hace referencia a realidades diversas dependiendo del contexto. Por lo general, es “el conjunto de personas mutuamente unidas por el matrimonio o la filiación”; o “la sucesión de individuos que descienden unos de otros”, es decir, “un linaje o descendencia”, “una raza”, “una dinastía” (Petit Robert, en Flandrin, 1979).

Sin embargo, desde el punto de vista de los sociólogos la definen como “las personas emparentadas que viven bajo el mismo techo”, y “más especialmente el padre, la madre y los hijos”. Si bien es cierto que estas dos definiciones representan el concepto de familia en la actualidad ya que es inusual que otras personas que no sean padre, madre e hijos convivan bajo el mismo techo. (Flandrin, 1979).

1.2. Causas de la evolución del concepto de familia.

Como se ha mencionado anteriormente, el concepto de familia ha ido adquiriendo diferentes significados con el paso del tiempo, esto se debe a algunas causas como por ejemplo: el papel que desempeñaba la mujer en el ámbito familiar; el descenso en la fecundidad y aumento de la misma fuera del matrimonio; el cambio de mentalidad frente al concepto de responsabilidades familiares y permisividad; y el nacimiento de nuevos conceptos y tipos de familias. (Benítez Pérez, 2017)

Actualmente, el reconocimiento de la igualdad entre hombres y mujeres, el cambio de leyes y, por consiguiente, el fuerte cambio de mentalidad y valores, son causas detonantes que rompen con el modelo familiar tradicional igualando los derechos y responsabilidades de los padres frente a las necesidades de los hijos. Además, se reconocen y se aceptan diferentes modelos familiares incluyendo el divorcio, las parejas de hecho, parejas homosexuales, etc. (Benítez Pérez, 2017)

Por otro lado, la fuerte liberación de las relaciones sexuales y el aumento de la utilización de métodos anticonceptivos, así como el retraso de la concepción, originan fuertes descensos en la fecundidad. En consecuencia, se produce un aumento de las uniones libres, rupturas matrimoniales y el retraso del abandono del hogar por parte de los hijos/as. (Benítez Pérez, 2017)

Asimismo, las responsabilidades familiares, conyugales y parentales se han visto afectadas en comparación con la tradicional visión de género que se tenía antes. Hoy en día, los conceptos de responsabilidad y permisividad paterna chocan con los principios de igualdad y libertad, lo que se termina traduciendo en una excesiva permisividad. Además, esta permisividad en numerosas ocasiones se refuerza debido a los diferentes modelos familiares vigentes en la actualidad como por ejemplo la reconstrucción de familias en condiciones lamentables para los hijos. (Benítez Pérez, 2017)

1.3. Tipos de modelos familiares.

Para poder entender el concepto de familia actual, es necesario analizar los diferentes modelos familiares vigentes hoy en día. De acuerdo con el número de elementos que la forman podemos encontrarnos con familias nucleares y familias extensas.

Las familias nucleares han sido entendidas como un modelo tradicional donde se ven implicados varios agentes: el matrimonio entre un hombre y mujer y sus respectivos hijos, todos ellos viviendo en la misma casa. Sin embargo, en la actualidad este concepto se ha modificado y se entiende como el compromiso personal entre dos personas independientemente del sexo que sean, las cuales comparten un proyecto de vida común, además de concretar relaciones intensas en los planos afectivo, sexual y relacional. (Lourdes Eguiluz, L, 2007).

Por el contrario, las familias extensas están compuestas por una parte troncal, es decir los padres e hijos en convivencia y otra colateral (abuelos, tíos, primos, etc.). Este tipo de modelo familiar suele darse cuando los padres trabajan lejos, muchas horas o tienen hijos a una temprana edad. En numerosas ocasiones conviven bajo el mismo techo o a poca distancia y por lo tanto sus ideologías y valores influyen en la educación de los hijos/as. La presencia de otras figuras diferentes a los padres biológicos desarrolla en los hijos variedad de ideologías que pueden causar confusión en ellos. El papel de los abuelos en este tipo de familias suele ser detonante ya que es frecuente que los padres busquen en ellos apoyo y cuidado cuando las circunstancias lo requieren o son complicadas.

Asimismo, una familia nuclear puede convertirse en una familia extensa cuando ésta primera se separa o se divorcia debido a que los hijos buscan apoyo psicológico en familiares como abuelos, tíos, primos, etc.

Por otro lado, de acuerdo con la forma de constitución podemos encontrar varios tipos de familias: divorciados, reconstruidas, monoparentales, adoptivas y homosexuales.

Anteriormente, las familias divorciadas eran vistas como un fracaso social. Sin embargo, en el mundo actual, el divorcio está visto como una solución a un problema con la finalidad de poner fin a la insatisfacción y conflicto entre los miembros de la pareja y alcanzar una salud mental óptima. Existen diversas causas del divorcio, algunas están relacionadas con la madurez emocional y otras dependen únicamente de la incompatibilidad entre los cónyuges y la mala relación entre ellos. (Lourdes Eguiluz, 2007).

En referencia a las familias reconstruidas, estas familias son las que por lo menos un progenitor proviene de una unión anterior. A menudo, después del divorcio, los progenitores conocen a otras personas con las que inician un nuevo vínculo. Actualmente este tipo de familias tienen mucha importancia ya que antes únicamente podían casarse de nuevo las personas viudas. Tras formar una nueva familia es de vital importancia no caer en la desvinculación parental y propiciar una educación rica en valores, afecto y protección. Es habitual que los nuevos hijos sientan recelo por los anteriores ya que, por lo general, éstos últimos, suelen sentirse más protegidos. La

superación de estas desconfianzas o temores suponen un crecimiento sano de acuerdo con su edad. (Lourdes Eguiluz, 2007).

Haciendo referencia a las familias monoparentales, surgen cuando un miembro de la pareja decide separarse o divorciarse y desarrolla barreras para apartarse del exterior sin necesitar ningún otro vínculo afectivo más que el de su hijo. Esto puede provocar limitaciones en el crecimiento personal tanto de la madre/padre como del hijo u otros miembros de la familia. Es frecuente que los hijos ejerzan el papel de la pareja ausente para sentir apoyo y protección y por ello es necesario que los padres aclaren los roles que deben desempeñar cada uno. Además, es necesario que el padre/madre que tiene la custodia propicie acercamiento y contacto del hijo hacia el progenitor que no la tiene ya que son figuras significativas para el crecimiento y apego del hijo. En la mayoría de los casos, el padre/madre que no tiene la custodia desarrolla prácticas educativas demasiado permisivas e indulgentes con el hijo debido al poco tiempo que disponen para estar con ellos y compensarles de los malos momentos vividos. Tras el paso del tiempo, en su mayoría, la familia monoparental del progenitor custodio se consolida con mayor fuerza debido al distanciamiento y reducción de encuentros por la otra parte o al enfriamiento y poca demostración afectiva.

Sin embargo, existe otro tipo de familia monoparental la cual no termina cuando el amor acaba sino tras el fallecimiento de uno de los progenitores. Los padres que tienen la custodia de los hijos afrontan la realidad con sobrecarga además de tener un desajuste emocional elevado. Esta situación conlleva a que el comportamiento de los hijos sea difícil de gestionar debido al incumplimiento de reglas. (Lourdes Eguiluz, 2007).

En cuanto a las familias adoptivas, se denominan así cuando el vínculo entre padres e hijos no es biológico. En la actualidad está permitido la adopción de niños mayores o de otros países, además, se puede adoptar a un niño recién nacido, a varios hermanos o incluso a niños con necesidades educativas especiales, anteriormente, esto era impensable. Esta diversidad actual no depende únicamente del tipo de niños/as que se adoptan sino de las personas que realizan la adopción. Algunos autores distinguen dos tipos de adopción: la tradicional y la preferencial. La tradicional hace referencia a cuando la pareja no puede tener hijos propios, sin embargo, la preferencial es un acto voluntario que no depende de la fertilidad de la pareja. La paternidad es complicada debido a la adaptación mutua de los miembros y el desarrollo del sentimiento de

pertenencia del hijo adoptado. Además, respecto a la educación, se tiende a la sobreprotección, dinámicas demasiado afectuosas y permisivas. La edad de los padres es determinante en el comportamiento que adoptan respecto a sus hijos, cuanta más edad tengan, mayores técnicas disciplinarias poseen. La presencia de problemas de comportamiento suele estar asociada a la historia del menor, por ello cuanto mayor sea el niño mayor riesgo habrá de que su historia influya en el funcionamiento de la familia. (Lourdes Eguiluz, 2007).

Existen otro tipo de familias determinadas por la homosexualidad, que es la “atracción preferencial hacia miembros del mismo sexo” y en la actualidad tiende a ampliarse en numerosos núcleos de la sociedad. Normalmente, las familias homosexuales suelen vivir en un ambiente donde se sienten apoyados y pueden expresar sus emociones de manera libre y sin limitaciones. Sin embargo, el punto de inflexión y de conflictos se encuentra en lo referente a las finanzas y al cierto rechazo familiar de algunos miembros que no respetan su relación. Se pueden diferenciar dos tipos de familias homosexuales. Por un lado, la que anteriormente ya tenía hijos y tras la separación ha encontrado una pareja y por lo tanto crean una familia, y, por otro lado, los que deciden vivir a pesar de su orientación sexual, la experiencia de reproducción. No está comprobado que el desarrollo de un hijo en un ambiente homosexual esté comprometido con dicha tendencia, sin embargo, es destacable y fundamental tener en cuenta que los aprendizajes de los menores están condicionados por la estructura familiar, y, por ello, es necesario propiciar un ambiente armónico entre los miembros que la conforman. (Lourdes Eguiluz, 2007).

Para finalizar, todas estas formas familiares nos ayudan a reconocer los principales modelos de familias existentes en la actualidad. El sistema familiar es el lugar donde se desarrollan las principales habilidades, valores y conductas que posteriormente nos convierten en seres humanos, por lo tanto, es necesario crear un ambiente familiar que proporcione cariño, afecto, compromiso mutuo e implicaciones emocionales.

1.4. Funciones de la familia.

Tradicionalmente la familia se caracteriza por cumplir una serie de funciones: económica y cooperativa; de procreación, acogimiento y crianza; y de socialización. (Malón Marco, 2017)

En cuanto a la función económica y cooperativa, la familia y el hogar han estado unidos para producir bienes y garantizar la supervivencia de los miembros. Hasta hoy esta función ha cambiado. Ha pasado de ser una unidad de producción a una de consumo. (Malón Marco, 2017)

Por otro lado, la familia desempeña la función de acogimiento, procreación y crianza relacionado con el cuidado y protección de los hijos/as. Tradicionalmente, el concepto de matrimonio ha estado ligado al de la progenie, aunque, en la actualidad ambos conceptos se han tenido que separar. Hannah Arendt defendía que la familia podía ser entendida como un lugar íntimo donde el niño/a puede crecer como persona a la vez que es protegido del mundo exterior (Arendt, 1996b, p.287). Para poder garantizar y desempeñar esta función es esencial trabajar en la familia el sentimiento de pertenencia.

En referencia a la función de socialización. El primer lugar donde se realiza la socialización es en la familia, por ello ésta se debe encargar de la formación del carácter e identidad de los individuos, de la interiorización de los valores sociales y de la posterior integración en la vida comunitaria. La socialización primaria es la que se encarga de convertir al individuo como miembro de una sociedad y se produce en un contexto lleno de afectos y emociones propiciadas por la familia. Berger y Luckmann (1994, p.170-171) afirman que sin la carga emocional de los familiares que rodean al niño/a, sería imposible adquirir ese aprendizaje ya que esa socialización se realiza a través de una identificación emocional con los otros. Este proceso de socialización no se produce en la actualidad de la misma manera que se producía antes debido a que el afecto y los mecanismos emocionales vigentes en la familia se transmiten de manera diferente.

1.5. Tipos de familia por funcionalidad:

Dependiendo de la funcionalidad de las familias podemos clasificarlas como familias funcionales o familias disfuncionales.

Según Valverde, Moya y Guerra (2009), afirman que las familias funcionales alcanzan el desarrollo integral de sus miembros debido a que se promueven niveles elevados de cohesión, adaptabilidad y comunicación, mientras que sucede lo contrario en las familias disfuncionales.

El objetivo de las familias funcionales prevalece en favorecer el desarrollo sano y crecimiento integral de sus miembros mediante el cumplimiento óptimo de sus funciones al mismo tiempo que disponen de recursos para hacer frente a los cambios y conservan un ambiente de protección y seguridad. (Valencia, 2010).

Las familias funcionales se caracterizan por garantizar a sus miembros, una seguridad económica básica para cubrir sus necesidades. Además, en cuanto a las tareas del hogar, se distribuyen entre los miembros de manera equitativa para evitar la sobrecarga de éstas en una sola persona. Se promueve el sentimiento de pertenencia al mismo tiempo que se cuida la individualización de cada uno de ellos. Se establecen límites claros al mismo tiempo que, poseen un elevado nivel de tolerancia y flexibilidad lo que posibilita el entendimiento y favorece el bienestar familiar. La comunicación es clara y asertiva la cual favorece la comodidad entre los miembros y fortalece la seguridad emocional. (Lema y Viviana, 2021).

Que una familia sea funcional no significa que sea perfecta ya que todas poseen dificultades. Sin embargo, este tipo de familias reconocen sus debilidades al mismo tiempo que buscan soluciones a éstas y trabajan para conseguir una mejor relación familiar. (Lema y Viviana, 2021).

Por el contrario, las familias disfuncionales suelen ser inestables emocionalmente, además, de tener continuos conflictos, malas conductas, escasa comunicación y abuso constante entre los miembros. Es decir, la palabra disfuncional significa “no funciona”, por lo que, como afirma Cecilia Quero Vásquez citada por (Mejia, 2013), las familias disfuncionales no cumplen las labores que les son atribuidas por la sociedad.

Este tipo de familias se caracteriza por promover la sobreprotección generando en los miembros inseguridad y dependencia. Por otro lado, existen las familias demasiado permisivas las cuales, debido a la relación extremadamente abierta, favorecen la sensación de desarraigo y anulan los sentimientos de pertenencia familiar, además, no se marcan reglas y normas claras, por lo tanto, los miembros no saben cuáles son sus derechos u obligaciones, lo que conduce a un desajuste de roles y desequilibrio de poder. En muchos casos los padres se someten a las órdenes y deseos del niño, sin embargo, también existe la imposición autoritaria extrema de los padres hacia sus hijos. Asimismo, la comunicación en las familias disfuncionales es muy escasa y los patrones

son demasiado rígidos lo que genera nuevos conflictos. Los miembros carecen de empatía, sensibilidad y escaso nivel de tolerancia lo que produce un sentimiento de rechazo. Están presentes las faltas de respeto, la humillación y el desprecio, así como las manipulaciones emocionales. (Delgado, 2010)

Algunas de las causas, mencionadas por Ubaidi (2017), que conllevan a que las familias sean disfuncionales son: las adicciones, la mala comunicación para solucionar conflictos, el exceso de control e imposición de normas y órdenes propulsando miedo, escasa empatía, abusos, falta de coherencia y objetividad en las normas, excesivo perfeccionismo, autoritarismo y baja tolerancia, exceso de afecto y protecciónismo, falta de confianza y privacidad, crítica y castigos constantes.

Como afirman Reyna, Salcido y Arredondo (2013), la familia es un sistema compuesto por diferentes subsistemas conocidos como sus miembros. La relación entre los miembros de una familia es tan estrecha que cualquier modificación de sus integrantes afecta a toda la familia. Por ello, en las familias disfuncionales cuando algo va mal no existe un único culpable ya que la solución a dicho problema no depende sólo del comportamiento de este sino de la respuesta de los demás miembros. Por lo tanto, Delgado (2010), afirma que cualquier familia funcional puede convertirse en disfuncional dependiendo de los recursos que pongan en marcha para solucionar el conflicto.

1.5.1. Consecuencias de vivir en familias disfuncionales

Como afirma Zumba (2017), los niños que se desarrollan en un ambiente de conflictos donde asumen roles que no les corresponden, posteriormente generan traumas que no consiguen superar, debido a que sus necesidades básicas no se ven satisfechas afectando al desarrollo integral.

Algunas de las consecuencias que acarrea desarrollarse en un ambiente familiar disfuncional son: aislamiento social, desarrollo de trastornos del comportamiento, exceso de autocritica, baja autoestima, ansiedad y depresión y dificultad para expresar pensamientos y sufrimientos. (Lema y Viviana, 2021).

- Aislamiento social: Tras convivir en un ambiente familiar no estructurado de manera adecuada conlleva a la dificultad de sociabilizar debido a las carencias emocionales y traumas desarrollados.
- Desarrollo de trastornos del comportamiento: Desenvolverse en un continuo ambiente tóxico y negativo puede causar estrés y daños en el comportamiento de los hijos.
- Exceso de autocrítica: Muchos padres frustrados exigen a los hijos lo que ellos no han logrado generando en los hijos un comportamiento de autocrítica estricto.
- Baja autoestima: los problemas que se generan en la familia, el excesivo control de los padres hacia los hijos y las críticas recibidas, afectan de manera elevada a la autoestima de éstos.
- Ansiedad y depresión: desarrollarse en un ambiente lleno de negatividad provoca dificultades en la salud mental.
- Dificultad para expresar pensamientos y sufrimientos: Puesto que se carece de la buena comunicación, presentan dificultades y conflictos al expresar pensamientos y sentimientos (Corbin, 2017).

Estas consecuencias son determinantes para entender el comportamiento que pueden adoptar los niños y adolescentes posteriormente. Algunas de las posturas, como afirma Delgado (2010), que pueden acoger dependiendo de su personalidad son:

- Rebelde: son catalogados como niños “problemáticos” debido a su mala conducta contra todos los que manifiestan autoridad hacia ellos como, por ejemplo: padres, profesores, policía, etc.
- Chivo expiatorio: se caracterizan por tener una baja autoestima y elevado sentimiento de culpabilidad debido a que han sido culpados por la mayoría de los conflictos familiares.
- Guardián: son niños que han tenido que asumir roles que no le correspondían a su edad, haciéndose responsable de muchos de ellos y actuando como mediador.
- Perdido: Son niños que debido a que sus necesidades no han sido cubiertas, esconden y reprimen sus emociones. Suelen ser niños callados, tímidos y discretos.

- Manipulador: son niños que para conseguir lo que quieren se aprovechan de las debilidades y errores de los demás. (Lema y Viviana, 2021)

1.6. La familia actual y la educación.

En la sociedad actual el futuro no depende del apellido o el origen familiar, sino que viene determinado por la educación recibida y el perfeccionamiento del individuo (Lasch, 1996:28).

En esta sociedad, la vida se convierte en un proyecto personal que busca lograr un Estado de bienestar aceptable y duradero (Giddens, 2000, p.20).

Los padres recurren a los expertos para guiar a sus hijos en lo referente a la educación y su futuro (Furedi, 2002; véase Beck-Gernseheim, 2003, p.90 y ss.; Martín Holgado, 2006, p.112).

Esto se ha traducido en una fuerte profesionalización de la paternidad o a lo que Millet denomina hiperpaternidad, donde el niño se ha convertido en el centro del universo familiar.

En la actualidad prioriza una educación autónoma donde los niños progresen de forma individual, por ellos mismos. Para alcanzar una formación óptima es necesario que las familias se involucren en la pedagogía de éstos de forma exigente y se responsabilicen de la salud física y mental, así como de su inteligencia, carácter, moral, vida social, escolar, etc. (Malón, 2017)

En la sociedad moderna, durante los primeros años de educación, los padres sienten temor de que los hijos acaben por debajo de ellos y tienen a sobreprotegerlos. La atención constante para evitar problemas en la infancia del niño puede acarrear consecuencias negativas en los padres como la intranquilidad, angustia o ansiedad. (Malón, 2017).

Por otro lado, autores como Martín Holgado y Fernando Savater, coinciden con en que la familia está pasando por un momento de debilitamiento en la educación o lo que denomina Savater “eclipse de la familia”. (Martín Holgado, 2006, p.113-114) (Savater, 2004a; Tedesco, 1995).

Estos autores afirman que la familia no está desempeñando su papel socializador con la calidad que lo hacía antes, refiriéndose a saberes, hábitos y valores fundamentales. Si esa socialización no se da en el ambiente familiar primario es complicado que la escuela posteriormente pueda enseñar a los niños contenidos más académicos y específicos. “Si la familia está ausente, la escuela entra en crisis” (Tedesco, 1995).

Por lo general, la familia no se siente con la capacidad de asumir y transmitir tareas educativas debido a la ambigüedad de objetivos que deben perseguir, en un contexto cada vez más versátil. Esto no simboliza que los padres no se quieran hacer cargo de la responsabilidad que conlleva ser parente, sino que, hoy en día el significado ha cambiado y como afirma Martín Holgado, “ser parente implica poder delegar funciones en manos de especialistas” (Martín Holgado, 2006, p.112).

Uno de los principales problemas que prevalecen en la actualidad es inculcar en la familia valores que chocan con los valores establecidos fuera del éste. (Camps, 2008).

Esto no significa que la familia no tenga una fuerte influencia en el carácter de niño, así como en la formación de su personalidad, valores y sentimientos, sino todo lo contrario, es el agente más poderoso y determinante. Sin embargo, sí que ha perdido fuerza de trasmisión en comparación a como lo hacía antes. Flaquer (1998, p.117-118), afirma que es más fácil educar en valores en un espacio de trabajo que de ocio. Por ello, las familias han reconducido la educación a un ámbito privado y personal haciendo mayor hincapié en el equilibrio y seguridad emocional, su formación moral y sentimental , etc.

Oliver Reboul (1972, p.25) entiende que la familia es una “escuela de sentimientos”, el papel principal de ésta es la formación de sentimientos. La familia es el lugar donde el niño se siente acogido, querido y protegido y es el espacio idóneo para criarlo y educarlo. (Arendt, 1996b, p.287).

Tradicionalmente, las familias solían tener muchos hijos ya que muchos de ellos fallecían. Por el contrario, en la actualidad se le da mayor importancia a la calidad que a la cantidad (Flaquer, 1998). La calidad de vida es mucho más exigente y por consiguiente el nivel adquisitivo también, por ello en la actualidad, han disminuido las familias numerosas. Además, como afirma Beck-Gernseheim (2003: 138), el estilo de

La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

vida que implica vivir en esta sociedad no se ajusta a las necesidades ni los cuidados de los niños.

Con todo, actualmente, es importante que la escuela involucre a las familias en la educación de sus hijos. Por ello, la LOMLOE, la Ley Orgánica por la que se rige la educación infantil en la actualidad, expone un Plan de Acción Tutorial. Esta acción es relevante para el éxito educativo de los niños/as ya que propicia el acercamiento y colaboración entre familia y escuela.

1.7. Terapia familiar, ayudas y servicio de orientación y mediación familiar.

Para poder abordar y resolver de manera efectiva problemas familiares o promover las familias funcionales, existen profesionales que se encargan de propiciar el bienestar de todos los miembros a través de terapias, orientaciones o mediaciones familiares.

La Dirección General de Igualdad y Familias del Gobierno de Aragón, oferta un servicio de orientación y mediación familiar. Va dirigido a las familias que vivencian situaciones conflictivas y estresantes de convivencia. A las familias inestables emocionalmente, con malas conductas, escasa comunicación y abuso constante entre los miembros. Es decir, a las familias disfuncionales mencionadas anteriormente.

Es por ello, que el Gobierno de Aragón ofrece dos posibilidades de ayuda dependiendo del grado de gravedad y las necesidades particulares de las familias: orientación familiar o medición familiar. Esta primera, va dirigida a las familias que necesitan apoyo y orientación ante situaciones conflictivas conyugales, filiales o intergeneracionales. Se considera como un proceso de ayuda, cuya finalidad es dar soluciones a los problemas familiares que se presentan, y, por consiguiente, a la toma positiva de decisiones. Este proceso de orientación tiene un carácter preventivo y busca proporcionar recursos para gestionar de manera correcta los conflictos familiares. (Gobierno de Aragón, 2022)

En referencia a la mediación familiar, es un procedimiento extrajudicial y voluntario para prevenir y resolver conflictos familiares privados. La persona mediadora informa, orienta y asiste a los miembros familiares de forma neutral, imparcial y confidencial, para facilitar la comunicación entre ellos y tomar decisiones de manera consensuada. (Gobierno de Aragón, 2022)

Para poder obtener estas ayudas del Gobierno de Aragón es necesario concretar cita. Esta cita se puede solicitar de forma electrónica escribiendo al correo orientacionymediacion@aragon.es o, de manera telefónica respetando el horario de lunes a viernes de 9 a 14 horas. Dependiendo de la provincia en la que se resida se tendrá que llamar a un teléfono u otro: Zaragoza 976716740, Huesca 974247260 o Teruel 978654022. (Gobierno de Aragón, 2022)

Por otro lado, existen números profesionales que ofertan la posibilidad de realizar terapias familiares para resolver conflictos o problemas que surgen en el ámbito familiar.

En Aragón, hace más de 25 años, surgió la fundación pública ADCARA, especializada en el trabajo con la infancia, la adolescencia y sus familias. Esta fundación defiende que la educación es la principal herramienta del cambio. Además, desarrollan diversos programas de atención ajustados a las necesidades y demandas específicas de las familias y sus miembros. Dentro del programa de Terapia Familiar, se atienden dificultades como: problemas de pareja, conflictos con la educación, crianza, escolaridad, problemas emocionales de los hijos, procesos de pérdida y duelo familiar, enfermedades, dificultades económicas, sobrecarga de los padres en el cuidado de los hijos, nacimiento de nuevos miembros, emancipación, adopción, divorcios, formación de nuevas parejas, dificultades de adaptación, etc. (Adcara, 1994).

Esta función cuenta con 18 años de experiencia y formación en Terapia Familiar, Además el equipo de especialistas cuenta con 10 terapeutas especializados en adolescentes con dificultades de convivencia familiar y/o escolar, familias monoparentales, y, por último, familias adoptivas y acogedoras. El objetivo principal de estos es apoyar la salud relacional y emocional de la familia, con un plan de acción para cada situación. Además de mejorar la convivencia y llegar a acuerdos consensuados, lograr cambios y modificaciones positivas en comportamientos negativos, aumentar la comunicación entre los miembros, crear un vínculo afectivo y adaptar el lenguaje a cada situación familiar y terapia, orientación y medición familiar. Esta fundación pública, ofrece estos servicios de forma gratuita al 90% de las familias. (Adcara, 1994)

2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

2.1. Definición

Salovey y Mayer fueron los primeros en hablar de la inteligencia emocional en su artículo *Emotional Intelligence* publicado en 1990, pero no fue hasta 1995 con la publicación del libro *Emotional Intelligence* de Daniel Goleman cuando se divulgó el concepto. Este libro fue un best seller a pesar de que el creador del concepto no fuera él. (Fernández-Berrocal y Aranda, 2008)

Además, en 1994 se fundó CASEL, Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning. Esta institución se implantó con la finalidad de potenciar a nivel mundial la educación emocional y social (SEL, *Social and Emotional Learnign*). (Fernández-Berrocal y Aranda, 2008)

Según Salovey y Mayer (1990), la inteligencia emocional se puede entender como:

“la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997).

Es decir, como se afirman Fernández-Berrocal y Aranda (2008) en *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, la inteligencia emocional es la habilidad para manejar sentimientos y emociones, además de saber discriminarlas y hacer uso de éstas para dirigir los pensamientos y acciones. Además, Salovey y Mayer posteriormente en 1997 realizaron una revisión del artículo y estructuraron la inteligencia emocional en cuatro bloques:

1. Percepción emocional.

Hace referencia a la capacidad para identificar y expresar las emociones, además de distinguir las honestas de las deshonestas.

2. Facilitación emocional del pensamiento.

Las emociones influyen de manera importante en el pensamiento. Por ejemplo, estar feliz y alegre conlleva a ver las cosas desde un punto más optimista.

3. Comprensión emocional.

Se refiere a analizar y comprender lo que sentimos y ponerles nombre a las emociones, además de relacionarlas.

4. Regulación emocional.

Incluye el conocimiento y control de las emociones hasta el punto de rechazar y aminorar las emociones negativas y fomentar las positivas sin llegar a reprimir ninguna de ellas.

Por otro lado, Goleman en su libro *Emotional Intelligence* (1995), define la inteligencia emocional como la manera de motivarse a sí mismo, conociendo y manejando las propias emociones, además de reconocer las de los demás y establecer relaciones positivas con el resto.

Tomás (2014), afirma que las emociones se adaptan al estilo de vida de cada uno y a nuestro organismo ya que su origen es innato y son experimentadas por cambios orgánicos, fisiológicos y endocrinos. Así mismo, Rolls añade que las emociones son parte del sistema cerebral ya que reconocen diferentes estímulos conocidos como estímulos recompensa. (Bisquerra, 2012).

La mayoría de los autores que hablan de la inteligencia emocional coinciden en que es la capacidad que tenemos los seres humanos de reconocer nuestros sentimientos. (Bisquerra, 2012).

Goleman (2002) menciona que el éxito del ser humano depende un 20% de su coeficiente intelectual y un 80% de distintos factores entre ellos la inteligencia emocional que nos permite afrontar dificultades de la mejor manera posible. Este autor diferencia 5 tipos de inteligencia emocional:

- El conocimiento de las propias emociones
- La capacidad de controlar emociones
- La capacidad de motivarse a uno mismo
- El reconocimiento de las emociones ajenas
- El control de las relaciones. (Lema y Viviana, 2021).

BarOn establece unas escalas y subescalas de la inteligencia emocional atendiendo a diferentes componentes: intrapersonales, interpersonales, de adaptabilidad, de manejo del estrés y del estado de ánimo a nivel general.

Dentro del componente intrapersonal destaca; la comprensión de sí mismo, conocer el porqué de nuestros sentimientos y emociones; el asertividad, la habilidad de expresar sentimientos sin perjudicar los de otros; el autoconcepto, aceptarse con nuestros limitaciones y posibilidades; la autorrealización, realizar lo que queremos y podemos; y, la independencia, sentirse seguro de nuestros pensamientos y emociones.

El componente interpersonal, incluye: la empatía, comprender los sentimientos de los demás; las relaciones interpersonales, establecer relaciones mutuas con una cercanía emocional; y, responsabilidad social, cooperación y contribución socialmente positiva.

El componente de adaptabilidad hace referencia a: la solución de problemas, establecer diferentes estrategias para identificar problemas y aportar soluciones; prueba de realidad, diferencias lo que sentimos de lo que experimentamos; flexibilidad, permite ejecutar cambios en las conductas y emociones ante situaciones cambiantes.

Intrínsecamente el componente del manejo del estrés contiene: la tolerancia al estrés, habilidad que hace posible sobrellevar emociones fuertes sin desajustarse emocionalmente; control de impulsos, permite reconducir impulsos para regular emociones.

Y, por último, el componente del estado de ánimo que envuelve; la felicidad, el poder de disfrutar de sí mismo y de los demás recreando sentimientos positivos; y, el optimismo, habilidad de las personas para ver las cosas positivas a pesar de lo negativo. (Ugarriza, 2001) en (Lema y Viviana, 2021).

Por otro lado, siguiendo el modelo de la Universitat de Barcelona del Grup de Recerca en Orientació, Psicopedagógica (GROP), se engloban las siguientes competencias emocionales:

- La conciencia emocional:

Conocer, observar, distinguir, comprender y evaluar las propias emociones y las de los demás. Hacer un uso propio del lenguaje verbal y no verbal

- La regulación de las emociones:

Conseguir una respuesta apropiada a las emociones, logrando el equilibrio entre la represión y el descontrol de las emociones. Esta competencia es importante para autorregular las situaciones frustrantes, de ira, afrontar situaciones de riesgo y no caer en el uso de drogas o acciones nocivas para la salud.

Algunas técnicas para trabajar la regulación de las emociones son: el diálogo interno, control del estrés con metodologías de relajación, respiración o meditación, autoafirmaciones positivas, imaginación emotiva, reestructuración cognitiva, asertividad, etc. Para conseguir regular las emociones de manera correcta hay que hacer uso de estas técnicas de manera continuada y constante. Además, es recomendable empezar regulando emociones como la ira, miedo, tristeza, vergüenza, timidez, culpabilidad, envidia, alegría, amor, etc.

- La autonomía emocional:

Capacidad de control personal afectivo ante los estímulos negativos del entorno. Se trata de encontrar el equilibrio entre sensibilidad e invulnerabilidad, entre la dependencia emocional y la desvinculación. Para ello, es necesario trabajar la autoestima, autoconfianza, percepción de autoeficiencia, automotivación y responsabilidad.

- Las habilidades socioemocionales:

Son un conjunto de competencias que proporcionan destrezas para mejorar las relaciones interpersonales. Propiciar empatía y escucha activa favorece las actitudes prosociales. Desarrollar estas habilidades es beneficioso para trabajar en grupo de forma satisfactoria y productiva.

- Competencias para la vida y el bienestar: conjunto de habilidades, valores y actitudes que generan bienestar emocional a nivel personal y social, favoreciendo el sentimiento de felicidad y positivismo. Para conseguir estados emocionales positivos debemos actuar para construirlos. (Bisquerra, 2012).

2.2. Importancia de trabajar la educación emocional en la educación infantil.

Como afirma López (2005) en su artículo *La educación emocional en la educación infantil*, las emociones que vivimos desde que nacemos son imprescindibles para desarrollar nuestra personalidad. Estamos continuamente experimentando emociones en diferentes contextos tanto familiares como educativos, y en diversos procesos evolutivos como por ejemplo: el desarrollo de la comunicación, el conocimiento social, el apego, el desarrollo moral, etc. Por ello, la inteligencia emocional debe ser considerada como un contenido más a educar. Además, no solo es importante educar emocionalmente a los niños, sino que también lo es educar a las familias, docentes y todas esas personas que se encargan del desarrollo de los niños.

Tradicionalmente en la educación, se ha dado mayor importancia a la transmisión de conocimientos que a trabajar las emociones. Sin embargo, en la actualidad muchos estudios confirman la importancia que tienen las capacidades cognitivas, físicas, lingüísticas, morales y emocionales, para el desarrollo completo e integral de los niños. (López, 2005).

La escuela y el ámbito familiar son los contextos más cercanos al niño durante los primeros años de vida. A través de esos medios, el niño se verá influenciado y formará su personalidad. Por ello, es necesario que se trabaje la inteligencia emocional para proporcionar al niño habilidades y estrategias que le ayuden a sobrellevar y protegerse de situaciones o problemas negativos (Andrés Viloria, 2005).

Trabajar las emociones desde el ámbito educativo ayuda a validar las emociones, empatizar con los demás, identificar y poner nombre a lo que se siente, poner límites, enseñar diferentes formas de relación con los demás, quererse y aceptarse, respetar a los demás, y formular diversas estrategias para resolver problemas (López, 2005).

Como afirma Bach y Darder (2002), la educación emocional pretende crear en el niño una asociación entre pensamiento, emoción y acción para que, sin que se vea afectada la autoestima, afronte los problemas.

En la actualidad, se da por hecho que las habilidades emocionales se trabajan de manera transversal en la mayoría de las áreas del currículo y programas de acción tutorial. Por ello, no se le da la misma importancia que la enseñanza de otras

habilidades. La educación emocional debe trabajar de manera específica contenidos conceptuales y procedimentales, y por consecuencia producir en el comportamiento de los alumnos una sensibilización ante las emociones propias y ajenas, además de provocar actitudes positivas en la convivencia social para mejorar las relaciones interpersonales (Vallés, 2000).

En la actualidad, muchos de los objetivos y contenidos del currículo del segundo ciclo de educación infantil tienen relación con la educación emocional. Como por ejemplo:

Objetivos en la educación Infantil:

- Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas.
- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias emocionales para el equilibrio y la potenciación de la autoestima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Favorecer el autoconocimiento y el conocimiento de los demás.
- Desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria para uno mismo y para los demás.
- Desarrollar el control de la impulsividad.
- Favorecer la cantidad y calidad de las interacciones del grupo para la mejora del clima relacional de clase y cohesión grupal.

Contenidos en la educación infantil:

- Conciencia emocional. Implica el tomar conciencia del propio estado emocional y manifestarlo mediante el lenguaje verbal y/o no verbal, así como reconocer los sentimientos y emociones de los demás.
- Regulación emocional. La capacidad de regular los impulsos y las emociones desagradables, de tolerar la frustración y de saber esperar las gratificaciones.
- Autoestima. La autoestima es la forma de evaluarnos a nosotros mismos. La imagen que uno tiene de sí mismo (autoconcepto) es un paso necesario para el desarrollo de la empatía. En estas edades el niño o niña empieza a

conocerse a sí mismo con la ayuda de los demás y su aceptación contribuye en su propia autoestima.

- Habilidades socio-emocionales. El reconocer los sentimientos y las emociones de los demás, ayudar a otras personas a sentirse bien, desarrollar la empatía, mantener unas buenas relaciones interpersonales (comunicación, cooperación, colaboración, trabajo en equipo, resolución de conflictos de una forma positiva, etc.).
- Habilidades de vida. Experimentar bienestar en las cosas que se realizan diariamente en la escuela, en el tiempo libre, con los amigos, en la familia y en las actividades sociales.

Para poder transmitir de forma eficiente estos objetivos y contenidos, es necesaria la cooperación entre familia y escuela (López, 2005).

Muchos de los problemas que surgen en la actualidad están relacionados, como afirma Bisquerra (2003), con el analfabetismo emocional. Por eso es necesaria una educación que ayude a identificar los sentimientos para poder poner solución a los problemas.

La gran importancia que se le ha dado a la educación emocional en la actualidad ha generado una serie de materiales y programas educativos para facilitar a los docentes y familiares la transmisión de esta. Por ello, deben inculcarles cuanto antes ciertas habilidades emocionales. (Gallego, 1999).

El papel que desempeña tanto el docente como la familia en este proceso de enseñanza-aprendizaje, es imprescindible y detonante para el proceso de adquisición del niño. El docente y la familia no son únicamente transmisores de información, sino que deben actuar como mediadores y facilitadores en el proceso. Algunas de sus funciones son: percibir las necesidades, motivaciones, intereses y objetivos de los niños, ayudar y promover los objetivos personales de estos, facilitar la toma de decisiones y responsabilidades personales y establecer un clima emocional positivo. (Verónica, G 2004).

2.3. Programas para trabajar la educación emocional en educación infantil.

La educación emocional según Gallego (2004), se puede abordar desde tres perspectivas:

- La autorreflexión sobre el desarrollo emocional y nuestra práctica educativa. Es decir, tomar conciencia sobre cómo actuamos y estamos educando el desarrollo emocional para tomar conciencia de nuestras propias respuestas y establecer y trasmitir posteriormente, un mejorado modelo emocional.
- Integrar en el desarrollo emocional prácticas educativas adecuadas que se ajusten al planteamiento teórico.
- Destinar horas de diferentes áreas o de acción tutorial para entrenar y poner en práctica el programa emocional planteado en el currículum.

Para que el programa pueda llevarse a cabo de manera exitosa, se debe tener en cuenta la interacción y cooperación con todos los agentes implicados: familia, profesorado, tutor y alumnos. Además, es necesaria la formación adecuada sobre inteligencia y educación emocional del profesorado, para que la transmisión de ésta sea efectiva. (Álvarez, 2001).

Algunos programas que contribuyen al desarrollo y formación de capacidades emocionales y sociales dirigidos a niños de educación infantil son:

- *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS).*
Este programa fue realizado por M'Inés Monjas Casares y publicado por la editorial CEPE. Madrid. 1999 (cuarta edición).

El objetivo principal del programa es suscitar la competencia social en niños en edad escolar a través del desarrollo de las relaciones interpersonales positivas tanto con iguales como con adultos de su entorno social.

Los contenidos que aborda están agrupados en las áreas trabajando un total de 30 habilidades sociales. Las áreas que se plantean son: interacción social, hacer amigos/as, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con los sentimientos y opiniones, solución de problemas interpersonales, habilidades para relacionarse con los adultos.

Respecto a la metodología, este programa va está considerado para realizarlo en aulas ordinarias de Educación Infantil, Primaria y secundaria, aunque puede utilizarse en otros entornos educativos como, por ejemplo: aulas de apoyo, educación compensatoria, talleres, centros de menores... así como puede ser adaptado a ambientes clínicos o de ocio.

Además, está dirigido a niños/as en situación de riesgo, principalmente rechazados, ignorados y alumnos con necesidades que aparentemente no presenten conductas sociales inadecuadas pero que puedan beneficiarse y contribuir favorablemente para un mejor ajuste personal. (Andrés Viloria, 2005).

- *Programas de reforzamiento en las habilidades sociales, autoestima y solución de problemas.*

El autor de este programa es Antonio Vallés Arández, fue aprobado y publicado por la editorial EOS, Madrid en 1994.

Este programa pretende dotar al alumno de habilidades que le hagan ser mejor persona, aprenda a convivir y actuar resolviendo los problemas que se le plantean y promover relaciones sociales positivas y sanas con los demás.

Los contenidos que se trabajan son: el autoconocimiento de sí mismo, la identificación de estados de ánimo en uno mismo y en los demás y su expresión adecuada, el diálogo y la participación en conversaciones y situaciones de interacción entre iguales, la escucha activa, la importancia del uso de la comunicación gestual, el trabajo en equipo, la cooperación, la solidaridad, el respeto hacia las reglas establecidas por el grupo, la búsqueda eficaz de soluciones antes problemas de relación social, el reforzamiento social a los demás, la comunicación de los propios deseos, la realización de peticiones con cortesía y amabilidad, la distinción entre críticas justas e injustas, el manejo de los pensamientos negativos que deterioran la autoestima y la competencia social, la importancia de la relajación muscular a través de ejercicios de respiración y control muscular.

La metodología para desarrollar que se lleva a cabo en este programa para desarrollar los contenidos mencionados anteriormente es la siguiente: se debe

evitar el uso del cuaderno, promoviendo dinámicas grupales para escenificar o dramatizar algunas de las situaciones que se planteen.

Este programa está dirigido a todos los alumnos de clase priorizando a aquellos que muestran algunas conductas problemáticas como comportamientos excesivos e inhibidos. Así mismo también pueden beneficiarse los alumnos que no presentan ningún problema de conducta utilizándolo como un programa preventivo para mejora de la convivencia social. (Andrés Viloria, 2005).

- *Programa de educación emocional para 3-6 años.*

Este programa fue realizado por Rafel Bisquerra y Élia López Cassá (GROP).

Publicado por la editorial EditPraxis, Barcelona en 2003.

Este programa persigue contribuir al desarrollo de los niños/as examinando todas las dimensiones: cognitivas, físico-motoras, psicológicas, sociales y afectivo-emocionales. Estas dimensiones se desarrollan a lo largo de la vida, aunque la base de su crecimiento se localiza en la infancia.

Los contenidos que aborda este programa son los siguientes: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales, habilidades de vida.

En cuanto a la metodología y la aplicación de este, se trata de un conjunto de actividades prácticas de educación emocional. Estas se aúnan en cinco bloques temáticos y en cada bloque se encuentran seis actividades con sus respectivos materiales complementarios para realizar la práctica. Para que las actividades sean efectivas deben ser realizadas de manera continua, evitando la ejecución de estas de forma aislada y descontextualizada.

Está destinado a niños de 3 a 6 años, correspondiente al segundo ciclo de la etapa de educación infantil. (Andrés Viloria, 2005).

- *S.Le.L.E: Siendo inteligentes con las emociones.*

El autor es Antonio Vallés Arández, y fue publicado por la editorial Promolibro, Valencia en 2000.

La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

El objetivo general del programa es enseñar a los alumnos habilidades emocionales, que le permitan enfrentarse a las dificultades de la vida cotidiana que se dan en el ámbito escolar. Conseguir un buen desarrollo de la inteligencia emocional permitirá que los alumnos entiendan los problemas cotidianos que surgen en el ámbito escolar y de esta forma puedan hacerles frente de manera segura y adecuada tanto socialmente como personalmente.

Los contenidos que se trabajan en este programa son: ¿quién eres? ¿cómo eres?, aprender sin enfadarse, aprender a solucionar conflictos, ¿por qué estás alegre, triste, enfadado...?, decir cosas agradables y positivas, respetar a los demás evitando molestarles, etc.

La aplicación de este programa se lleva a cabo mediante cuadernos donde se presenta cada habilidad que va a desarrollarse en clase mediante los recursos didácticos disponibles. Este cuaderno es un recurso de apoyo que sirve como un elemento gráfico. Debido a que en educación infantil los niños no han desarrollado todavía las destrezas necesarias para poder hacer un uso correcto de este recurso, los alumnos podrán expresar de manera verbal sus respuestas con la ayuda necesaria del profesor y de los propios compañeros. Además, se pueden representar/ dramatizar las situaciones de relación interpersonal que se presentan para facilitar a dichos alumnos su comprensión y expresión.

Este programa va dirigido a alumnos y alumnas de segundo ciclo de educación infantil y primero de educación primaria. (Andrés Viloria, 2005).

2.4. Recursos para trabajar las emociones en el ámbito familiar y educativo.

Como afirma Judith Franch, licenciada en literatura infantil y formada en Educación Emocional y Disciplina Positiva, trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales ayuda a promover la tolerancia, el respeto y favorece la convivencia tanto en el ámbito familiar como en el social.

Como hemos mencionado anteriormente, en la actualidad podemos distinguir diversos modelos familiares, cada familia es única e inigualable, por lo tanto, cada una de ellas tiene necesidades específicas diferentes. Sin embargo, para que una familia sea

La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

funcional y favorecer el bienestar de todos los miembros, en necesario que haya afecto y amor en todas ellas.

Judith afirma en su blog *Club Peques Lectores* la importancia de mostrar a los niños/as la diversidad familiar que existe en la actualidad. De esta forma se promoverán valores importantes como la tolerancia, la convivencia y la libertad.

Esta profesional recomienda como recurso para trabajar la inteligencia emocional, los libros y cuentos infantiles. Algunos cuentos recomendados por ésta que tratan sobre la familia y la importancia de conocer los diferentes modelos familiares para trabajar la inteligencia emocional son:

Federico y sus familias de Mili Hernández y Gómez, Editorial NubeOcho. Trata de un gato llamado Federico el cual presenta las diferentes familias que tiene. (Anexo 1)

Familiarium de Mar Cerdà, Editorial Comanegra. Éste es un cuento didáctico que invita a buscar y crear diferentes familias, ya que tiene cortadas las páginas en cuatro partes y en cada una de ellas hay un miembro familiar dibujado. (Anexo 2)

Mi familia es especial, de Anna Royo y Mónica Armiñó, Editorial El Pirata. Una tortuga celebra su cumpleaños y manda invitaciones a todos sus amigos y familiares, haciendo un repaso por los diferentes modelos familiares que invita. (Anexo 3)

Familias, de Oh Mami Blue, Editorial Somos Libros. Es un libro que nos explica que existen tantas familias como formas de amar. Se presentan 16 tipos diferentes de familias con un texto en rima y acompañado de una ilustración. (Anexo 4)

Cada Familia a su aire, de Beatrice Boutignon, Editorial Hotelpapel. Es un cuento que presenta diversos tipos familiares y defiende que todas son iguales y distintas a la vez. (Anexo 5)

Una gran familia, de Elisenda Roca y Rocío Bonilla, Editorial Beascoa. Repasa diferentes tipos familiares al mismo tiempo que nos cuenta una historia. (Anexo 6)

Con Tango son tres, de Justin Richardson, Peter Parnell y Henry Cole, Editorial Kalandraka. Es un cuento que trabaja la tolerancia y la diversidad. (Anexo 7)

La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

¡En familia!, de Alexandra Maxeiner y Anke Kuhl, Editorial Takatuka. Es un libro humorístico informativo que explica con detalle los tipos de familias y las relaciones entre ellos. (Anexo 8)

Todos estos cuentos son recursos que se pueden utilizar tanto en el ámbito familiar, como en el educativo para promover valores y trabajar la diversidad familiar, así como para promover la inteligencia emocional de manera dinámica y eficaz.

CONCLUSIÓN

El trabajo teórico realizado da respuesta al objetivo planteado inicialmente que se centraba en conocer la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en familias disfuncionales. Tras la información recogida y a modo de conclusión se puede afirmar que la educación emocional es determinante en el desarrollo integral de las personas y sobre todo en aquellas que han crecido en ambientes familiares disfuncionales.

La educación emocional es importante ya no solo porque nos ayuda a ponerles nombre y apellido a los sentimientos y emociones, sino es algo que va mucho más allá. Consiste en enseñar a través de diferentes recursos diversas formas para controlar el funcionamiento de nuestro cerebro. Las emociones no son ideas abstractas, sino elementos bioquímicos específicos producidos por el cerebro y ante los cuales el cuerpo reacciona.

Existen diferentes alimentos que al ingerirlos nos hacen sentirnos bien debido a la producción de serotonina y endorfinas que libera nuestro cerebro. Estas sustancias bioquímicas son asociadas por nuestro cerebro al bienestar y la felicidad y es por ello que tras sentirnos tristes suelen apetecernos estos alimentos. (Shapiro y Tiscornia, 1997).

Sin embargo, como afirma Shapiro y Tiscornia (1997), la educación emocional nos dota de las herramientas necesarias para poder modificar la bioquímica de las emociones ayudándonos a adaptar mejor nuestros comportamientos ante situaciones conflictivas o problemáticas, a mantener un mayor control, a buscar mejores soluciones y, por lo tanto, a un incremento generalizado de felicidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALBERDI, I.: (1999). *La nueva familia española*. Madrid. Taurus. pp.60.
- Álvarez González, M (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: CISSPRAXIS.
- Andrés Viloria, C. (2005). *La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela: programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores*.
- Arendt, H. (1996b). “*La crisis de la educación*”, en Arendt, H. (ed.), *Entre el pasado y el futuro*, Barcelona, Península.
- BACH, E. & DARDER, P. (2002). *Sedúcete para seducir. Vivir y educar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Beck-Gernseheim, E. (2003). *La reinvención de la familia. En busca de nuevas formas de convivencia*, Barcelona, Paidós.
- Benítez Pérez, M. E. (2017). La familia: Desde lo tradicional a lo discutible. *Revista Novedades en Población*, 13(26), 58-68.
- Berguer, P. y Luckmann, T. (1994). *La construcción social de la realidad*, Buenos Aires, Amorrortu.
- Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. *Cómo educar las emociones*, 1, 24-35.
- Camps, V. (2008). *Creer en la educación: la asignatura pendiente*, Barcelona, Península
- Carreras, A. (2014). Recursos, funcionalidad y disfuncionalidad familiar. *Recur. Func. Y Disfuncionalidad Fam*, 1, 1-12.
- Cassà, È. L. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167.

Corbin, Juan. 2017. “*Amor Tóxico: Características. Corbin – FORMACIÓN INTEGRAL.*” Retrieved June 16, 2021 (https://formacion-integral.com.ar/website/?p=3879).

Delgado, Jennifer. n.d. “Familia Funcional vs. Familia Disfuncional: 20 Diferencias ★ Rincón de La Psicología.” Retrieved March 30, 2021 (https://rinconpsicologia.com/familiafuncional-familia-disfuncional/).

Fernández-Berrocal, P., & Aranda, D. R. (2008). La inteligencia emocional en la educación. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 6(15), 421-436.

Flandrin, J. L. (1979). *Orígenes de la familia moderna*. Barcelona: Crítica.

Furedi, F.(2002). *Paranoid parenting*, Chicago, Chicago Review Press.

Flaquer, L. (1998). El destino de la familia, Barcelona, Ariel.

Franch, Judith. (2020, enero). *Club peques lectores. 10 libros infantiles sobre familias y su diversidad, para promover la tolerancia, el respeto y la convivencia*. <http://www.clubpequeslectores.com/2020/01/libros-infantiles-sobre-familias-diversidad.html>

Fundación Adcara (1994) *Programa Terapia Familiar*. <https://adcara.org/programa-terapia-familiar/>

Gallego Gil, D (2004). *Educar la inteligencia emocional en el aula*. Madrid: PPC
Gea Rodríguez, V (2004) *La inteligencia emocional en la infancia: educación, familia y escuela*. Granada.

García García, M. (2018). La percepción social sobre la familia y sobre las nuevas estructuras familiares.

Giddens, A. “Citizenship in the global era”, en Pearce, N. y Hallgarten, J. (eds.), *Tomorrow’s citizens. Critical debates in citizenship and education*, Londres, IPPR.

Giner, S., Lamo de Espinosa, E. y Torres, C. (eds.) (2013). Diccionario de Sociología, Madrid, Alianza Editorial.

Gobierno de Aragón (2022, marzo) *Orientación y mediación familiar. Dirección General de Igualdad y Familias*. <https://www.aragon.es/-/orientacion-y-mediacion-familiar#anchor1>

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.

Herrera Santí, P. M. (1997). La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud. *Revista cubana de medicina general integral*, 13(6), 591-595.

Lasch, C. (1996). *Refugio en un mundo despiadado. Reflexión sobre la familia contemporánea*, Barcelona, Gedisa.

Lema, P., & Viviana, J. (2021). *Estudio comparativo de la inteligencia emocional en los estudiantes provenientes de familias funcionales y disfuncionales de la Unidad Educativa “Miguel Ángel León Pontón”* (Bachelor's thesis, Riobamba).

LEVI-STRAUSS (1949). *Estructuras Elementaires de la Parente*. Puf. Paris.

Lourdes Eguiluz, L. (2007). *Dinámica de la familia: un enfoque psicológico sistémico*. Editorial Pax México.

Malón Marco, A. (2017). *Cuestiones de pedagogía social para maestros*. Prensas de la Universidad de Zaragoza.

Martín Holgado, J. (2006). “Del paidocentrismo al adultocentrismo en las relaciones padres-hijos”, en Álvarez y Berastegui (eds.), *Educación y familia*, Madrid, Universidad de Comillas.

Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (eds.). *Emotional Development and Emotional Intelligence: implications for educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.

Mejia, Rafael. 2013. “Que Es Una Familia Disfuncional.” 53(9):1689–99.

Ochoa Castillo, J. J. (2018). *Familias funcionales y disfuncionales en el trastorno por déficit de atención e hiperactividad* (Doctoral dissertation, Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Médicas. Escuela de Graduados).

ONU. (Comisión de Estadística de la ONU. 1987.)

Rage, E (1997). Ciclo vital de la pareja y la familia. México: Plaza y Valdés/Universidad Iberoamericana. Pp. 235-265.

Real Academia Española. (2001). Familia. En Diccionario de la lengua española. (22^a ed.).

Reboul, O. (1972). *¿Transformar la sociedad? ¿Transformar la educación?*, Madrid, Narcea.

Sánchez, C. (2008). La familia: concepto, cambios y nuevos modelos. *Revista la Revue du REDIF*, 2(1), 15.

Savater, F. (2004a). “El eclipse de la familia”, *El valor de educar*, Barcelona, Ariel.

Shapiro, L. E., & Tiscornia, A. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. Buenos Aires: Javier Vergara.

Tedesco, J. C. (1995). *El nuevo pacto educativo*, Madrid, Anaya.

Ubaidi, Basem Abbas Al. 2017. “Cost of Growing up in Dysfunctional Family.” Journal of Family Medicine and Disease Prevention 3(3). doi: 10.23937/2469-5793/1510059.

Valencia, Universitat de. 2010. “*Funcionamiento Familiar: Evaluación de Los Potenciadores y Obstructores (I) El Sistema Familiar.*” British Medical Journal (I):78.

Vallés Arándiga, A (2000) S.l. C.L.E: *Siendo inteligentes con las emociones*. Valencia: Promolibro

Valverde Farías, Jeannegda Catherine, Egda Isbelia Farías Moya, and Gidder Benítez-Guerra. 2009. “*Factores de Riesgo Para El Consumo Recreacional y La Adicción de Sustancias Psicotrópicas y Estupefacientes En Estudiantes de Educación Superior.*” Rev. Fac. Med. (Caracas) 32(2):113–23.

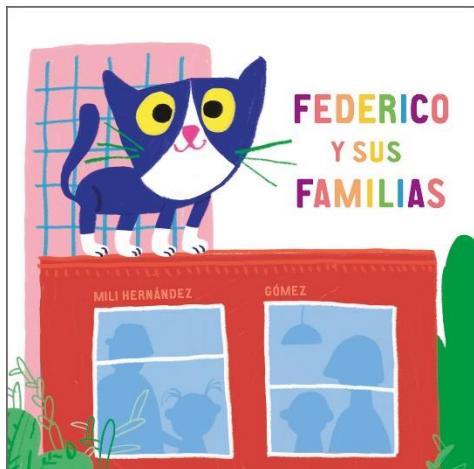
La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

Zumba, Doris. 2017. “Disfuncionalidad Familiar Como Factor Determinante De Las Habilidades Sociales En Adolescentes De La Fundación Proyecto Don Bosco.” Pontificia Universidad Católica Del Ecuador 1–102.

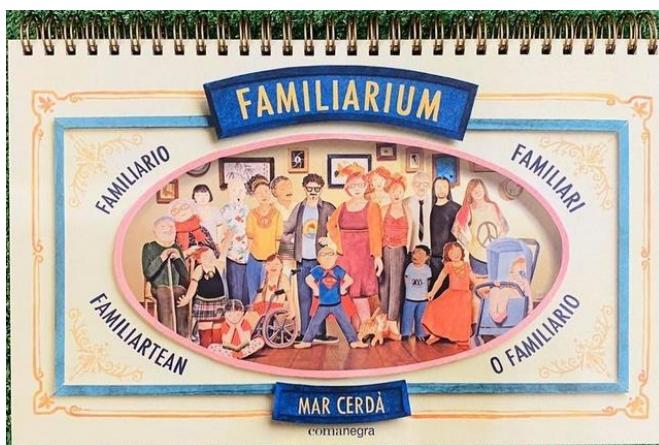
La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

ANEXOS

Anexo 1: *Federico y sus familias* de Mili Hernández y Gómez.

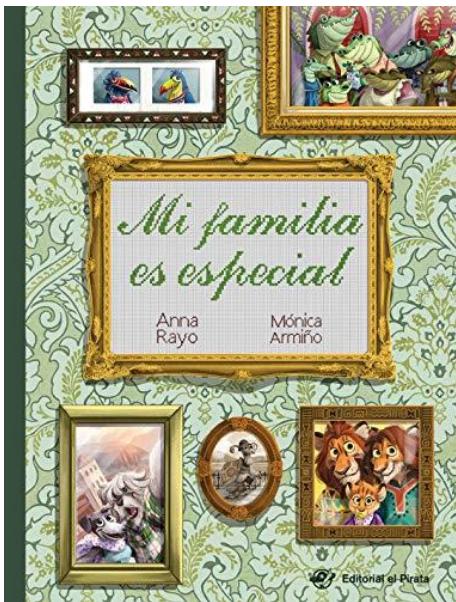


Anexo 2: *Familiarium* de Mar Cerdà, Editorial Comanegra.



La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

Anexo 3: *Mi familia es especial*, de Anna Royo y Mónica Armiñó



Anexo 4: *Familias*, de Oh Mami Blue



La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

Anexo 5: *Cada Familia a su aire*, de Beatrice Boutignon.

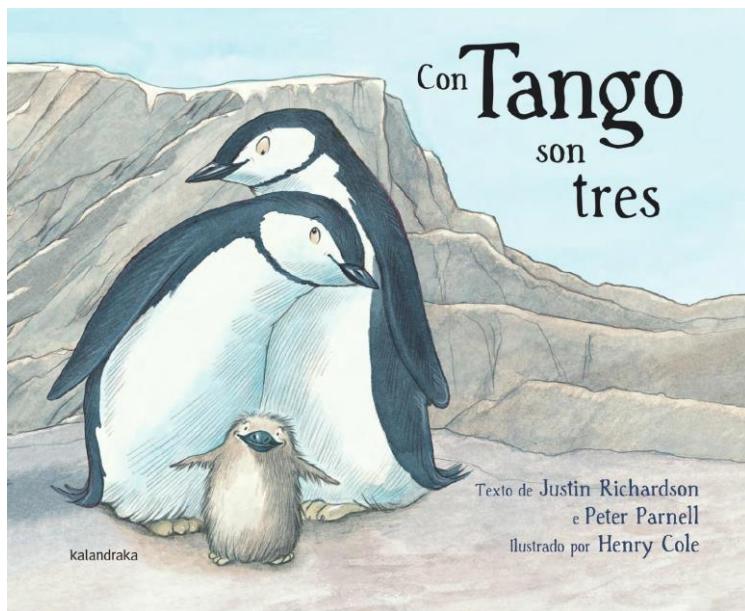


Anexo 6: *Una gran familia*, de Elisenda Roca y Rocío Bonilla



La importancia de trabajar la inteligencia emocional en familias disfuncionales.

Anexo 7: *Con Tango son tres*, de Justin Richardson, Peter Parnell y Henry Cole



Anexo 8: *¡En familia!*, Alexandra Maxeiner y Anke Kuhl

