



**Universidad
Zaragoza**

Trabajo Fin de Grado

La inteligencia emocional en ed. Infantil: propuesta de intervención para la comprensión, expresión y gestión de las emociones.

Emotional intelligence in early childhood education: intervention proposal for the understanding, expression and management of emotions.

Autor/es

María Miguel Martínez

Director/es

Juan Baltasar González de Anta

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Campus de Teruel.

2024

Índice

INTRODUCCIÓN	5
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	7
1. CONCEPTOS BÁSICOS	7
1.1 Inteligencia emocional	7
1.2 Estructura de la IE	9
1.3 Inteligencia emocional en la infancia	10
1.4 Inteligencia emocional en la educación	13
2. LOS DÉFICITS EN COMPETENCIAS EMOCIONALES	15
3. MODELOS TEÓRICOS SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA INFANCIA Y ESTRATEGIAS PARA EL FOMENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ED.INFANTIL.	17
OBJETIVOS	20
DISEÑO DE PROPUESTA DIDÁCTICA	20
CONCLUSIÓN	35
Referencias bibliográficas	37
Anexos	38

Resumen

La habilidad para comprender, controlar y utilizar las emociones humanas, entendida como Inteligencia Emocional es uno de los aspectos más críticos en el desarrollo infantil. El inicio apropiado de este proceso resultará en un adulto que, si se ha abordado adecuadamente, demostrará una gestión emocional positiva, una comprensión adecuada de las emociones de los demás, que derivará en una excelente inteligencia emocional. Por ello, es en la escuela donde debe tener comienzo un desarrollo óptimo.

Por ello, el objetivo del presente trabajo es hacer una propuesta de intervención docente en la cual se incluyen prácticas destinadas a ser implementadas en el aula con el propósito de trabajar las emociones en sus diferentes etapas: su reconocimiento, su regulación y su expresión tanto en el individuo como en los demás. Los objetivos planteados son el desarrollo de reconocimiento de las propias emociones, el respeto de las emociones ajenas y el desarrollo de la capacidad de expresión de forma sana.

Dicha intervención es elaborada para la implementación en la 2ª etapa de educación infantil, en el aula de 5 años. Nos basaremos en la metodología activa, el aprendizaje cooperativo y experiencial para fomentar, a lo largo de 9 sesiones en el aula, un óptimo desarrollo de los distintos componentes de la inteligencia emocional.

Palabras clave: Gestión emocional, Inteligencia emocional, educación infantil, Socialización, Aprendizaje cooperativo.

Abstract

The ability to understand, control and use human emotions, understood as Emotional Intelligence is one of the most critical aspects of child development. The proper initiation of this process will result in an adult who, if properly addressed, will demonstrate positive emotional management, a proper understanding of the emotions of others, which will result in excellent emotional intelligence. Therefore, it is at school where optimal development should begin.

Therefore, the aim of this paper is to make a proposal for a teaching intervention which includes practices to be implemented in the classroom in order to work on emotions in their different stages: their recognition, their regulation and their expression both in the individual and in others. The proposed objectives are the development of the recognition of one's own emotions, the respect for the emotions of others and the development of the capacity of expression in a healthy way.

This intervention is designed for implementation in the 2nd stage of early childhood education, in the 5 year old classroom. We will be based on active methodology, cooperative and experiential learning to promote, throughout 9 sessions in the classroom, an optimal development of the different components of emotional intelligence.

Keywords

Emotional management, Emotional intelligence, early childhood education, Socialization, Cooperative learning.

INTRODUCCIÓN

Goleman (1995) difundió ampliamente el término de Inteligencia Emocional después del gran éxito de su libro mundialmente aclamado "Inteligencia Emocional". Desde entonces, este concepto ha sido objeto de numerosas investigaciones y ha alcanzado una gran relevancia social.

No podemos imaginar la infancia y el desarrollo de los infantes sin emoción y sin sentir emociones. Cada situación, especialmente en el desarrollo temprano despierta una emoción en nosotros; es algo intrínseco a la vida. La felicidad y la alegría deben ser experimentadas y compartidas. La tristeza debe ser comprendida y reconfortada. El miedo debe ser analizado de manera racional. La sorpresa debe ser permitida e incluso estimulada. Las emociones se experimentan, se expresan, se explican, se justifican, y se intensifican o disminuyen según sean positivas o negativas. Es por ello que la vida diaria en un aula es un remolino de emociones.

La Inteligencia emocional no solo es esencial para el bienestar emocional y el desarrollo personal de los niños, sino que también mejora las interacciones sociales, la resiliencia emocional y la capacidad de afrontar los desafíos con éxito.

Es sabido que, para adaptarnos, crecer y desarrollarnos satisfactoriamente, la capacidad de experimentar las distintas emociones es clave, ya que nos permite reconocer los cambios en nosotros mismos y en nuestro entorno, reaccionar frente a eventos que podrían interferir con nuestro bienestar y enfrentar y resolver situaciones problemáticas.

La falta de expresión adecuada de las emociones puede ser perjudicial para la persona, especialmente en el caso de los niños. No expresar las emociones o hacerlo de manera inadecuada puede tener graves consecuencias a largo plazo. Estas dificultades pueden persistir en el tiempo y afectar negativamente el desarrollo emocional y social de los niños, lo que podría derivar en problemas más serios en el futuro. Es importante enseñarles a los niños cómo identificar, comprender y gestionar sus emociones desde una edad temprana para promover un desarrollo emocional saludable y prevenir posibles dificultades emocionales en el futuro.

Por ello, la siguiente propuesta didáctica está diseñada para la segunda etapa de educación infantil, específicamente para niños de 5 años. A esta edad, los niños suelen ser capaces de reconocer las emociones y de identificar cuáles son y cómo se manifiestan. Sin embargo, todavía están en proceso de aprender a gestionarlas de manera positiva. La inteligencia emocional es crucial para cultivar un ambiente educativo y social donde las emociones se comprenden y gestionan de manera efectiva para promover un crecimiento emocional saludable y una convivencia positiva.

Considero que la intervención para la gestión, comprensión y expresión de las emociones es fundamental en el ejercicio profesional del grado de Educación Infantil. Este aspecto es intrínseco al proceso de enseñanza, dado que las emociones son un concepto crucial en la educación de los niños pequeños. Es vital que los educadores comprendan la importancia de promover el desarrollo emocional de los niños y proporcionarles las herramientas necesarias para identificar, comprender y expresar sus emociones de manera saludable. Esto no solo contribuye al bienestar emocional de los niños, sino que también facilita un ambiente educativo más positivo y propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral de los niños en esta etapa crucial de su vida.

La educación que tengamos en el país será el reflejo del futuro de nuestra sociedad. La escuela es el resultado de lo que en la comunidad llevamos a cabo y lo que queremos.

Por lo tanto, los objetivos generales de esta propuesta son promover la educación emocional en la etapa de Educación Infantil, fomentando la capacidad de reconocer y respetar tanto las propias emociones como las de los demás, y aprender a expresar estas emociones de manera saludable.

Esta propuesta se basa en enfoques teóricos que reconocen la importancia de la inteligencia emocional en el bienestar integral de los niños (Mayer y Salovey, 1997). Para lograr esto, se utilizarán estrategias pedagógicas que promuevan la reflexión, la adquisición de contenidos y su aplicación práctica.

Las horas de clase suelen destinarse a descubrir aspectos sobre el mundo, personajes, animales y tradiciones culturales, pero se descuida enseñarles a reconocerse como individuos únicos, diferentes y con una historia propia e irrepetible. Esto es aún más preocupante porque, como se ha mencionado anteriormente, si no lo abordamos en la infancia, es probable que se descuide en etapas posteriores.

Fundamentación teórica

1.1 CONCEPTOS BÁSICOS

1.1 Inteligencia emocional

El origen del término “Inteligencia emocional” se remonta a 1859, cuando Charles Darwin presentó su teoría y destacó la relevancia de la expresión emocional en la supervivencia y adaptación de los organismos al entorno (Rodríguez-Sánchez, 2000).

Durante los años noventa, el concepto de inteligencia experimentó una expansión hacia una perspectiva más amplia y realista. Surgieron nuevas ideas como la de “Las inteligencias múltiples” (Gardner, 1993). Este marco conceptual propuso reconocer a los individuos con diversos estilos de aprendizaje y conjuntos de habilidades, e introdujo de manera importante la noción de inteligencia interpersonal como una capacidad cognitiva distintiva. El modelo de las inteligencias múltiples desafió la visión tradicional de la inteligencia como un rasgo unitario y genéticamente determinado, y planteó en su lugar que los seres humanos poseen una gama de capacidades intelectuales que se manifiestan en diversos ámbitos, incluyendo las esferas lingüística, lógico-matemática, espacial, cinestésico-corporal, musical, intrapersonal e interpersonal.

La mención de la acuñación del término "Inteligencia emocional" en 1990 por los psicólogos Peter Salovey y John Mayer se puede atribuir a su artículo titulado "La Inteligencia emocional en la Educación".

Por lo tanto, según Mayer (1990) en el artículo titulado "La Inteligencia emocional en la Educación", la inteligencia emocional es “Una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual”.

Para conocer la IE, haremos mención a las características de la misma, las cuales son la motivación, el control de impulsos, la regulación de nuestros propios estados de ánimo evitando que la frustración interfiera en la racionalidad, y la empatía en los demás.

Debemos también hacer mención a las emociones, en el siglo XX, Paul Ekman identificó seis emociones básicas (enojo, disgusto, miedo, felicidad, tristeza y sorpresa), mientras que Robert Plutchik identificó ocho, agrupándolas en cuatro pares de opuestos (alegría-tristeza, enojo-miedo, confianza-desconfianza, sorpresa-anticipación).

La inteligencia emocional en ed. Infantil: propuesta de intervención para la Gestión, comprensión y expresión de las emociones.

Se postula que estas emociones básicas evolucionaron en respuesta a desafíos ecológicos enfrentados por nuestros ancestros remotos, y son tan primitivas que están biológicamente arraigadas en nosotros. Cada emoción básica se corresponde con un circuito neurológico dedicado a tareas específicas. Estas emociones innatas y universales son automáticas y rápidas, impulsando comportamientos con un alto valor de supervivencia.

Mayer y Salovey (1997) hacen referencia a cuatro habilidades básicas necesarias para la IE, en las cuales encontramos: “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”.

1.2 Estructura de la IE

Según Mayer y Salovey (1997) La IE se estructura en un modelo de cuatro componentes interrelacionados:

Percepción emocional:

1. Involucra la capacidad para percibir, identificar, valorar y expresar emociones, tanto en uno mismo como en los demás, a través de diferentes formas como el lenguaje, la conducta, el arte y la música. También implica la habilidad para expresar las emociones de manera apropiada y para discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas.

Facilitación emocional del pensamiento:

2. Las emociones que experimentamos influyen en nuestro proceso cognitivo al actuar como señales que afectan la cognición. Las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención hacia la información relevante. El estado de ánimo puede cambiar la perspectiva de una persona, desde el optimismo hasta el pesimismo, lo que facilita considerar múltiples puntos de vista y mejorar el afrontamiento. Por ejemplo, un estado emocional positivo puede favorecer la creatividad.

Comprensión emocional:

3. Implica la capacidad de comprender y analizar las emociones utilizando el conocimiento emocional. Se refiere a la comprensión de las señales emocionales en las relaciones interpersonales, lo cual tiene implicaciones significativas en dichas relaciones. Esta capacidad incluye etiquetar emociones, reconocer las relaciones entre palabras y emociones, así como comprender las implicaciones emocionales, desde el sentimiento hasta su significado. Por ejemplo, entender que la tristeza puede ser resultado de una pérdida. También incluye la habilidad para comprender sentimientos complejos, como el amor y el odio simultáneos hacia una persona querida durante un conflicto, así como reconocer transiciones emocionales, como de frustración a ira o de amor a odio.

Regulación emocional:

4. Se refiere a la capacidad reflexiva de regular las emociones para promover el crecimiento emocional, intelectual y personal, lo que facilita la gestión de las emociones en diversas situaciones de la vida. Implica la habilidad para distanciarse de una emoción y regular tanto en uno mismo como en los demás. Esta capacidad permite mitigar emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir ni exagerar la información que transmiten las emociones.

1.3 IE en la infancia

La interacción entre el niño y sus cuidadores constituye en gran medida un aprendizaje emocional. Los infantes no tienen desarrollados los mecanismos de la madurez, pues se producen en una etapa cargada de plasticidad y de influencias determinantes. La emoción rige nuestras decisiones y de esta manera, junto a la razón, concluyen en el pensamiento.

Por ejemplo, aquellos niños con rasgos impulsivos carecen del control sobre sus acciones, lo que puede conllevar un elevado riesgo de problemas de rendimiento académico no atribuible a un bajo potencial intelectual, sino más bien a la ausencia de control sobre su gestión emocional.

En la primera infancia, no se posee la madurez suficiente para regular una respuesta emocional y simplemente es expresada, y por lo tanto aceptada en las respuestas de los niños.

Según el artículo “Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional”, el desarrollo infantil entre los dos y cinco años presenta una serie de hitos importantes en relación con las habilidades cognitivas y socioemocionales:

A partir de los dos años, mejora la capacidad de atención, lo que facilita la capacidad para cambiar el enfoque hacia estímulos placenteros, postergar la gratificación y seguir instrucciones. Estas habilidades son fundamentales para las relaciones interpersonales y la adaptación al entorno escolar inicial.

Entre los 2 y los 3 años, el juego se vuelve más prominente y los niños desarrollan la capacidad de simulación, lo que les permite expresar sus experiencias de manera transformada. Esto ayuda a integrar y dar sentido a sus propias experiencias y a las de los demás, facilitando la regulación emocional y potenciando funciones cognitivas superiores como la empatía y la capacidad de reflexionar sobre sí mismos.

Entre los 3 y los 4 años, disminuye el egocentrismo y los niños comienzan a poder identificar cómo se podrían sentir los demás en diferentes contextos, reconociendo que no todos experimentan las mismas emociones que ellos en una situación determinada.

Entre los 4 y los 5 años, los niños desarrollan la capacidad de la "teoría de la mente", que les permite imaginar y representar la perspectiva mental de otras personas. Esto les ayuda a identificar las posibles consecuencias de su comportamiento y a compensar aspectos relacionados con su temperamento.

Durante la etapa preescolar, las habilidades representacionales experimentan un aumento significativo, lo que favorece la capacidad de planificar, anticipar las consecuencias de ciertos comportamientos y reformular la perspectiva sobre un evento para reducir el estrés. Posteriormente, el desarrollo y la integración de habilidades como la atención, el control inhibitorio y las habilidades representacionales contribuyen al desarrollo de habilidades autorregulatorias más avanzadas.

Estas habilidades autorregulatorias, a su vez, permiten a los niños responder de manera más efectiva a las demandas cognitivas y sociales del entorno escolar. A lo largo de la niñez, estas habilidades se integran y perfeccionan en asociación con la maduración de las estructuras cerebrales y la influencia del contexto interpersonal. Este proceso de desarrollo continuo es crucial para la adaptación y el éxito en entornos escolares y sociales más complejos.

Además de ello, existe gran variabilidad individual, haciendo que cada infante se desarrolle singularmente, con su ritmo de aprendizaje, su estilo propio, su motivación, su capacidad y su contexto.

Las normas y reglas presentes en la escuela y la sociedad pueden inhibir la expresión de muchas de esas emociones que sentimos.

A medida que crecen, dicha inmediatez disminuye hasta alcanzar la madurez, ya que se exige una regulación emocional.

Haciendo mención a Meirieu; “La relación, en realidad, ha de centrarse en la relación del niño y el mundo humano que lo acoge” (La pedagogía contra Frankenstein y otros textos frente al desaliento educativo. Miguel Ángel Santos Guerra)

Por ello, la comunicación ayuda a crecer y desarrollarse de forma sana y equilibrada.

Según Goleman la inteligencia emocional puede dividirse en dos áreas:

Inteligencia intrapersonal: conocimiento de nuestros propios sentimientos y cómo regulamos nuestra conducta. El desarrollo integral del niño implica el conocimiento de sí mismo, sus capacidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales.

Inteligencia interpersonal: Comprender y empatizar con las emociones de los demás.

Las emociones se dividen en respuestas emocionales efectivas y adaptativas; y respuestas emocionales no efectivas y poco adaptativas.

Si la respuesta es adaptativa, crea una conexión con el mundo que nos rodea, con los demás y con nosotros mismos.

Cuando se da una represión emocional, bloquea el pensamiento alterando nuestras funciones intelectuales. Para ello, la competencia emocional nos ayuda a poder expresar nuestros sentimientos. Ejemplo de ello, es la escuela, ya que es el principal escenario para hacer, formar y construir situaciones que requieran la acción del sujeto, favoreciendo la cognición, el procedimiento y la actitud.

Además, la figura del maestro es fundamental ya que según Miller (2008), los niños aprenden principalmente a través de la imitación, por tanto, los maestros deben servir como modelos positivos.

1.4 IE en la Educación

La relevancia de la IE cobra gran relevancia en el momento en el que da inicio la etapa de Educación Infantil, los niños muestran una notable facilidad para explorar el mundo de las emociones, ya que están más inmersos en su mundo emocional en comparación con los adultos y les resulta más sencillo auto observarse a sí mismos (Boix, 2007).

En la escuela, los niños experimentan un entorno social que les exige participar en actividades grupales y aprender a relacionarse con sus compañeros. Esta interacción social es fundamental para el desarrollo emocional, ya que permite a los niños aprender a manejar sus emociones, resolver conflictos y participar de manera productiva en la vida escolar.

Pese a ello, en dicho proceso de la aplicación de la IE en educación infantil encontramos dos fuerzas centrípetas que ejercen influencia sobre los niños. Por un lado, el egocentrismo propio de la edad, y por otro, el deseo uniformizador tanto de la escuela como de la sociedad. Por consiguiente, ayudarles a expresar su mundo emocional tal como es y se desarrolla, al mismo tiempo que se les enseña a ser miembros activos de una comunidad, genera una tensión que debe ser gestionada mediante intervenciones y actuaciones del profesorado.

En Informe Innocenti: Pobreza Infantil en Perspectiva: Panorama del Bienestar Infantil en Países Ricos. Unicef, menciona en el mismo la buena ocupación en el ranking de bienestar de España, en la cual los niños españoles poseen gran satisfacción sobre su bienestar.

Por ello, nuestro país, se encuentra en el puesto número cinco de la clasificación general de bienestar infantil en 21 países.

Ejemplo de ello son los diferentes movimientos educativos originados de la educación de las emociones, denominados como “Educación Emocional” o “Educación Socio Emocional”.

La relevancia de la "Educación Emocional" o "Educación Socioemocional" radica en la comprensión de que las habilidades emocionales y sociales son cruciales para el bienestar y el éxito académico de los estudiantes. A continuación, se detallan las razones por las cuales estas áreas destacan la importancia de la inteligencia emocional en el ámbito educativo:

1. **Desarrollo Integral:** Estas disciplinas educativas se enfocan en el desarrollo holístico de los estudiantes, no solo en términos académicos, sino también en su bienestar emocional, social y personal. Reconocen la importancia de fomentar habilidades emocionales para promover un crecimiento equilibrado y saludable.
2. **Habilidades Interpersonales:** La inteligencia emocional es esencial para las habilidades interpersonales, como la empatía, la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la colaboración. Estas habilidades son fundamentales para establecer relaciones positivas y constructivas con los demás tanto dentro como fuera del entorno educativo.
3. **Éxito Académico:** La capacidad para gestionar las emociones y relacionarse de manera efectiva contribuye directamente al éxito académico. Los estudiantes con una sólida inteligencia emocional suelen ser más motivados, resilientes y capaces de enfrentar desafíos académicos y personales con mayor eficacia.
4. **Bienestar Emocional:** La educación emocional promueve el bienestar al enseñar a los estudiantes a reconocer, comprender y regular sus propias emociones. Esto les permite afrontar el estrés, manejar la ansiedad y desarrollar una autoestima positiva, aspectos fundamentales para un desarrollo emocional saludable.
5. **Prevención del Bullying y Problemas de Conducta:** La promoción de la inteligencia emocional puede ayudar a prevenir el acoso escolar y otros problemas de conducta al fomentar la empatía y la sensibilidad hacia las necesidades y sentimientos de los demás, promoviendo así un entorno escolar más inclusivo y respetuoso.

En conclusión, la "Educación Emocional" o "Educación Socioemocional" destaca la importancia de la inteligencia emocional en la educación al reconocer que las habilidades emocionales y sociales son esenciales para el desarrollo integral de los estudiantes y su éxito en múltiples aspectos de la vida. La integración de la inteligencia emocional en el currículo educativo puede tener impactos significativos en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes a lo largo de su trayectoria educativa y más allá.

Diversos estudios destacan la importancia y los beneficios de la educación emocional en el contexto educativo. Por ejemplo, Salovey y colaboradores (1995) observaron que la inteligencia emocional (IE) en los estudiantes se correlaciona con una menor ansiedad social y depresión, una mejor autoestima y satisfacción interpersonal, así como una mayor utilización de herramientas para resolver problemas.

La Inteligencia Emocional es esencial, no solo para mejorar el desempeño académico, sino también para cultivar individuos capacitados que puedan llevar una vida plena. Posee finalidad en el bienestar tanto individual como colectivo.

Es crucial porque es un elemento fundamental en nuestra realización personal y nuestra felicidad, que es el objetivo principal en la vida de todos los seres humanos. Valero (2009) lo resume de la siguiente manera: "Educar nuestros sentimientos es garantía de una vida feliz".

En este sentido, el conocido informe delors (1996), establece los cuatro pilares de la educación del siglo XX:

Aprender a conocer el mundo que les rodea y trabajando la memoria y el pensamiento.

Aprender a hacer. La escasa interacción y socialización entre individuos puede ejercer carencias en el comportamiento.

Aprender a vivir juntos, el descubrimiento del otro y la participación en trabajos comunes a lo largo de la vida atendiendo a objetivos comunitarios.

Aprender a ser. Fomentar el desarrollo global de cada persona.

2. LOS DÉFICITS EN COMPETENCIAS EMOCIONALES

La IE es primordial en la calidad de las relaciones interpersonales, sin embargo dichas emociones sin una gestión pueden desencadenar un conflicto en el aula y generar síntomas como la reducción del bienestar del alumno.

Haciendo referencia a Alice Miller (1980), "El niño que no es emocionalmente apoyado y cuyo mundo emocional no es reconocido y validado por sus cuidadores corre el riesgo de desarrollar problemas psicológicos que persistirán hasta la adultez."

Los primeros signos de trastornos graves de la personalidad relacionados con la falta de empatía, como la personalidad antisocial o el narcisismo, ya pueden estar presentes en niños de estas edades (León y Patino, en prensa).

La mayoría de los centros de Educación Infantil en España no llevan un registro de la incidencia de conflictos, es decir, no se registra el número de veces que un niño agrede a otro, la cantidad de enfrentamientos que ocurren o cuántas veces se resuelven satisfactoriamente. Esto se debe a que no se considera importante este tipo de conflictos en edades tempranas y, de hecho, actos aislados de este tipo pueden ser normales en esta etapa del desarrollo.

Dichas carencias en habilidades de IE afectan a los estudiantes dentro y fuera del contexto escolar, podemos encontrar en la literatura más reciente la alusión a la afectación dentro y fuera de la escuela de la falta de habilidad de inteligencia emocional.(Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N., & Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence; Ciarrochi, J., Chan, A. Y. C., & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents; Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2003). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the Trait Meta-Mood Scale; Mestre, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2007). Emotional intelligence and the quality of life of university students; Sánchez-Núñez, M. T., Fernández-Berrocal, P., Montañés, J., & Latorre, J. M. (2008). Does emotional intelligence depend on gender? The socialization of emotional competencies in men and women and its implications; Trinidad, D. R., & Johnson, C. A. (2002). The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use.)

Las cuatro áreas fundamentales en la que pueden aparecer problemas de conducta son:

Inteligencia emocional y las relaciones interpersonales,

Inteligencia emocional y bienestar psicológico,

Inteligencia emocional y rendimiento académico, e

Inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas.

La capacidad para prestar atención a nuestras emociones, tener una comprensión clara de nuestros sentimientos y ser capaces de manejar los estados de ánimo negativos juega un papel crucial en la salud mental de los estudiantes. Este equilibrio psicológico, a su vez, está estrechamente relacionado con el rendimiento académico final. Aquellas personas con habilidades emocionales limitadas tienen una mayor probabilidad de experimentar estrés y dificultades emocionales durante sus estudios. Por lo tanto, se beneficiarán más del desarrollo de habilidades emocionales adaptativas que les permitan hacer frente a tales desafíos.

De hecho, las emociones no solo no influyen en la inteligencia, sino que incluso la fortalecen. Así, la investigación apunta a que el cociente intelectual, aunque se le otorga mucha importancia, "en el mejor de los casos, parece contribuir sólo con un 20% de los factores que determinan el éxito" (Goleman, 1995, p. 64). Siguiendo los planteamientos del autor, el 80% restante sería lo que Daniel Goleman denomina Inteligencia Emocional.

En conclusión, es esencial brindar a los niños un entorno emocionalmente seguro y apoyo adecuado para fomentar su bienestar psicológico, el cual debe ser implementado desde la escuela y el hogar. Daniel J. Siegel (2012) hace alusión al desarrollo influenciado por la calidad de las relaciones y experiencias desde el nacimiento. Destacando que una correcta salud emocional en la infancia desarrollará una vida adulta en bienestar. La intervención temprana y el apoyo emocional positivo pueden tener un impacto duradero en la vida de un niño. Además, la adquisición de una sólida autoconfianza durante la etapa de la infancia es un factor clave que dota al individuo de herramientas esenciales para afrontar los diversos desafíos que se presentarán a lo largo de su trayectoria vital. Aquellos niños que han logrado desarrollar una confianza sólida en sí mismos y en sus capacidades, así como en las personas de su entorno más cercano, se encuentran mejor preparados para hacer frente a las adversidades, gracias a la seguridad introyectada de poder confiar tanto en sus propios recursos como en el apoyo de su red social más próxima. (Erikson, E. H. 1963)

En definitiva, un estado mental equilibrado, gracias a la IE influirá positivamente en el rendimiento académico. Además, este alumnado suele tener relaciones más sólidas y satisfactorias con familiares, amigos y compañeros y un equilibrio psicológico en la infancia puede prevenir la aparición de problemas emocionales y conductuales, como las mencionadas anteriormente, tales como ansiedad, depresión u otros trastornos mentales y de conducta disruptiva.

3. MODELOS TEÓRICOS SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA INFANCIA Y ESTRATEGIAS PARA EL FOMENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ED. INFANTIL.

Existen varios modelos teóricos importantes que abordan la inteligencia emocional en la infancia. Estos modelos han contribuido a nuestra comprensión de cómo los niños desarrollan habilidades emocionales y cómo estas habilidades impactan en su bienestar:

Modelo de Salovey y Mayer: Este modelo es uno de los más reconocidos en el campo de la inteligencia emocional. Propuesto por Peter Salovey y John D. Mayer, define la inteligencia emocional como la habilidad para percibir, entender, manejar y utilizar las emociones de manera efectiva. El modelo incluye cuatro habilidades principales: percepción emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional.

Posteriormente, Salovey y Mayer revisaron su modelo original, ampliando las habilidades de la inteligencia emocional para incluir la percepción emocional, la facilitación emocional, la comprensión emocional y la regulación emocional, junto con la capacidad de utilizar las emociones para facilitar el pensamiento y el rendimiento cognitivo.

Modelo de Goleman: Daniel Goleman popularizó la inteligencia emocional con su libro "Inteligencia emocional". Su modelo se centra en cinco componentes clave de la inteligencia emocional: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Goleman enfatiza la importancia de estas habilidades para el éxito personal y profesional.

Estas teorías abordan la IE a través de dos procesos fundamentales: el reconocimiento y la regulación emocional. En este sentido, la investigación también resalta la importancia de impartir la educación emocional de forma explícita y sistemática, ya que la mera exposición a modelos adultos cercanos que manejen adecuadamente sus emociones no es suficiente para el desarrollo óptimo de las habilidades emocionales en los niños. Se requiere, por tanto, un esfuerzo pedagógico planificado y sistemático que fomente de manera intencionada la adquisición de estas competencias emocionales esenciales. (Rafael Bisquerra, 2000).

Un desarrollo positivo de estos procesos permitirá al niño desarrollar empatía y mantener relaciones interpersonales positivas, la empatía debe ser fomentada desde la infancia a través de relaciones positivas con los compañeros, así como el fomento de la comprensión y regulación emocional.

Sin embargo, si estos procesos no se desarrollan correctamente, como mencionamos anteriormente, pueden surgir déficits en la IE. Estos déficits pueden manifestarse en el bienestar emocional, la calidad de las relaciones personales, un bajo rendimiento académico y la aparición de conductas disruptivas.

1. Asimismo, la investigación previa también ha realizado esfuerzos por diseñar programas de intervención relacionados con la IE, obteniendo distintos beneficios para sus participantes. Por ejemplo, Denham (2006), analizó cómo un programa de intervención en inteligencia emocional afectó a niños en edad preescolar. Los resultados mostraron que la intervención mejoró la competencia socioemocional de los niños y también tuvo impactos positivos en su desempeño académico (Dehnman, 2006). En esta misma línea Brackett y colaboradores (2006) evaluaron los resultados de un programa diseñado para intervenir en la inteligencia emocional de niños en educación infantil. Se observaron mejoras en la capacidad de los niños para reconocer y regular sus emociones, así como una reducción en los problemas de conducta (Brackett et al., 2006).

En conclusión, los distintos marcos teóricos e investigaciones apuntan al rol esencial de la IE en la infancia temprana, y la necesidad de su promoción mediante intervenciones y propuestas didácticas en el ámbito de la educación infantil. Los conceptos clave de la IE que serán la piedra angular de nuestra propuesta se pueden visualizar resumidos en la Tabla 1. Estos aspectos serán abordados en el diseño de la propuesta didáctica, con el objetivo de promover un desarrollo saludable de la inteligencia emocional en los niños.

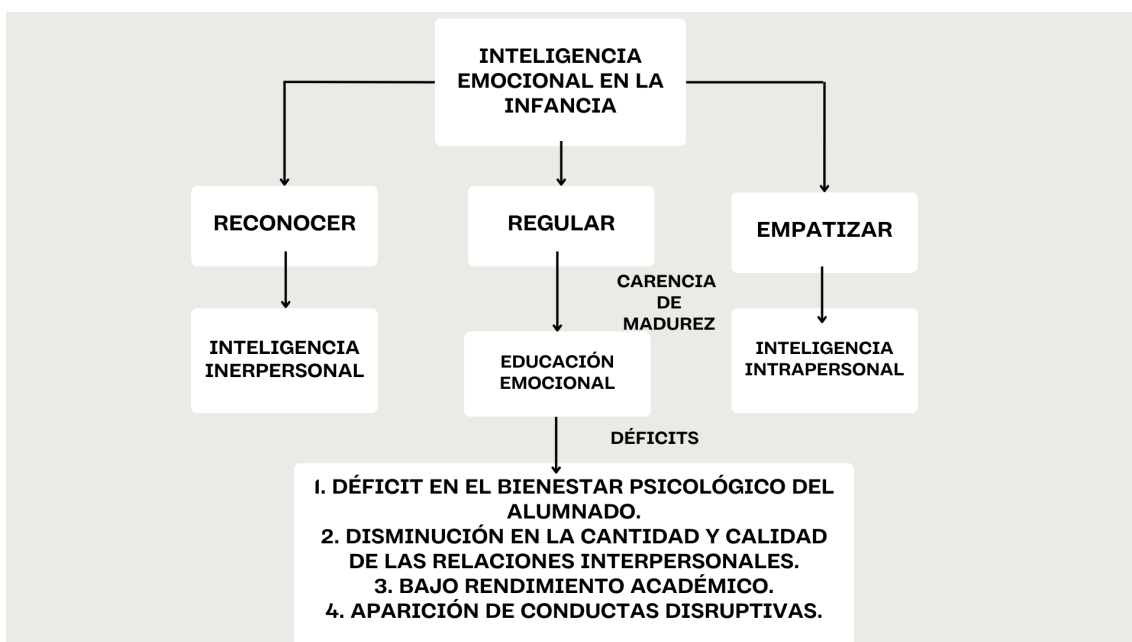


Tabla 1. Inteligencia Emocional. (Fuente: Elaboración propia)

OBJETIVOS

El objetivo general que se pretende lograr con la creación de esta propuesta de intervención es desarrollar la inteligencia emocional en el alumnado perteneciente a la etapa de Educación Infantil.

Además de ello, dentro de los objetivos específicos podemos encontrar;

Analizar la literatura científica sobre IE en el ámbito escolar con la intención final de promover la educación de la IE en la etapa de ed. infantil.

Desarrollar competencias destinadas al alumnado para reconocer las propias emociones.

Desarrollar habilidades que les permitan reconocer y respetar las emociones ajenas.

Desarrollar la capacidad de expresión de las emociones de forma sana.

Desarrollar habilidades de empatía y comprensión.

PROPUESTA DIDÁCTICA

Mediante esta propuesta se pretende incorporar la IE en el entorno del aula enfocándonos en la identificación de emociones propias, el fomento de la empatía, la promoción de habilidades sociales y la resolución pacífica de conflictos.

Se buscará también mejorar la convivencia, a través del desarrollo de la IE en el alumnado, para de esta manera, reducir la incidencia de problemas de conducta en los cursos siguientes.

JUSTIFICACIÓN

La etapa de educación infantil representa el inicio del desarrollo tanto personal como educativo del niño, siendo fundamental para su desarrollo emocional. En esta etapa de 5 años los niños ya poseen un conocimiento básico sobre las emociones, identificando qué son y cómo se manifiestan, pero carecen de habilidades para gestionarlas adecuadamente. Esto es especialmente crucial al ingresar a la etapa escolar, ya que es fundamental para establecer relaciones sociales efectivas y positivas.

En este contexto, se propone una intervención dirigida a niños en esta etapa con el objetivo de desarrollar habilidades de autorregulación y expresión emocional saludable. La formación en inteligencia emocional desde una edad temprana sienta las bases para el bienestar emocional a lo largo de la vida.

Una muestra de ello es la Tabla 1 mencionada anteriormente, que nos permite comprender los tres procesos necesarios dentro de la educación en inteligencia emocional. Esta tabla tiene en cuenta la falta de madurez presente en esta etapa de desarrollo y la capacidad de maleabilidad del alumno.

OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN

En esta intervención docente se van a trabajar simultáneamente las 3 áreas de educación infantil: Crecimiento en Armonía, Descubrimiento y Exploración del Entorno, y Comunicación y Representación de la Realidad.

En dicha propuesta didáctica trabajaremos concretamente en el 2º ciclo de educación infantil, en la etapa de 5 años.

Estas áreas deben entenderse como ámbitos de experiencia intrínsecamente relacionados entre sí, por lo que se requerirá un planteamiento educativo que promueva la configuración de situaciones de aprendizaje globales, significativas y estimulantes que ayudan a establecer relaciones entre todos los elementos que las conforman. Por ello, la consiguiente propuesta de intervención tendrá en cuenta estas 3 áreas para su desarrollo, siendo las competencias específicas trabajadas en la misma las que aparecen a continuación;

Según Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil, trabajaremos los siguientes objetivos curriculares en esta propuesta didáctica:

a) Conocer su propio cuerpo y el de los otros, así como sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.

El objetivo mencionado será abordado en esta propuesta didáctica, dado que la implementación de las sesiones les permitirá fomentar el respeto hacia los demás, considerando sus necesidades, preferencias y las diferencias individuales entre los alumnos.a

b) Observar y explorar su entorno familiar, natural y social.

El objetivo mencionado será abordado en esta propuesta didáctica, dado que la implementación de las sesiones les permitirá conocer y respetar su entorno familiar y social, como son el hogar y la escuela.

c) Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.

El objetivo mencionado será abordado en esta propuesta didáctica, dado que la implementación de las sesiones les permitirá adquirir autonomía en sus valores como persona, fomentando el respeto, la empatía y la tolerancia.

d) Desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.

El objetivo mencionado será abordado en esta propuesta didáctica, dado que la implementación de las sesiones les permitirá abordar la expresión e identificación de sus emociones, y las de los demás.

e) Relacionarse con los demás en igualdad y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en el uso de la empatía y la resolución pacífica de conflictos, evitando cualquier tipo de violencia.

El objetivo mencionado será abordado en esta propuesta didáctica, dado que la implementación de las sesiones les permitirá llevar a cabo una convivencia positiva a través del respeto hacia los demás.

f) Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.

El objetivo mencionado será abordado en esta propuesta didáctica, dado que la implementación de las sesiones les permitirá su expresión tanto oral como escrita en las actividades.

g) Iniciarse en las habilidades lógico-matemáticas, en la lectura y la escritura, y en el movimiento, el gesto y el ritmo

El objetivo mencionado será abordado en esta propuesta didáctica, dado que la implementación de las sesiones les permitirá trabajar a través de recursos como el cuento, o la escritura para la expresión de sus sentimientos.

Relacionados directamente con estos objetivos curriculares, se presentan los objetivos generales y específicos de esta intervención docente:

Objetivo General:

Esta intervención se basa en el marco teórico de Mayer y Salovey (1995), los cuales mencionan la importancia del bienestar integral de los niños y el desarrollo de estrategias pedagógicas que promuevan la reflexión, la adquisición de contenidos y su aplicación práctica. La implementación de dicha intervención fomentará el desarrollo de competencias emocionales en el alumnado y promoverá un adecuado manejo de las emociones y una interacción social positiva.

Objetivos Específicos:

1. Reconocer las propias emociones.
2. Reconocer y respetar las emociones ajenas.
3. Fomentar la expresión saludable de las emociones.

COMPETENCIAS

Las competencias clave que serán desarrolladas a través de la aplicación de la propuesta según Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil, serán las mencionadas a continuación;

– Competencia en comunicación lingüística, con ello se favorecerá la aparición de expresiones de creciente complejidad y corrección sobre necesidades, vivencias, emociones y sentimientos propios y de los demás.

– Competencia personal, social y de aprender a aprender, los niños y las niñas se inicien en el reconocimiento, la expresión y el control progresivo de sus propias emociones y sentimientos, y avancen en la identificación de las emociones y sentimientos de los demás, así como en el desarrollo de actitudes de comprensión y empatía.

– Competencia ciudadana, que implica promover modelos positivos que favorezcan el aprendizaje de actitudes basadas en los valores de respeto, equidad, igualdad, inclusión y convivencia, y que ofrezcan pautas para la resolución pacífica y dialogada de los conflictos.

Dentro de las competencias específicas que serán desarrolladas en la intervención, se encuentran las siguientes, las cuales son adecuadas para lograr los objetivos planteados:

A1.2.1 Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos, ajustando progresivamente el control de sus emociones.

A1.2.2 Ofrecer y pedir ayuda en situaciones cotidianas, valorando los beneficios de la cooperación y la ayuda entre iguales.

A1.2.3 Expresar inquietudes, gustos y preferencias, mostrando satisfacción y seguridad sobre los logros conseguidos.

A1.3.2 Respetar la secuencia temporal asociada a los acontecimientos y actividades cotidianas, adaptándose a las rutinas establecidas para el grupo y desarrollando comportamientos respetuosos hacia las demás personas.

A1.4.1 Participar con iniciativa en juegos y actividades colectivas relacionándose con otras personas con actitudes de afecto y de empatía, respetando los distintos ritmos individuales y evitando todo tipo de discriminación.

A1.4.3 Participar activamente en actividades relacionadas con la reflexión sobre las normas sociales que regulan la convivencia y promueven valores como el respeto a la diversidad, el trato no discriminatorio hacia las personas con discapacidad y la igualdad de género.

A1.4.4 Desarrollar destrezas y habilidades para la gestión de conflictos de forma positiva, proponiendo alternativas creativas y teniendo en cuenta el criterio de otras personas.

A2.2.1 Gestionar situaciones, dificultades, retos o problemas mediante la planificación de secuencias de actividades, la manifestación de interés e iniciativa y la cooperación con sus iguales.

A2.2.2 Canalizar progresivamente la frustración ante las dificultades o problemas mediante la aplicación de diferentes estrategias.

A.2.6 Participar en proyectos utilizando dinámicas cooperativas, compartiendo y valorando opiniones propias y ajenas, y expresando conclusiones personales a partir de ellas.

TEMPORALIZACIÓN

Los contenidos han sido organizados siguiendo un hilo conductor que comienza con el trabajo sobre nuestras propias emociones, luego avanza hacia el reconocimiento de las emociones en los demás, y finalmente aborda la expresión y gestión adecuada de esas emociones.

Esta intervención consta de la aplicación de la intervención y está diseñada para una duración de un mes, durante el cual se llevarán a cabo dos sesiones por semana, específicamente los días martes y jueves. Este enfoque se justifica porque el aprendizaje emocional se integrará de manera conjunta y coordinada con otros contenidos dados en el currículo, aprovechando así sinergias educativas. En total, se planifican nueve sesiones distribuidas a lo largo de este período.

SESIONES

Las 9 sesiones de esta intervención docente están planificadas de manera que el aprendizaje adquirido en cada sesión sirva como base para las siguientes. Esto significa que se establecerá una progresión educativa, donde cada sesión se construirá sobre el conocimiento y las habilidades desarrolladas en las sesiones anteriores. Este enfoque secuencial asegura una integración efectiva de los conceptos y facilita un desarrollo continuo en el aprendizaje emocional a lo largo del proceso.

A su vez, la aplicación consta de tres fases:

Fase 1: Exploración de Emociones Personales

Sesiones iniciales n° 1 y 2, centradas en la identificación y comprensión de las propias emociones.

Actividades para aprender a reconocer y etiquetar emociones propias.

Desarrollo de habilidades básicas de autorregulación emocional.

Fase 2: Reconocimiento y Respeto de Emociones Ajenas

Sesiones n° 3, 4, 5, 6 y 7 dedicadas al desarrollo de empatía y comprensión de las emociones de los demás.

Ejercicios para practicar la escucha activa y la interpretación de las señales emocionales en otras personas. Un desarrollo positivo de estos procesos permitirá al niño desarrollar empatía y mantener relaciones interpersonales positivas, ya que haciendo alusión a Pablo-Fernández-Berrocal y Natalia Ramos (2004), la empatía es fundamental para el desarrollo humano, la cual debe ser fomentada en la infancia por medio de la relación con los demás, la comprensión y la regulación emocional.

Promoción del respeto hacia las emociones y experiencias emocionales de los demás.

Fase 3: Expresión y Gestión Saludable de Emociones

Sesiones nº 8 y 9, enfocadas en la expresión emocional adecuada y la gestión constructiva de las emociones. Así como el aprendizaje de técnicas para comunicar emociones de manera clara y asertiva.

METODOLOGÍA

Para desarrollar el programa se utilizarán diversas metodologías. Las metodologías implementadas serán, en primer lugar, la Metodología Activa y Participativa (López, 2005), en la que se emplearán juegos, actividades lúdicas y dinámicas de grupo que promuevan la expresión emocional y el desarrollo de habilidades sociales.

En segundo lugar se implementará el aprendizaje cooperativo, organizando actividades donde los niños trabajen en grupos pequeños para resolver problemas relacionados con las emociones, y fomentando el intercambio de ideas y la colaboración entre compañeros. Robert Slavin, hace mención a la mejora del rendimiento académico, las habilidades sociales y el autoconcepto de los estudiantes debido al fomento del aprendizaje cooperativo.

Y en último lugar, se aplicará la Metodología experiencial, que implica el uso de experiencias directas y vivenciales para que los niños aprendan sobre emociones y proporcionen situaciones de aprendizaje que involucren emociones reales y permitan la reflexión personal.

FICHAS DE LAS SESIONES

Sesión N°1 ¿Cómo somos?

Materiales: Pizarra digital, micrófono

Temporalidad: 20 minutos

Desarrollo

Desarrollaremos una sesión centrada en la exploración y comprensión de nuestra naturaleza tanto interna como externa. En este contexto, analizaremos nuestros rasgos personales y características físicas.

La actividad se llevará a cabo a través de la pizarra digital, utilizando un enfoque lúdico donde se irán presentando distintas fases. Para facilitar la expresión ordenada de opiniones, utilizaremos un micrófono que pasaremos de un compañero a otro mientras hablamos. En estas fases, comenzaremos por compartir nuestros nombres y luego procederemos a discutir las características de nuestro cuerpo y nuestras preferencias en cuanto a vestimenta o peinado.

En la segunda fase, tendremos la oportunidad de hablar tanto sobre nosotros mismos como sobre las características observadas en nuestros compañeros. Discutiremos las emociones que reconocemos, así como los rasgos de personalidad que poseemos y que poseen los demás compañeros. Además, compartiremos nuestros gustos individuales durante esta etapa.

Sesión N°2 ¿Cuáles son las emociones?

Materiales: Cuento interactivo, Pizarra digital.

Temporalización: 20 minutos

Desarrollo

La actividad consiste en la lectura de un cuento interactivo.

Este cuento presenta tres personajes animales, cada uno experimentando una emoción debido a algo que les había sucedido. Cada emoción está acompañada de una música que la representa. Al concluir la presentación de los personajes y sus emociones debido a sus problemas o situaciones, se formulan preguntas para que puedan identificar el personaje y la emoción seleccionando las respuestas mediante imágenes.

El cuento culmina con la resolución de los problemas de los animales a través del diálogo y la colaboración de los tres personajes. Después, se plantean nuevamente preguntas sobre cómo gestionaría los alumnos esas emociones, eligiendo las opciones mediante imágenes. El cuento tiene un final abierto, permitiendo que el alumno decida el final que vea apropiado.

Sesión N°3 ¿Cómo nos tratamos?

Materiales: Libro “Nos tratamos bien” de Lucía Serrano. Fotografías de los alumnos.

Temporalización: 20 minutos

Desarrollo

La actividad consistirá en la lectura del libro "Nos Tratamos Bien" de la autora Lucía Serrano, el cual dinamizamos durante su lectura. En primer lugar, el cuento aborda los gustos individuales de cada uno de los compañeros de la clase, resaltando la singularidad de cada persona. Para ilustrar este concepto, discutiremos a través de fotografías de cada alumno.

En las siguientes páginas, el cuento explora cómo enfrentar situaciones de enfado y tristeza, las cuales representaremos mediante pictogramas junto con sus soluciones. Estos pictogramas nos permitirán elegir entre varias opciones y seleccionar la apropiada para abordar dichas emociones.

El cuento concluye destacando las lecciones de ayudarnos y tratarnos bien, las cuales volveremos a enfatizar a través de pictogramas. Al finalizar la lectura, estableceremos un rincón donde en cada asamblea podremos expresar cómo nos sentimos utilizando los pictogramas del cuento y las fotografías de cada alumno y discutir cómo abordar esos sentimientos según las enseñanzas del mismo.

Sesión N°4 Tú lo sientes, Ellos lo sienten

Materiales: Libro "Nos Tratamos Bien" de Lucía Serrano. Fotografías de los alumnos.

Temporalización: 20 minutos

Desarrollo

La actividad consistirá en revisar los conceptos relacionados con los sentimientos y su gestión, tal como se presentan en el libro "Nos Tratamos Bien" de Lucía Serrano, que habremos trabajado en la anterior intervención.

Posteriormente, en la pantalla digital, se proyectarán diversas situaciones protagonizadas por personas que expresan una variedad de emociones, las cuales deberemos identificar a través de fotografías.

Una vez completada esta parte, tomaremos fotografías de los mismos alumnos representando distintas emociones. Estas imágenes se dividirán por la mitad, de manera que después de discutir sobre el sentimiento que se está reflejando, los estudiantes elijan uno y dibujen la expresión correspondiente en la otra mitad del rostro. De esta manera, se promoverá el reconocimiento de las emociones y se fomentará la empatía al identificarlas en sus compañeros.

Sesión N°5 ¿Qué hacen las emociones?

Materiales: 2 botellas. Témperas.

Temporalización: 20-30 minutos aproximadamente

Desarrollo

La actividad práctica consistirá en utilizar botellas llenas de agua simulando el interior emocional de dos personajes. Con la utilización de témperas, asignaremos un color a cada emoción: negro para el enfado, rojo para la alegría y azul para la tristeza.

Durante este ejercicio, utilizaremos las dos botellas llenas de agua, donde añadiremos el color según la emoción asignada a cada una.

De esta manera, la botella adoptará el color que añadamos, el cual simulará como se siente dicho personaje. A continuación, hablaremos de cómo podemos gestionar la misma, en caso de ser una gestión negativa, añadiremos el color de la emoción que desencadena, por ejemplo, el color negro de enfado y la añadiremos en la otra botella. Y en caso de ser positiva, realizaremos la misma acción con el color de la otra emoción, por ejemplo, el rojo de alegría.

Tras ello, hablaremos sobre cómo la expresión de dicha emoción puede tener un impacto en la otra persona, la otra botella, que en este caso simulan personajes.

Esta actividad nos ayudará a comprender que aunque experimentar diferentes emociones es natural, la manera en que las abordamos puede tener un impacto positivo o negativo en las personas que nos rodean.

Sesión N°6 Nuestra manera de tratar con los demás

Materiales: Libro "Palabras Semilla" de Magela Demarco y Carli Grossi. Fotografías de los alumnos.

Temporalización: 20-30 minutos aproximadamente

Desarrollo

Después de implementar las dos intervenciones anteriores centradas en el manejo de las emociones y en la comprensión de cómo son experimentadas por los demás compañeros, se llevará a cabo una actividad para enseñarles cómo tratar y respetar esas emociones de manera amable, evitando el recurso a los gritos y a la violencia.

La actividad consistirá en la lectura del libro "Palabras Semilla" de Magela Demarco y Carli Grossi, un libro que utiliza metáforas para concienciar sobre el poder de nuestras palabras, expresiones no verbales (p.ej. gestos y miradas), y su impacto en los demás. Posteriormente, se realizará una explicación sobre la importancia del respeto y el uso de palabras amables hacia los demás. Acto seguido, llevaremos a cabo un "Rincón de las Palabras Bonitas", donde se encontrarán sobres individuales con las fotos de cada uno de los alumnos. Cada sobre estará destinado a un estudiante en particular, y se invitará a los participantes a escribir algo positivo acerca de cada uno de sus compañeros, que luego será depositado en el sobre correspondiente.

Sesión N°7 Empatía y amistad

Materiales: Aula de psicomotricidad. Aros.

Temporalización: 20 minutos aproximadamente

Desarrollo

En esta sesión se desarrollará una dinámica que consistirá en la simulación de un río con aros que simularán un puente. Cuando un compañero caiga del aro, quedará congelado y para ser revivido debe ser ayudado por un compañero con un abrazo, y de esta manera conseguir pasar todos el puente.

Tras su realización, preguntaremos a los alumnos cómo se sintieron al trabajar en equipo y expresar afecto a los compañeros.

Todo esto se trabajará haciendo hincapié en la importancia de apoyar y animar a los compañeros. Hablaremos sobre cómo pequeños gestos de ayuda, como un abrazo simbólico en la dinámica del río, pueden tener un gran impacto en el bienestar emocional de los demás y fortalecer los lazos dentro del grupo.

Sesión N°8 Reflexión sobre el amor

Materiales: Piezas de puzzle.

Temporalización: 30 minutos

Desarrollo

La actividad consistirá en asignar a cada alumno una pieza de rompecabezas en blanco. Los alumnos buscarán otra pieza con el mismo número, la cual contendrá una palabra. Deberán escribir esta palabra en su pieza en blanco. Una vez escrita, los alumnos colocarán cada una de sus piezas en orden numérico para completar el rompecabezas, el cual formará la siguiente frase: “El amor genera más amor. En nuestras palabras y en nuestras manos está el poder de embellecer el mundo, que es nuestro y es de todos.”

Una vez completado, hablaremos sobre su significado, para posteriormente crear una obra colectiva, como un mural.

La inteligencia emocional en ed. Infantil: propuesta de intervención para la Gestión, comprensión y expresión de las emociones.

Sesión N°9 ¿Cómo te sientes?

Materiales: Dibujos. Pinturas.

Temporalización: 20 minutos

Desarrollo

La actividad consistirá en elegir una serie de situaciones o escenas que puedan evocar diversas emociones en los alumnos. A continuación dibujaremos cada situación de manera visual y sencilla en la pizarra. Después, invitaremos a los infantes a observar las representaciones en la pizarra y a expresar cómo se sienten al ver cada una de ellas a través del arte. Esto puede hacerse usando diferentes medios, como dibujo, pintura, collage, o incluso escribiendo palabras o frases.

Al terminar, compartiremos lo que han hecho y hablaremos sobre cómo nos hemos sentido.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Esta propuesta de intervención posee la finalidad de potenciar una correcta y positiva gestión de las emociones, teniendo en cuenta la empatía hacia los demás. Por ello es que debe tenerse también en cuenta las diferencias y necesidades de todo el alumnado. Para ello, si poseemos en el aula alumnado con Necesidades Educativas Especiales (NEAE), teniendo en cuenta las discapacidades más prevalentes en la etapa educativa destinada para la intervención, es aconsejable seguir las siguientes instrucciones:

1. Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)

Adoptaremos las sesiones de modo que haya una estructura y rutinas claras con antelación a la puesta en práctica de la actividad, así como la proporción de apoyo visual, tales como pictogramas en todas las sesiones.

2. Trastorno del lenguaje y dislexia

Adoptaremos las sesiones de modo que haya una práctica continua de Habilidades Comunicativas y desarrollo de la expresión oral, así como una simplificación del lenguaje y las instrucciones, y un apoyo individualizado especialmente en la comprensión de los textos en las sesiones de lectura de cuentos.

3. Trastornos del espectro autista (TEA):

Adoptaremos las sesiones de modo que haya un enfoque en la rutina, a través de recordatorios para cada tarea en la que el alumno podrá visualizar el orden de las actividades a través de pictogramas. Así como proporcionar tiempo suficiente en la realización de tareas y apoyo individualizado en las mismas.

EVALUACIÓN

En primer lugar, recordemos que esta intervención está dirigida al alumnado de 2º etapa de educación infantil, en el aula de 5 años. Para la puesta en práctica de dicha intervención, deberemos conocer las características del estudiante, poniendo en práctica la observación y evaluación del nivel inicial del alumno durante un periodo temporal definido al inicio del curso.

Además, con la finalidad de evaluar dicha propuesta de intervención en Inteligencia Emocional para educación infantil, es esencial considerar diversos pasos y criterios para asegurar que la intervención sea efectiva, significativa y beneficiosa para el desarrollo integral de los niños en el ámbito emocional y social. En este sentido, se propone una estrategia de evaluación continua y ajuste basado en resultados, que serán clave para garantizar el éxito de la intervención.

Esta propuesta se basa en enfoques teóricos que destacan la utilidad de la inteligencia emocional en el bienestar integral de los niños (Mayer y Salovey, 1997). Por ello, en caso de llevar a cabo dicha intervención, será necesario evaluarla mediante la siguiente lista de control que se muestra en Tabla 2 (*Véase en anexos*).

Asimismo, se utilizarán estrategias pedagógicas que promuevan la reflexión, la adquisición de contenidos y su aplicación práctica. Se buscará por lo tanto crear un ambiente propicio para el aprendizaje emocional, donde los niños puedan no solo comprender conceptos emocionales, sino también practicar habilidades emocionales de manera efectiva y esa práctica será posteriormente observada en el día a día del aula, viendo si ha habido transferencia de esas nuevas competencias tras la intervención.

Esta lista de control se realizará al inicio de la intervención para evaluar el nivel inicial del alumnado y tras finalizar la intervención. De este modo se podrán comparar los resultados previos y posteriores, verificando que se han adquirido los objetivos planteados para dicha intervención. De este modo, el alumno adquirirá un reconocimiento de las emociones propias, el cual formará parte para el desarrollo del respeto y reconocimiento hacia las emociones ajenas, finalizando por un desarrollo de las habilidades de expresión saludable de las mismas.

CONCLUSIÓN

La finalidad de este trabajo y de la propuesta de intervención ha sido promover el desarrollo emocional adecuado del alumnado de educación infantil. Esta propuesta de iniciativa busca proporcionar estrategias efectivas para facilitar dicho desarrollo, haciendo hincapié en la importancia tanto del crecimiento emocional individual del alumno como en el impacto positivo que puede tener en sus compañeros. Asimismo, se enfoca en el fomento de la empatía como parte fundamental de este proceso.

Por lo tanto, los aspectos mencionados anteriormente representan los objetivos fundamentales de la implementación de esta intervención, que incluyen la gestión emocional y la comprensión y expresión de las emociones.

Estas actividades han sido diseñadas teniendo en cuenta la inclusión y el respeto hacia los demás. Para lograrlo, se han desarrollado tanto actividades prácticas como discursivas que fomentan la expresión oral.

El marco teórico planteado para la intervención se ha basado en los enfoques teóricos de la inteligencia emocional (Mayer y Salovey, 1997). Este modelo es uno de los más reconocidos en el campo de la inteligencia emocional. Se ha tenido en cuenta este modelo ya que define la inteligencia emocional como la habilidad para percibir, entender, manejar y utilizar las emociones de manera efectiva. El modelo incluye cuatro habilidades principales: percepción emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional. Dichas habilidades han sido trabajadas en cada una de las fases planteadas para las sesiones y su integración en la intervención es esencial, debido a la esencial importancia de la inteligencia emocional en el bienestar integral de los niños. Daniel Goleman (1996) hace alusión a ello; *"La educación emocional en la infancia es clave para el desarrollo de habilidades sociales y académicas, y sienta las bases para el éxito futuro en la vida."* (p.99)

No obstante, este trabajo también tiene algunas limitaciones que han de ser mencionadas. Una posible limitación de la propuesta es la falta de implementación en un aula real, lo cual limita la capacidad de realizar ajustes y variaciones pertinentes. Sin la oportunidad de llevar a cabo la propuesta en un entorno educativo, no puedo realizar las adaptaciones necesarias que podrían surgir en futuras implementaciones. No obstante, si esta propuesta se implementa, los cambios y ajustes serán necesarios, observando por ejemplo la aplicabilidad de la propuesta en poblaciones culturalmente diversas, haciendo más hincapié en la colaboración de otros agentes socializadores o ajustando el número de sesiones a las posibilidades y necesidades del aula.

Por otro lado cabe también destacar las fortalezas que presenta el presente trabajo. Una ventaja significativa de esta propuesta es su completitud, que consta de 9 sesiones diseñadas para adaptarse fácilmente al entorno diario del aula y así lograr resultados efectivos. Muchas de las actividades propuestas pueden integrarse en el rincón de la asamblea, donde se llevan a cabo actividades a diario, así como en rincones específicos destinados a la expresión emocional. Esto facilita la integración de la propuesta en la rutina escolar de manera práctica y continua y permite su adaptación dependiendo del contexto.

Con este trabajo de propuesta de intervención se ha buscado abordar la competencia emocional del alumnado en una etapa temprana de desarrollo. Considero que la educación emocional debe integrarse de manera adecuada y junto con los demás conocimientos y competencias básicas de la etapa educativa, dado que tiene una relación intrínseca con todos los aprendizajes. La gestión emocional y el trabajo con los demás son beneficiosos para la correcta implementación de otros conocimientos. Por ello, aprender a respetar y comunicarse forma parte fundamental de la vida tanto dentro como fuera del aula.

Además, la realización de este TFG me capacita a ser mejor maestra debido a que este aprendizaje acompañará al resto de sus vidas y será crucial para el futuro de los alumnos, ya que sentará las bases de su desarrollo personal y los preparará para integrarse plenamente en la sociedad. Es de gran importancia trabajar una educación basada en valores fundamentales como la tolerancia, la inclusión, el respeto y la empatía. Estos valores no sólo impactarán en su experiencia escolar, sino que también influyen significativamente en su participación activa y positiva en la comunidad en general.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Piñeiro, B. (2019). *Educación de las emociones en la primera infancia: Teoría y guía práctica para niños de 3 a 6 años: Descubre todo lo necesario para aplicar la educación emocional en educación infantil*. Editorial CCS.

Abelleira Bardanca, Á., & Abelleira Bardanca, I. (2020). *El latido de un aula infantil: Elogio a la cotidianidad*. Editorial octaedro.

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). *El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas*. Electronic Journal of Research of Educational Psychology.

https://resources.inei.edu.mx/pdfRecursos/1628798551_Inteligencia%20Emocional.pdf

Fernández-Martínez, A. M., & Montero-García, I. (2016). *Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 14 (1), pp. 53-66.

<http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n1/v14n1a03.pdf>

Fomentando la inteligencia emocional desde la niñez: un pilar fundamental para el desarrollo personal. (2023, octubre 15). psicologiamentesalud.com. <https://psicologiamentesalud.com/la-importancia-de-fomentar-la-inteligencia-emocional-desde-la-ninez/>

Isabel, L., & Jorge, F., (2022). *Trastornos del neurodesarrollo: dónde estamos hoy y hacia dónde nos dirigimos*. REVISTA MÉDICA CLÍNICA LAS CONDES, 33(4) 367-378. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864022000748?ref=pdf_download&fr=RR-2&rr=87b166772b925cf7

Santos Guerra, M. Á. (2008). *La pedagogía contra Frankenstein y otros textos frente al desaliento educativo*. Editorial Grao.

Utrilla, S. (2022-2023). *POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Propuesta de intervención docente para enseñar a reconocer y dominar las emociones desde la infancia*. (Trabajo de fin de grado, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.) <https://zagan.unizar.es/record/129174/files/TAZ-TFG-2023-2052.pdf>

Fernández, B., & Ruiz, D. (2008). *La Inteligencia emocional en la educación*. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa, 6(2), 421. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1289/1363>

Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós, S.A.

<https://mendillo.info/Desarrollo.Personal/La.practica.de.la.inteligencia.emocional.pdf>

ANEXOS

Tabla 2. Lista de control.

	Sí	A veces	No
El alumnado expresa adecuadamente sus opiniones y sentimientos en las sesiones destinadas para ello.			
El alumnado identifica las emociones en las sesiones destinadas para ello.			
El alumnado respeta los gustos individuales de sus compañeros así como las emociones sentidas en cada momento de las sesiones por los mismos.			

La inteligencia emocional en ed. Infantil: propuesta de intervención para la Gestión, comprensión y expresión de las emociones.

El alumnado comprende qué es y cómo se lleva a cabo una correcta gestión emocional en las sesiones destinadas para ello.			
El alumnado diferencia los comportamientos y emociones positivas de las negativas.			
El alumnado ayuda con respeto y tolerancia a un compañero.			
El alumnado comprende las emociones reflejadas en sus compañeros y cuando son sentidas por ellos mismos.			